

L'alcalde Isidre Pineda
fa un balanç de l'any P4 i P5

Carles & Sofia Piano Duo
i l'orquestra de Solistes
oferiran un concert P14

Caldes torna a bullir
de solidaritat amb
la Marató de 3CAT P6

TOT Caldes

de Montbui



Núm. 1807

Del 20 de desembre de 2024
al 9 de gener de 2025

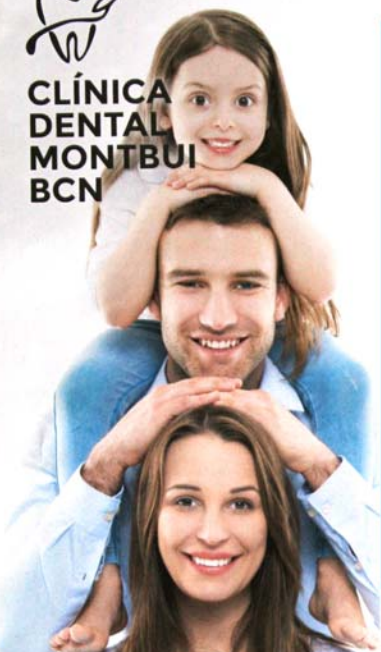
Distribució gratuïta
Any XXXVIII



NADAL 2024



CLÍNICA
DENTAL
MONTBUI
BCN



ESTEM D'ANIVERSARI

Ara amb el teu
tractament d'Invisalign
et regalem un
blanquejament dental

100€ d'estalvi
en el teu tractament
fins el 30 de gener de 2025

Aprofita els descomptes en tractaments!

APROFITA-HO!

CLÍNICA DENTAL



MONTBUI BCN

**Us desitgem
molt bones Festes!**

Avda. Pi i Margall, 71
Caldes de Montbui

Tel. 93 023 55 91 · 747 855 920



CÀMPING

El Pasqualet

ALLOTJAMENTS

- Parcel·les
- Bungalows
- Mobil-homes
- Terreny d'acampada

I MOLT MÉS...

- Festes d'aniversari infantil
- Piscina exterior
- Servei de massatges
- Senderisme
- Turisme

[@campingelpasqualet](https://www.campingelpasqualet.com)



RESTAURANT

Can Pasqualet

OBERT TOTS ELS DIES

Dilluns a Divendres de 17h a 23:30h
Dissabte de 9h a 24h
Diumenge de 9h a 20h

CARTES I MENÚS

- Carta vermut
- Carta migdia i nit
- Menú cap de setmana
- Menú infantil i jove
- Menú de grups
- Menú de grups per sopar

[@masiacanpasqualet](https://www.masiacanpasqualet.com)



PÀDEL

PISTES

(Redsport Pro i Adidas AFP Panoràmica)

Reserva una hora i mitja de pista per PLAYTOMIC!

ESCOLA INFANTIL

de 6 a 14 anys

De dilluns a dijous de 17:15h a 18:15h
Caps de setmana de 9h a 13h

PARTICULARS

De dilluns a dijous de 9h a 23h
Caps de setmana i festius de 9h a 17:30h

[@padelpasqualet](https://www.padelpasqualet.com)

93.865.46.95 617.431.914 info@elpasqualet.com Carretera BV-1243 a Sant Sebastià de Montmajor km 0.3, 08140, Caldes de Montbui, Barcelona



FOTOGRAFIA POCH

vic, 20 caldes de montbui 93 865 05 75
info@fotopoch.cat www.fotopoch.cat
f FotografiaPoch



l'electra
comercial

Electra Comercial està especialitzada en el disseny, construcció i gestió d'instal·lacions que permetin un aprofitament òptim de l'energia.

[Electracomercial.com](https://www.electracomercial.com)

900 181 776
Truca'ns!



TOT Caldes

Edició i direcció:
Jonatan del Amo Banyuls

Telèfon: 93 865 17 21
totcaldes@revistatotcaldes.com
www.revistatotcaldes.com

Distribució:
Caldes de Montbui i rodalies
D. Legal: B-7110-1986



TOT Caldes, en cap cas, no respon del contingut dels articles i missatges comercials de l'edició. Solament els seus autors en són responsables, i per això, s'han d'enviar signats, amb DNI i Telèfon. Resta prohibit reproduir total o parcialment els articles i/o els anuncis d'aquesta publicació. No s'admeten articles sota pseudònims.

Membres associats de:

UCLC Unió de Comerciants i Industrials de Caldes **amic** associació de comerciants i industrials de Caldes

Ajuntament	93 865 56 56	Jutjat de Pau	93 865 00 81
Ambulàncies	902 23 20 22	Mossos d'Esquadra	112
Bombers Generalitat	112	Oficina de Turisme	93 865 41 40
Biblioteca municipal	93 862 67 56	Polícia Local	93 865 41 41
CEIP El Farell	93 865 03 73	Parròquia Santa Maria	93 865 00 82
CEIP Montbui	93 865 08 33	Sanitat respon 24h	902 11 14 44
CEIP El Calderí	93 866 52 27	Serv. funeraris Torra 24h	93 727 74 00
Escola Pia	93 865 03 33	Serv. funeraris Caldes-Torra	93 865 41 45
Esc. adults Roure Gros	93 115 10 66	Serv. funeraris Sta Susanna	657 85 13 47
Centre de Salut	93 865 44 55	Servei d'Aigües	93 865 48 47
Creu Roja	93 865 10 01	Taller d'Art	93 865 49 77
Correus	93 865 02 49	Urgències Mèdiques	061
Deixalleria	93 744 21 21	Víctimes maltractament	016
Electra Caldense	93 865 01 33	TOT CALDES	93 865 17 21
Enher (avaries)	900 77 00 77		
Escola Bressol Gegant Pi	93 865 20 02		
Escola Bressol La Lluna	93 862 75 96		
Escola Mpal. Música	93 865 49 77		
Església Evangèlica	93 865 12 26		
Gas Natural Urg.	900 75 07 50		
Hospital de Granollers	93 842 50 00		
Hospital de Mollet	93 576 03 00		
El Toc Punt Informació	93 865 46 55		
IES Manolo Hugué	93 865 37 62		
Institut Pic del Vent	93 862 77 26		




Salutacions de Nadal



Mentre llegiu aquesta salutació, ja ocupa tots els racons el Nadal termal de Caldes de Montbui, un dels moments més bonics de l'any: perquè hem fet sortir l'olla gegant a la plaça i hem celebrat el Mercat de Nadal, per totes les activitats que la població organitza i gaudeix durant els mesos de desembre i gener, per aquest Parc de Reis tan genuí que infants i grans vivim amb autèntica màgia i per la solidaritat i la generositat que impregna carrers, places, botigues i llars.

També és una època important per al nostre comerç de proximitat, implicat al màxim en les festes, marcat pels colors de l'enllumenat de Nadal i encarregat de donar vida a les nostres compres i al nostre passeig.

Amb tota la il·lusió, us convido a viure un Nadal com a Caldes de Montbui ens agrada, amb intensitat, empatia, solidaritat i alegria.

Us desitjo a tots i a totes unes molt bones festes i la millor entrada d'any.

Isidre Pineda Moncusí
Alcalde de Caldes de Montbui



Aquest Nadal, des de Tot Caldes volem desitjar-vos unes festes plenes d'alegria, solidaritat i caliu. Caldes de Montbui brilla durant aquestes dates amb una màgia especial, gràcies a la seva gent, la força de les entitats locals i la riquesa de les seves tradicions.

El comerç de proximitat, sempre al servei del poble, és una part essencial d'aquesta màgia. Us animem a fer les vostres compres a les botigues locals, on trobareu productes únics, tracte proper i el caliu que només el comerç de casa nostra pot oferir. Comprar a Caldes no només enriqueix la nostra economia, sinó que reforça la cohesió i singularitat que ens fa únics com a poble.

Aquestes festes, l'agenda d'activitats nadalenques per a totes les edats ens ofereix múltiples ocasions per gaudir en família i gaudir del nostre entorn. Caldes és un poble amb una identitat pròpia, una singularitat que es viu en cada racó i en cada somriure dels seus veïns. Aquest Nadal, celebrem aquesta riquesa i aquest esperit comunitari que ens uneix i ens fa forts com a col·lectiu.

Amb els nostres millors desitjos, que tingueu un Nadal ple de màgia i un any nou carregat d'il·lusió. Molt Bones festes!

Jonatan del Amo Banyuls
Director de Tot Caldes

Caldes Centre Comercial
us desitja

CARRILET

Corre! puja que s'escapa.

21, 22, 23, 28, 29 i 30 de desembre, 2, 3 i 4 de gener de 10:30 a 13:30h i de 17:00 a 20:00h
24 i 31 de desembre de 17:00 a 20:00h

Fes una compra mínima de 10€ a les botigues de Caldes Centre Comercial i als establiments de l'UCIC i aconsegueix els teus vals per poder accedir al trenet:

“La falta de consens ajorna la peatonalització de Pi i Margall fins al pròxim mandat”

Conversem amb l'alcalde Isidre Pineda per fer balanç de l'any.

Acabem de viure una fira de Nadal amb molts visitants. Com valors les repercussions i quines millores es podrien fer?

La Fira de Nadal, juntament amb el Nadal Termal, s'ha consolidat com un esdeveniment molt popular, especialment en els darrers anys després de la pandèmia. La inauguració amb l'encesa de l'arbre de Nadal, els llums, i el repartiment del primer caldo són activitats que s'han convertit en molt calderines. A tot això, se suma el Mercat de Nadal, que enguany, malgrat tenir un dia menys,

ha rebut unes 50.000 persones i ha generat un impacte econòmic d'un milió d'euros.

Aquestes iniciatives són fonamentals per al desenvolupament econòmic del municipi, tot i que som conscients que comporten esforços per als calderins i poden generar problemes de mobilitat i aparcament. És una situació similar a la d'altres fires importants del país. Malgrat això, hem sabut posicionar-nos amb un relat diferent al voltant de l'olla de Caldes, fet que ens dona prestigi com a vila i ens permet ser referents al triangle

de fires nadalenques entre Espinelves, Vic i Caldes. Ens podem sentir molt orgullosos.

Com valors l'any que estem a punt d'acabar i el pacte de govern?

Estem projectant un horitzó d'optimisme. Després d'un any i mig de mandat, els serveis públics funcionen

fundació
Casino de Caldes
Caldes de Montbui
2024
ACTIVITATS
Vine al Casino

DES.
25
26
29

Lloc: Sala gran
Hora: 18.30 h
Preu:
Adults 15€
infants 12€

Venda d'entrades dijous i diumenge a la taquilla del Casino de 17 a 19 h. i a: <http://bit.ly/CasinoCaldes>

ELS PASTORETS
de J.M. Folch i Torres interpretada pel Grup Escènic Casino

Direcció general: Rosabel Campistrón
Direcció infern: Aleix Vila i Cristina Rodríguez
Direcció tècnica: Pere Puigdomènech i Ferran Devesa

Celebrem 160 anys



bé, i a Caldes es viu molt bé. Això és el més important per continuar treballant. Un estudi de la Diputació ha destacat que la ciutadania de Caldes es mostra molt satisfeta amb la qualitat de vida al municipi. Tenim un Pla d'Actuació Municipal en desplegament que inclou propostes polítiques i ciutadanes per garantir que les decisions públiques siguin consensuades.

Pel que fa al pacte de govern amb Junts, vull reconèixer que està funcionant de manera estable. Vull destacar l'actitud responsable del PSC i del PP, tot i que trobo a faltar més coherència en les decisions d'Ara Caldes. Hem aprovat uns pressupostos amb 13 vots favorables, tot i que Ara Caldes, malgrat que 10 de les 12 propostes que van

presentar s'hi van incloure, va votar-hi en contra. Ens comprometem a mantenir una actitud oberta per arribar a consensos. A més, els Plens mantenen un clima de debat constructiu que ens permet avançar. Ara mateix, estem al 50% d'execució del programa electoral, amb 43 propostes ja en marxa o finalitzades.

Quina és la situació dels agermanaments amb Taunusstein i Saint-Paul-lès-Dax?

Caldes sempre ha tingut una visió europeïsta. Amb Taunusstein celebrem 35 anys d'agermanament, una relació que s'ha renovat generacionalment però que es manté molt viva i profunda. Amb Saint-Paul-lès-Dax, l'agermanament és més recent i es basa en la identitat termal que compartim. Aquests intercanvis culturals són gestionats per l'entitat Amics d'Europa i fomenten una rica relació entre els municipis. L'olla de Caldes, que només ha sortit del poble una vegada, va ser precisament per anar a Saint-Paul-lès-Dax.

Quin paper ha de jugar el turisme a Caldes i cap a on ha d'anar el municipi?

El turisme a Caldes ha d'ajudar a mantenir la qualitat de vida dels calderins. A diferència del turisme de masses de Barcelona, el termal és desestacional i respectuós amb el patrimoni. La nostra identitat és l'aigua, i hem de preservar-la amb orgull, cuidant espais com el Museu Thermalia, els safareigs, el Passeig del Remei o les termes romanes.

El turisme responsable ha de ser una prioritat. Com a visitants, el respecte cap als habitants del lloc ha de ser fonamental.

En quin punt es troba la reforma i peatonalització del carrer Pi i Margall?

Aquest projecte forma part del pacte amb Junts, però som conscients que hi ha visions diferents. Ara mateix, no hi ha consens amb els comerciants ni amb la ciutadania, i per això no hi haurà cap reforma durant aquest mandat.

Continuarem treballant en aspectes relacionats amb la mobilitat, l'aparcament i el mercat setmanal a la zona.

La implementació de la zona blava ha estat positiva, ja que genera rotació en l'àmbit comercial, i els calderins disposen d'una hora i mitja gratuïta als aparcaments públics.

Com està el projecte de Can Rius?

Estem a punt de rebre el projecte arquitectònic, que serà finançat amb 5 subvencions, incloent-hi fons europeus Next Generation. Can Rius acollirà l'escola de música i el taller d'art municipal, dos centres amb molta



trajectòria al Vallès, a més de l'ampliació del Museu Thermalia. Serà un espai de foment de l'art i la cultura que revitalitzarà el nucli antic. Preveiem iniciar les obres l'any vinent i finalitzar-les a mitjans de 2026.

Hi ha novetats sobre el projecte de connexió vial entre els Saulons i el nucli urbà o sobre la millora de la C59?

Respecte als Saulons, estem treballant amb la Generalitat i la Diputació per connectar millor el barri, tot i que fer un vial al costat de la carretera és complex.

Respecte a la C59, celebrem l'acord polític assolit per millorar el tram entre Caldes i Palau, una necessitat urgent. Tenim una reunió amb la conselleria de Territori el 16 de gener i esperem obtenir bones notícies. En aquest punt, exigim compromís i resultats immediats.

S'ha fet l'estudi sobre l'ús de la geotèrmia amb l'aigua termal?

Caldes participa en el projecte ThermEcoWat, que avalua el potencial energètic de l'aigua termal. Som pioners en innovació i seguirem apostant per projectes que aportin valor al municipi, com la balneoteràpia per a dones en tractament de càncer de mama.

Si haguessis de descriure Caldes de Montbui amb tres paraules, quines serien?

Dinàmica: Hi passen moltes coses i sempre hi ha activitats culturals, esportives i comercials.

Divertida: Hi ha opcions per gaudir de

la vida i una comunitat activa.

Termal: L'aigua és la nostra essència i defineix qui som com a poble. Per què Caldes mola.

JONATAN DEL AMO



Caldes torna a bullir de solidaritat amb La Marató de 3CAT

La plaça de la Font del Lleó de Caldes de Montbui va esdevenir, un any més, el centre neuràlgic d'una matinal solidària en suport a La Marató de 3CAT, enguany dedicada a les malalties respiratòries. Malgrat el fred, el sol va acompanyar la jornada, animant petits i grans a sortir de casa per participar en les activitats programades.

La recaptació total va ascendir a 2.071 euros.

Entre les activitats més destacades, el taller de respiració i la inflada de globus solidaris van emocionar els participants amb el seu fort simbolisme.

Paral·lelament, els tastets gastronòmics, preparats pels restaurants de Caldes, van ser un èxit rotund, amb gairebé tots els plats exhaurits.

El punt culminant de la jornada va ser l'anunci de la recaptació aconseguida, que va comptar amb la participació especial dels Escaldats, que van aixecar un pilar solidari, i de la Colla de Geganters, que va clausurar l'esdeveniment amb una ballada festiva.

Els organitzadors celebren l'èxit de la iniciativa i expressen el seu agraïment a totes les persones que hi van col·laborar.



Molt bones festes

des de l'avinguda Josep Fontcuberta

GRUP COI
Rehabilitacions
integrals per
a edificis
**ADMINISTRADORS
DE FINQUES**
COMUNITATS
DE VEÏNS

Tels. 697 212 289
93 168 51 55
info@grupcoi.com

Av. Josep Fontcuberta 108
CALDES DE MONTBUI

ALMACENES MARI
El nou concepte
del descans
SOLUCIONS PER MOBLAR LA SEVA LLAR

La nit és per veure els somnis,
i el dia per fer-los realitat.
BON NADAL!

Pl. Lluís Companys, 1 – Tel. 93 862 6373 – Caldes de Montbui
www.almacenesmari.com • administracion@almacenesmari.com

S servitecxa
Avda. Fontcuberta, 104
Tel. 93 865 17 67
Caldes de Montbui

Renovables Industrial Calor Fred Domèstic

GUIXOTS
Roba de 0 a 16
name it. f

Rambla, 33
Santa Perpètua
Tel. 639 787 545

Av. Josep Fontcuberta, 101
08140 Caldes de Montbui (Barcelona)
Tel. 938654957

Informàtica Caldes
· INFORMÀTICA ·
· TELEFONIA ·
· PAQUETERIA ·

Francis Martínez francisappcaldes@gmail.com
Av. Josep Fontcuberta, 113
CALDES DE MONTBUI 607 71 71 87

**ESCUOLA PROFESIONAL DE
PELUQUERIA CANINA**

Formación para principiantes
y competiciones.

www.calaruthgrooming.com
T. 93 865 29 76
M. 685 736 000

L'ESPIGA D'OR
Fleca artesana

c/ Major, 12
Tel. 93 865 04 86

Av. Fontcuberta, 134 B
Tel. 93 865 48 23
@espigador
CALDES DE MONTBUI

· CRISTALLERIA
· FUSTERIA D'ALUMINI I PVC
· REPARACIONS
I MANTENIMENTS

www.caldesvitralles.es

Avda. Josep Fontcuberta, 115
Tel. 93 865 53 53 - Caldes
caldesvitralles@gmail.com

CAL VIDRIER
CALDES VITRALL, S.L.



#NadalTermal

♦ MERCAT DE NADAL ♦

♦ AGENDA DE NADAL 24/25 ♦

♦ LLUMS, NADAL I SHOP IN CALDES ♦

♦ ACTIVITATS D'HIVERN DEL TOC ♦

♦ REIS 2025 ♦



Ajuntament de
Caldes de Montbui

DIMARTS

17 de desembre

13.00 h

Sorteig de paneres de Nadal al Mercat Setmanal

Veniu al mercat! I aconsegueix butlletes
comprant a les parades durant el matí

Lloc: pl. de l'Àngel

Organitza: Ajuntament i marxants del Mercat
Setmanal

19.00 h

Presentació del llibre:

"Caldes de Montbui entre 1714 i 1783: una època històrica força desconeguda"

Lloc: Sala de les Cuines de l'Espai Can Rius

Més informació: thermalia.cat

Organitza: Thermalia. Museu de Caldes
de Montbui

DIMECRES

18 de desembre

09.00 h

Caminada als Saulons

Sortida: plaça de Catalunya

Organitza: Caminades de l'Espai

De 17.00 a 19.00 h

Celebració de fi de trimestre

Lloc: Les Cases dels Mestres (Sala A)

Organitza: Ajuntament de Caldes de Montbui -
Gent Gran Activa

19.00 h

Xerrada "L'Hospital de Sant Pau: un hospital amb més de sis segles d'història"

A càrrec de Roger Canadell Rusiñol

Lloc: Sala de les Cuines de l'Espai Can Rius

Preu: 7 € (persones no sòcies)

Organitza: Aules d'Extensió Universitària

Tarda

Nadales i concert del Trio de Jazz Kaleidoscope

Lloc: vestíbul del Centre Cívic i Cultural

Organitza: EMM Joan Valls

DIJOUS

19 de desembre

09.00 h

Sortida a Olèrdola

Sortida: Estació d'Autobusos

Organitza: Caminades de l'Espai

De 15.00 a 18.00 h

Celebració de fi de trimestre

Lloc: Les Cases dels Mestres (Sala A)

Organitza: Ajuntament de Caldes de Montbui -
Gent Gran Activa

18.00 h

El conte de Nadal: Va de tions

Lloc: Biblioteca de Caldes

Més informació: bibliotecadecaldes.cat

Organitza: Biblioteca de Caldes de Montbui i

Fundació La Marató de TV3

DIVENDRES

20 de desembre

16.30 h

"Els pastorets" A càrrec del Grup

d'Animació de la Fundació Santa Susanna

Lloc: Fundació Santa Susanna

Organitza: Fundació Santa Susanna

De 17.30 a 19.30 h

Follet Thermalion, vine a buscar-lo

Lloc: Centre Històric

Organitza: Associació de Veïns i Comerciants

del Centre Històric

18.00 h

Festival de Dansa de Nadal

Exhibició de dansa de l'Escola de Dansa

del CN Caldes

Lloc: Sala Noble de l'Espai Can Rius

Preu: 2 €

Organitza: CN Caldes

19.00 h

Fem cagar el tió i xocolatada

Lloc: pl. de la Font del Lleó

Preu: 1€ xocolata – 1€ melindros

Organitza: Associació de Veïns i Comerciants
del Centre Històric

20.00 h

Escola de castells

Lloc: Local d'assaig dels Escaldats

(c. General Padrós, 35)

Organitza: Castellers de Caldes de Montbui

DISSABTE

21 de desembre

08.00 h

Sortida Pre Nadal a Tordera

Organitza: L'Espai

08.30 h

Sortida jove a PortAventura

Inscripcions: a partir del 2 de desembre de 2024

Més informació: @eltoc - 674 32 35 78

Organitza: Espai Jove El Toc

10.30 h

Primer dia el Trenet de Nadal

Fins el 3 de gener

Consulteu horaris a Altres activitats

17.00 h

Visita guiada a l'exposició:

"Anita Gispert, la fotògrafa de Caldes"

Lloc: Thermalia. Museu de Caldes de Montbui

Organitza: Thermalia. Museu de Caldes

de Montbui

De 17.30 a 19.30 h

Follet Thermalion, vine a buscar-lo

Lloc: Centre Històric

Organitza: Associació de Veïns i Comerciants

del Centre Històric

18.00 h

Concert de Nadal

Lloc: Sala Noble de Can Rius

Organitza: Coral del Centre

18.30 h

XIII Festival de Nadal

Lloc: Pavelló Municipal d'Esports Torre Roja

Organitza: Club de Patinatge Artístic

de Caldes de Montbui

DIUMENGE

22 de desembre

De 10.00 h a 13.30 h

Xocolatada popular amb ball i música

Lloc: parc del Bugaral

Organitza: Associació de Veïns del Bugaral

10.00 h

Torneig de bitlles catalanes

Lloc: parc de l'Estació

Inscripció torneig de bitlles, el mateix dia (2 €)

Organitza: Castellers de Caldes de Montbui

12.00 h

Vermut musical

Lloc: parc de l'Estació

Organitza: Castellers de Caldes de Montbui

12.30 h

Concert de Nadal

Lloc: Parròquia de Santa Maria

Organitza: Coral del Centre

17.30 h

Cloenda de la celebració dels 160 anys

Lloc: Casino de Caldes

Organitza: Casino de Caldes

19.00

1r Concert de música per Nadal Bandes sonores de pel·lícules de Hollywood

Lloc: Església de Santa Maria

Preu: 15 €

Venda d'entrades: entrapol.is/jiEOj

i a la Residència Santa Susanna

Organitza: Fundació Santa Susanna

DILLUNS

23 de desembre

De 10.30 a 13.30 h

Matinal de jocs de taula i esmorzar

Lloc: Espai Jove El Toc

Més informació: @eltoc

Organitza: Espai Jove El Toc

De 17.30 a 19.30 h

Carretó de maquillatge pels eixos comercials

Lloc: av. Josep Fontcuberta, c. Lleida i

Montserrat, av. Pi i Margall i Centre Històric

Organitza: La Piqueta - Shop in Caldes

DIMARTS

24 de desembre

17.00 h

Pessebre vivent

Lloc: Parròquia de Santa Maria

Organitza: Parròquia de Santa Maria

De 17.30 a 19.30 h

Animació itinerant de màgia pels eixos comercials

Lloc: av. Josep Fontcuberta, c. Lleida i

Montserrat, av. Pi i Margall i Centre Històric

Organitza: La Piqueta - Shop in Caldes

18.00 h

Sorteig de la panera de Nadal de la UCIC

Més informació: @uciccaldes

18.00 h

Missa del Pollet

Lloc: Parròquia de Santa Maria

Organitza: Parròquia de Santa Maria

21.00 h

Missa del Gall

Lloc: Parròquia de Santa Maria

Organitza: Parròquia de Santa Maria

DIMECRES

25 de desembre

11.30 h

Missa de Nadal

Lloc: Parròquia de Santa Maria

Organitza: Parròquia de Santa Maria

18.30

"Els pastorets", de Josep M. Folch i Torres

Lloc: Casino de Caldes

Preu: adults 15 € i infants 12 €

Venda: taquilla (dijous de 17.00 h a 19.00 h)

o <http://bit.ly/CasinoCaldes>

Organitza: Grup Escènic Casino

DIJOUS

26 de desembre

18.30

"Els pastorets", de Josep M. Folch i Torres

Lloc: Casino de Caldes

Preu: adults 15 € i infants 12 €

Venda: taquilla (dijous de 17.00 h a 19.00 h)

o <http://bit.ly/CasinoCaldes>

DISSABTE

28 de desembre

17.30h

Conta contes amb APROPA

Lloc: Les Cases dels Mestres – Sala Pilar Aznar
Més informació: apropa@apropa.es
626 359 450
Organitza: Acció Social per a la Promoció de Persones Autònomes | APROPA

De 17.30 a 19.30 h

Follet Thermalion, vine a buscar-lo

Lloc: Centre Històric
Organitza: Associació de Veïns i Comerciants del Centre Històric

DIUMENGE

29 de desembre

18.30 h

“Els pastorets”,

de Josep M. Folch i Torres

Lloc: Casino de Caldes
Preu: adults 15 € i infants 12 €
Venda: taquilla (dijous de 17.00 h a 19.00 h) o <http://bit.ly/CasinoCaldes>
Organitza: Grup Escènic El Casino

DIMARTS

31 de desembre

20.30 h

Sopar de Cap d'Any

Lloc: Les Cases dels Mestres
Preu: adults 15 € i infants 12 €
Organitza: L'Esplai

DIJOUS

2 de gener

De 17.00 a 19.00 h

Portes obertes de patinatge artístic

Lloc: Pavelló Municipal d'Esports Torre Roja
Organitza: Club de Patinatge Artístic de Caldes de Montbui

DIVENDRES

3 de gener

10.30 h

Darrer dia del Trenet de Nadal

Consulteu horaris a Altres activitats

De 16.00 a 20.30 h

Parc Reial

Lloc: parc de Can Rius
Informació: caldescultura.cat

Organitza: Ajuntament de Caldes de Montbui
Comissió de Reis

17.30 h

Rebel·lió nadalenca, per Step Company

Lloc: Casino de Caldes
Preu: 10€ adults, 7€ de 3 a 12 anys i gratuït de 0-2 anys
Venda: stepcompany@gmail.com
Tel. 667683228

18.00 h

La Missatgeria Reial visita

la Biblioteca

Lloc: Biblioteca de Caldes
Més informació: bibliotecadecaldes.cat
Organitza: Biblioteca de Caldes de Montbui i Fundació La Marató de TV3

20.00 h

Escola de castells

Lloc: Local d'assaig dels Escaldats (c. General Padrós, 35)
Organitza: Castellans de Caldes de Montbui

DISSABTE

4 de gener

D'11.00 a 13.30 i de 16.00 a 20.30 h

Parc Reial

Lloc: parc de Can Rius
Informació: caldescultura.cat
Organitza: Ajuntament de Caldes de Montbui
Comissió de Reis

De 17.30 a 19.30 h

Follet Thermalion, vine a buscar-lo

Lloc: Centre Històric
Organitza: Associació de Veïns i Comerciants del Centre Històric

18.30 h

XV Musicasino.

Gran concert de gala d'Any Nou a càrrec de la Filharmònica Ibèrica

Lloc: Casino de Caldes
Preu: 18 € i 22 €
Venda: taquilla (dijous de 17.00 h a 19.00 h) o <http://bit.ly/CasinoCaldes>
Organitza: Casino de Caldes

19.00 h

Sorteig de la panera

Lloc: Plaça de la Font del Lleó
Organitza: Associació de Veïns i Comerciants del Centre Històric

De 22.00 a 01.00 h

Karaoke/ Beer Pong/ Futbolín

Lloc: Local d'assaig dels Escaldats (c. General Padrós, 35)
Organitza: Castellans de Caldes de Montbui

DIUMENGE

5 de gener

De 09.00 a 14.00 h

3x3 Bàsquet

Lloc: Pavelló Municipal d'Esports Les Cremades
Preu: 50 € / equip
Inscripcions abans del 22/12/2024
Més informació: cncaldes.cat
Organitza: Club Natació Caldes

18.00 h

Lliurament de les claus de la vila a SM els Reis de l'Orient

Lloc: pont de Can Rius
Organitza: Ajuntament de Caldes de Montbui
Comissió de Reis

19.00 h

Cavalcada de Reis

Recorregut: Torre de la Presó, c. Major, av. Pi i Margall
Organitza: Ajuntament de Caldes de Montbui
Comissió de Reis

19.30 h

El conte de la Nit de Reis

Lloc: Web i xarxes socials de la Biblioteca de Caldes
Més informació: bibliotecadecaldes.cat
Organitza: Biblioteca de Caldes de Montbui i Fundació La Marató de TV3

ALTRES ACTIVITATS

Fins al 13/12/2024

Biblioutlet solidari:

Col·labora amb La Marató i Creu Roja!

Donatius solidaris mitjançant la compra de llibres a preus d'1 a 5 € per recaptar fons per a les malalties respiratòries.

Horari: obertura de la Biblioteca

Lloc: vestíbul de la Biblioteca de Caldes

Més informació: bibliotecadecaldes.cat

Organitza: Biblioteca de Caldes de Montbui

21, 22, 23, 24, 28, 29, 30 i 31 de desembre i 2, 3 i 4 de gener

Trenet de Nadal

Horari: 10.30 a 13.30 h i de 17.00 a 20.00 h (24 i 31 de desembre només tarda)
Parades: parc de l'Estació, av. Josep Fontcuberta (pl. de l'Oli), c. Montserrat / c. Torres i Sayol, av. Pi i Margall / pl. de l'Àngel i pl. Font del Lleó
Tiquets de descompte per compres a les botigues de Caldes Centre Comercial i la UCIC
Organitza: Unió de Comerciants i Industrials de Caldes (UCIC)

Del 23/12/2024 al 03/01/2025

Casal de Nadal

Intensiu de Gimnàstica Rítmica

Lloc: Escola Pia de Caldes de Montbui
Organitza: Secció Esportiva Gimnàstica Rítmica Caldes de Montbui

Del 23/12/2024 al 07/01/2025

Casal de Nadal del Club d'Hoquei Caldes

Amb Eduard Candamí, jugadors de l'OK Lliga i tècnics i monitors de CH Caldes
Lloc: Pavelló Municipal d'Esports Torre Roja
Preu: 17 € dia socis / 20 € dia no socis
Més informació: clubhoqueicaldes.com
Organitza: Club Hoquei Caldes

29/12/2024 i 30/12/2024

Torneig patins de gel

Lloc: Pavelló Municipal d'Esports Torre Roja
Preu: 100 €
Més informació: clubhoqueicaldes.com
Organitza: Club Hoquei Caldes

Fins el 30/12/2024

Els seus drets en joc. Recollida de joguines noves, no bèl·liques i no sexistes

Punts de recollida: Biblioteca, Cooperativa 70, Llibreria Calvo - Boluda, Llibreria Joc de Paraules, Jugamos, Cooperativa la Mirada, Creu Roja
Organitza: Creu Roja

Del 01/12/2024 al 04/01/2025

Arbre dels desitjos, vine a comprar i entra al sorteig de la panera

Lloc: Comerços del Centre Històric
Organitza: Associació de Veïns i Comerciants del Centre Històric

A partir del 05/12/2024

Torna el Llibreter Reial:

Nadal màgic a la Biblioteca

Recomanacions de lectura, activitats familiars i guia de llibres especials per Nadal, disponibles a la Biblioteca i al web.

Horari: obertura de la Biblioteca

Lloc: Biblioteca de Caldes de Montbui i web

Més informació: bibliotecadecaldes.cat

Organitza: Biblioteca de Caldes de Montbui

Del 8/01/2024 al 20/01/2024

Recollida d'Arbres de Nadal

Els arbres, sense guarniments nadalencs, es poden portar a la deixalleria o depositar-los qualsevol dia i a qualsevol hora als llocs habilitats: c. Llobet i Vall-lloera amb Sant Pau, pl. Moreu, c. Molí amb Calderón de la Barca, c. Mossèn Cinto Verdader - parc del Bugarai, pl. la Salut (c. de Lleida), c. Granollers amb l'av. Josep Fontcuberta, a l'aparcament de l'Escorxador i a El Tint
Organitza: Ajuntament de Caldes de Montbui

Durant totes les festes

Venda del llibre “Cuina tradicional i termal Catalunya/Les Landes (França)”

Publicació elaborada per l'Associació Amics d'Europa i el Comitè d'Agermanament de Saint-Paul-lès-Dax amb motiu del 10è aniversari de l'agermanament. Es pot adquirir escrivint a caldes.saintpaul@gmail.com, a Thermalia, Museu de Caldes de Montbui i a la llibreria Joc de paraules

A partir del 19 de desembre ja es poden reservar entrades pel Parc Reial 2025

El Parc Reial tornarà a Can Rius els dies 3 i 4 de gener, transformant-se en el Parc dels Reis Mags, on els infants de Caldes de Montbui podran entregar les seves cartes als patges reials.

L'activitat tindrà lloc el divendres 3 de gener, de 16 a 20.30 h, i el dissabte 4 de gener, en dos horaris: d'11 a 13.30 h i de 16 a 20.30 h. L'accés al recinte serà pel pont de Can Rius, i la sortida, per la plaça Taunnustein.

Les entrades es podran adquirir a partir del dijous 19 de desembre, a les 10 h, a través del web caldescultura.cat, per un preu simbòlic d'1 euro per persona. Com a novetat, aquest any es podran comprar fins a 10 entrades per persona, quatre més que l'any passat, tot i que no s'acceptaran devolucions, amb l'objectiu de fomentar un consum responsable.

Per evitar saturacions en el procés de compra, la nova plataforma de gestió d'entrades incorpora una sala d'espera virtual amb informació en temps real sobre la posició a la cua.

El Parc dels Reis Mags, tornarà a ser un dels esdeveniments més esperats del Nadal, que amb el suport de la Comissió de Reis de Caldes crea una experiència màgica per als més petits i les seves famílies.



El regal perfecte existeix!

Regala el nostre Xec Regal vàlid per una escapada d'allotjament, moments de relax al balneari, massatges revitalitzants, àpats deliciosos al nostre restaurant o petits extras que marquen la diferència.

Pots escollir entre Xecs de **50€**, **100€**, **200€** o **300€** i adaptar el teu regal a l'experiència que vulguis oferir.



www.balnearibroquetas.com
reservas@balnearibroquetas.com

Plaça de la Font del Lleó, 1 08140 Caldes de Montbui Barcelona



La nostra funerària compta amb:

- Les tarifes més econòmiques de la comarca
- Serveis adaptats a totes les necessitats
- Facilitats de pagament

Nou Servei: VETLLA A DOMICILI

Més íntima, més familiar,
com s'havia fet sempre.
Ofereim la preparació
i el muntatge de l'espai, a domicili
o amb lloguer d'espai alternatiu,
sempre que la família ho desitgi.



L'equip de Torra S.A. està completament
a la vostra disposició a les seves oficines
ubicades al costat de l'Església.

99% de satisfacció
en el servei complet de Torra



La funerària de Caldes de Montbui

Més de 40 anys al vostre costat

 **902 930 085**
serveis@funerariatorra.com
www.funerariatorra.com

Plaça de l'Església 5
De 9h a 13h i de 15h a 18h

 **938 654 145**



Manel Marin assumeix la presidència de la Unió de Comerciants i Industrials de Caldes (UCIC)

Parlem amb Manel Marín sobre els reptes de l'associació, el comerç local i les principals inquietuds dels seus associats.

. Des de quan ets president de la UCIC i a qui substitueixes?

Vaig començar a formar part de la Junta durant la pandèmia, treballant especialment en projectes d'enviament a domicili en un moment molt complicat. Vaig continuar implicat i, des de l'octubre, sóc el president de la UCIC, substituint Xavi Abel, que segueix col·laborant com a membre actiu de la Junta.

. Com funciona la UCIC i quin és el seu organigrama?

La UCIC està formada pel president, la junta directiva i una tècnica, l'Eli. A la junta som cinc membres actius, a més de comptar amb col·laboradors en moments puntuals.

. Quants socis té actualment l'associació?

Som uns 120 associats, entre comerços i empreses industrials.

. Quins avantatges ofereix ser membre de la UCIC? És només per comerciants o també per empreses?

La majoria dels nostres associats són comerciants, però també hi ha un bon nombre d'empreses industrials. Tots es poden beneficiar, per exemple, dels serveis jurídics que oferim a través de PIMEC. A més, treballem en accions concretes segons les necessitats dels associats. Recentment, hem presentat una al·legació per demanar una reducció de l'increment del preu de les escombraries. També hem sol·licitat ajustar les bonificacions perquè els petits comerços no paguin el mateix que empreses amb un volum molt més alt de residus. Els futurs contenidors intel·ligents podrien ajudar a calcular millor la generació de residus de cada establiment.

. Quins són els teus objectius com a president?

Un dels meus objectius és coordinar-nos millor amb altres entitats locals que, de vegades, dupliquen accions.

Proposo treballar plegats en activitats comunes, com l'encesa de llums de Nadal, per tenir més impacte i evitar repeticions. Vull fomentar una col·laboració més estreta entre tots.



. Quines són les principals preocupacions dels associats?

Un tema destacat és la reforma de l'avinguda Pi i Margall. L'Ajuntament havia proposat convertir-la en una zona exclusivament per a vianants, però els comerciants van expressar la seva preferència per mantenir l'accés als cotxes. Durant els dissabtes, el tancament del carrer va provocar una caiguda en les vendes. Amb la reobertura del matí s'ha notat una millora, però a la tarda l'activitat segueix sent baixa.

També preocupa la gestió de la zona blava i els aparcaments. Hem intentat que els comerços puguin oferir tiquets d'aparcament gratuït, però encara no s'ha aconseguit per motius tècnics. Tot i això, la zona blava afavoreix la rotació de vehicles, cosa que beneficia el comerç. També hem demanat una millor

senyalització dels pàrquings per fer-los més visibles.

. Quines activitats organitza la UCIC al llarg de l'any?

Organitzem dues fires d'outlet, la Firabotiga a l'inici de l'estiu i la campanya de Nadal amb el trenet i una panera gegant. Les butlletes per al sorteig de la panera es distribueixen

entre els comerços associats, i el sorteig serà el dia 27. Els resultats es publicaran a les xarxes socials.

Enguany, el trenet circularà els caps de setmana per l'avinguda Pi i Margall, com demanaven els comerciants i usuaris, i també passarà pel carrer Lleida com a novetat.

. Com es prepara l'associació per fer front a la digitalització i les noves tendències de consum?

Estem impulsant campanyes amb vídeos per destacar no només els productes que ofereixen els comerços, sinó també el servei personalitzat que donen. La clau és diferenciar-nos dels grans competidors en línia. Si no ho aconseguim, el poble corre el risc de convertir-se en un lloc dormitori, com ha passat en altres municipis propers.

JONATAN DEL AMO

El Govern de *Tot ho III*



Carles & Sofia Piano Duo i l'Orquestra Solistes de Catalunya oferiran el 1r Concert de Nadal a Santa Maria

El pròxim 22 de desembre, a les 19 h, l'església de Santa Maria acollirà el 1r Concert de Nadal, organitzat per la Fundació Santa Susanna.

L'esdeveniment comptarà amb l'actuació del reconegut Carles & Sofia Piano Duo i l'Orquestra Solistes de Catalunya, que oferiran un repertori dedicat a les bandes sonores de pel·lícules de Hollywood. Les entrades tenen un preu especial de 15 euros.

Una orquestra per a l'excel·lència

L'Orquestra Solistes de Catalunya, fundada el 2019 per Carles & Sofia, està formada per músics virtuoses amb l'objectiu d'oferir interpretacions d'alt nivell. L'orquestra busca potenciar el talent individual dels seus membres alhora que promou l'excel·lència orquestral. El seu debut oficial va tenir lloc al Festival de Música de Sant Pere de Rodes, i des d'aleshores, ha estat present en escenaris de referència a Catalunya.

Carles & Sofia: referents internacionals

Carles & Sofia són considerats pel públic i la crítica com un dels duets pianístics més prestigiosos del panorama internacional. Coneguts com "els reis de les quatre mans" per la crítica novaiorquesa, han actuat en sales icòniques com el Carnegie Hall de Nova York, el Palau de la Música Catalana, el

Teatro Colón de Buenos Aires i el Glinka Philharmonic Hall de Sant Petersburg, entre d'altres.

A més de la seva excel·lència artística, Carles & Sofia són coneguts pel seu com-promís amb les causes socials.



Amb una carrera que es remunta a 1987, el duet català destaca per la seva tècnica brillant, qualitat sonora, passió i elegància. El seu repertori abasta des de Bach fins a obres contemporànies, incloent-hi transcripcions orquestrals i composicions creades especialment per a ells per autors com John Carmichael o Daniel Basomba.

Han rebut distincions com la Creu Europea d'Or, la Medalla Europea al Mèrit en el Treball i l'Estrella de Oro a l'Excel·lència Professional. També han fundat iniciatives solidàries com Concerts4Good, Music on a Mission, i el 2020 van posar en marxa la Carles & Sofia Music Foundation, amb l'objectiu de donar suport a joves músics.



CRISTALLERIES CALDES, S.A.
FUSTERIA PVC I ALUMINI

* Mampares bany * Vidres * Llunes * Vidrieres artístiques
- Tot tipus de Mallorquines en alumini i Mosquiteres -

c/ Sant Ramon, 63 - Tel. 93 865 13 55 - Caldes de Montbui



Dona Home **Susanna**
Estilistes

c/ Salvador Espriu, 18
Tlf. 93 865 12 22
Caldes de Montbui

ZAFIRO
TOURS
Agència de Viatges

c/ Montserrat, 3 · Tel. 93 117 28 52
info@caldestravel.es · CALDES DE MONTBUI

bugaderia
74°
autoservei

La teva roba neta i
seca en 50 minuts

OBERT els
365 DIES
de L'ANY

609 73 08 53
Avda. Diagonal 45 - loc.5 Pl. Moreu, n° 14
Palau-Solità i Plegamans Caldes de Montbui
74graus@74bugaderiaautoservei.com
www.74bugaderiaautoservei.com

sabó
FÓRMULA ESPECIAL
amb matèries de

BAIXA CONTAMINACIÓ ORIGEN NATURAL BAIX IMPACTE AMBIENTAL

Èxit de la Jornada Cultural Solidària en suport a les víctimes de la Dana

El passat 14 de desembre es va celebrar la Jornada Cultural Solidària per donar suport als afectats per la Dana, un esdeveniment que va comptar amb una excel·lent acollida per part del públic i una participació destacada en les activitats programades.

La seu social del Centre es va convertir en un espai de trobada vibrant, on es van desenvolupar els tres actes principals: un Mercat d'Art, una Taula Rodona i un Festival de Música, tots amb una bona afluència de públic.

A nivell de participació artística, el Mercat d'Art va reunir 32 artistes que van aportar un total de 69 obres.

Paral·lelament, el Festival de Música va comptar amb les actuacions de vuit bandes locals, contribuint a una recaptació inicial de 1.040 euros, xifra que es preveu incrementar durant els pròxims dies.

La guardiola solidària, encara oberta, seguirà recollint donatius fins al 22 de desembre.

A més, el Mercat d'Art Solidari continuarà actiu fins a la mateixa data, oferint al públic l'oportunitat d'adquirir les obres que resten exposades.

Cal destacar que tots els beneficis generats, tant per les vendes com pels donatius, es destinaran íntegrament a la Creu Roja per ajudar els afectats per la Dana.



El Mercat d'Art Solidari estarà obert fins al 22 de desembre a l'altell del Centre.

ÒPTICA MONTBUI
Natural Optics

Aural CENTRES AUDITIUS

📍 Avinguda Pi i Margall 129, 08140 Caldes de Montbui, Barcelona
☎ 938 65 30 85 📞 602 229 527
✉ montbui@naturaloptics.com 🏠 www.naturaloptics.com



Molt bones Festes!!

AUTO TALLERS VILA



**MANTENIMENT I REPARACIÓ MULTIMARCA
VENDA VEHICLES NOUS, KM.0, V.O.**

AveHí Xalabarder, 11 - Tel. 93 865 09 33
Caldes de Montbui - tallersvila@gmail.com

POBLE

Eulàlia

- Regals
- Decoració
- Cortines
- Maletes
- Catifes
- Joguines

Plaça de l'Església, 1 · 08140 · Caldes de Montbui · (BCN)
t.93.865.05.95 · eulaliaporo@hotmail.com



Menús, Música i tapes

BAR RESTAURANT

LA CANIA

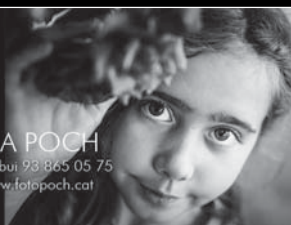
de Caldes

c/ del Forn, 22 - Caldes de Montbui - ☎ 618 820 490

FOTOGRAFIA POCH

vic, 20 caldes de montbui 93 865 05 75
info@fotopoch.cat www.fotopoch.cat

Facebook: FotografiaPoch



911

RESTAURANT

623 592 255

Carrer Major, 30
Caldes de Montbui



**L'ESPIGA
D'OR**
Fleca artesana

c/ Major, 12
Tel. 93 865 04 86

Av. Fontcuberta, 134 B
Tel. 93 865 48 23
@espigador
CALDES DE MONTBUI



Derivats de pollastre
Plats cuinats per emportar
Pollastres a l'ast

c/ Asensi Vega, 8
Tel. 93 865 02 80
Caldes de Montbui

fussió

CUINA D'AUTOR i
"MOMENT CAFETERIA"

+34600380348
+34620113274

fussio_gastroautor

CARRER DE FONT I BOET (LOCAL 1)
CALDES DE MONTBUI



EL PA TORRAT
pizzeria-llesqueria

93 865 40 78

c/ Bellit, 5 - Caldes de Montbui
elpatorratdecaldesdm@gmail.com

25è
aniversari

El Pa Torrat de Caldes



Joguines
i més...

Elena 606518124
hola@planetatucan.com
C/Barcelona 43
08140 Caldes de Montbui



TOTOTE
CAFÉ
CALDES
DE
MONTBUI

Plaça de la Font del Lleó, 10
Tel. 93 862 61 94



Ma Lluïsa
Perruquers

c/ Forn, 16
Tel. 93 865 28 04
Caldes de Montbui



Des CASC A

us desi que tir molt bone



del
ANTIC

tgem

ngueu

es festes!

K Studio
CENTRO DE UÑAS Y PESTAÑAS

extensiones de pestañas
lifting de pestañas
lifting de cejas
manicura
pedicura

+34 672 963 662
calle Forn, 24 Bis Caldes de Montbui
@k_studio_caldes

Pastes per a pasta
Sanmartí
Caldes de Montbui

**Fideuers
des de
1700**

c/ Barcelona, 40 Tel. 93 865 01 96
Caldes de Montbui

Alidiet
herbodietètica
@alidiet.veg

Carrer Major, 37
Tel. 677 32 62 37
Caldes de Montbui
alidiet.veg@gmail.com

- . Dietes personalitzades
- . Gran varietat de productes vegans
- . Assessorament

Línia cosmètica ecològica i vegana

 **ESVELT COS**
Centre d'estètica

93 865 11 41
esveltcos@gmail.com
c/ Bigues, 3 - Caldes de Montbui

LA TASQUETA
VERMUT & PINTXOS

Plaça de l'Església, 7 - Caldes de Montbui
Tel. 661 574 147 @latasqueta_caldesdemontbui

 **Llegums PARELLADA**

Comandes:
Telèfon 93 865 17 59
Whatsapp 654 816 445

Carrer Major, 9
Caldes de Montbui

CREPS, CAFÈS, TES
I XOCOLATES

GAUDIM

ESMORZARS
i BERENARS

c/ Asensi Vega núm. 1 - Caldes de Montbui
Telf. 93 865 25 12

DENTAL CALDES
DRA ANNA LÓPEZ

Scanner Intraoral
TAC dental 3D
1 VISITA GRATUÏTA

info@dentalcaldes.com www.dentalcaldes.com
Plaça de l'església, 5, 1er 4t, esc. A
Tel. 93 865 26 53 - 621 293 200
Caldes de Montbui

Boira
Atelier.

Taller de modisteria tradicional.
Materials sostenibles i confecció artesanal.

+34 627 745 533 @boira.atelier
C/ Barcelona 37, Caldes de Montbui, 08140 Barcelona

Ca l'Alvero
GRANEL

TÈS - CAFÈS - XOCOLATES - I MÉS...

cal.alvero - 666 606 749 c/ Del Forn, 26 - 08140 - Caldes de Montbui

ÁMALA
-BCN-

c/ Forn, 23
T. 687 997 160
Caldes de Montbui

L'Atelier per fer-te a mida les peces de roba
que lluiràs als teus moments més especials.

Estudi de disseny i col·leccions pròpies
de prêt a porter.

 **ELS 4 ELEMENTS DE CALDES**

TERÀPIES DE REIKI
ENCENS
ESSÈNCIES

OBJECTES REGALS
MEDITACIÓ AMB
FLORS DE BACHS

c/ Forn 35 - Tel. 93 802 72 38 - Caldes de Montbui
els4elementsdecaldes

Teresa Baró analitza la comunicació a l'era digital en una conferència a Caldes

El passat dijous, 12 de desembre de 2024, Teresa Baró, experta en comunicació i coneguda conferenciant calderina, va protagonitzar una xerrada organitzada per la Fundació Universitària Marí l'Humà a la Sala Noble de Can Rius. Baró, amb una trajectòria destacada en l'àmbit de la comunicació, és autora de diversos llibres, formadora en cursos i seminaris internacionals, i creadora de continguts digitals amb milers de seguidors a les xarxes socials.

La comunicació com a eix vertebrador de les relacions humanes

La ponent va iniciar la seva intervenció ressaltant la importància de la comunicació en la vida quotidiana i el seu impacte en les relacions personals i socials. "Comuniquem constantment, fins i tot sense adonar-nos-en", va afirmar Baró, destacant la presència de missatges verbals i no verbals en tot tipus d'interaccions.

La comunicadora Teresa Baró també va incidir en la necessitat de ser conscients d'aquests codis comunicatius, que poden variar segons l'entorn sociocultural, i va posar exemples concrets de diferències entre gestos propis de zones urbanes i rurals.

Un dels conceptes més innovadors de la xerrada va ser el de la "conducta comunicativa", que va més enllà dels codis verbals i no verbals. Segons Baró, els comportaments quotidians també transmeten missatges. Així, accions com arribar tard poden implicar una manca de respecte cap a l'altre. Aquesta visió amplia la concepció tradicional de la comunicació, oferint noves eines per entendre les dinàmiques socials.



Els nous reptes de la comunicació digital

Gran part de la xerrada va estar dedicada a analitzar els canvis que ha introduït l'era digital en els hàbits comunicatius. Teresa Baró va reflexionar sobre la coexistència de la realitat física i la realitat virtual, impulsada per les xarxes socials, i va destacar el paper creixent d'aquestes plataformes, especialment entre els joves.

Baró va enumerar els avantatges que ofereixen les xarxes socials, com la facilitat per establir connexions o compartir informació, però també va advertir dels riscos associats, com l'addicció, la manca d'autenticitat o la pèrdua de privacitat. La ponent va posar èmfasi en la necessitat de formar els usuaris en l'ús responsable i crític d'aquestes eines per evitar-ne un impacte negatiu.

Una cultura digital crítica i responsable

Com a tancament, Teresa Baró va fer una crida a fomentar una cultura digital crítica i madura. Segons la ponent, l'educació en competències digitals és imprescindible per aprofitar al màxim les possibilitats de la tecnologia sense perdre de vista els valors humans. "Hem de ser conscients del que publiquem i del missatge que projectem, perquè cada acció té conseqüències", va concloure.



Visiten Brussel·les els guanyadors del concurs "Què fa la UE per tu?"



Aquesta setmana, quatre persones guanyadores del concurs "Què fa la UE per tu?", organitzat per l'Ajuntament de Caldes de Montbui i l'Associació Amics d'Europa, han tingut l'oportunitat de visitar Brussel·les, la capital de la Unió Europea.

El viatge, que es va celebrar del 9 a l'11 de desembre, ha permès als participants descobrir de prop les institucions europees i aprofundir en el funcionament d'aquesta estructura política i econòmica que influeix en la vida quotidiana de milions de ciutadans.

El concurs es va dur a terme el passat 9 de maig, en el marc de la celebració del Dia d'Europa, amb l'objectiu de promoure el coneixement sobre el paper de la Unió Europea i com les seves decisions afecten la ciutadania.

Les persones guanyadores han estat premiades amb un viatge per a dues persones, durant el qual han visitat l'Hemicicle del Parlament Europeu, el Parlamentarium i la Casa de la Història Europea, tres espais clau per entendre el passat, el present i el futur de la UE.

Els afortunats han realitzat aquesta experiència acompanyats de membres de l'Associació Amics d'Europa, una entitat amb una estreta col·laboració amb l'Ajuntament, ja que també gestiona l'agermanament de Caldes amb la localitat francesa de Saint-Paul-lès-Dax.

Aquesta iniciativa, impulsada per la regidoria d'Europa i Projecció Exterior, tenia com a objectiu principal apropar les institucions europees a la ciutadania, tant de manera física com virtual.

Mentre que el viatge ha permès a quatre calderins viure en primera persona l'experiència de visitar Brussel·les, el concurs ha estat una eina per divulgar coneixements sobre la UE i fomentar una millor comprensió del seu impacte en el dia a dia dels habitants de Caldes.

1r Concert Música per Nadal

Fundació Santa Susanna
A càrrec de Carles & Sofia Piano Duo
amb l'Orquestra Solistes de Catalunya

Les bandes sonores de pel·lícules de Hollywood

Diumenge 22 de desembre de 2024 a les 19 h
Església de Santa Maria de Caldes de Montbui

Entrada: 15€
Venda anticipada a entrapol.is/JiEOj i a la recepció de la Residència Santa Susanna. També el mateix dia a l'Església Recaptació en benefici de la Residència Santa Susanna

Organitza:

Col·laboren:



FARMÀCIES

ABB

c/ Montserrat, 30 – Tel. 93 865 09 97

Montbui

Av. Pi i Margall, 36 – Tel. 93 865 41 46

La Font del Lleó

c/ Forn, 5-7 – Tel. 93 131 88 22

Ruano

c/ Sabadell, 45 – Tel. 93 865 05 66

RH

c/ Folch i Torres, 4 – Tel. 93 865 26 45

La Rotonda

Pl. Lluís Companys, 4
Tel. 93 865 58 98

Neus

c/ Santa Teresa, 8 – Tel. 93 862 21 93

L'Ametller

Av. Pi i Margall, 183
Tel. 93 865 49 96



CLINICA DENTAL

Enric Vidal i Regard

1a VISITA GRATUÏTA

ODONTOLOGIA GENERAL - CIRURGIA
ESTÈTICA DENTAL - IMPLANTOLOGIA

c/ Montserrat, 21 - 1er 2a

Tel. 93 865 25 18 - Caldes de Montbui

CENTRE PODOLÒGIC CALDES



calpodoleg.cat

Pl. de l'Àngel 2, 2on 2a
També servei a domicili
Tel. 93 865 21 46

Mòbil: 610 039 474

LOGGIA

PSICOLOGIA I LOGOPÈDIA

677353249

C/ John Lennon, 39 bx 3 Sentmenat
C/ Colom 31 Valls (Tarragona)

LOGOPÈDIA

Trastorns del llenguatge
Retards de la parla i del llenguatge
Especialistes en Autisme y TDHA
Reeducacions ...

PSICOLOGIA

Teràpies personalitzades
Teràpies grupals

Teràpies amb animals (hores limitades)

ARRIBEM A SENTMENAT

Sol·licita la teva entrevista gratuïta
Volem ajudar-te.

Com detectar el ciberassetjament

El ciberassetjament o cyberbullying és una forma d'assetjament que utilitza les tecnologies digitals per intimidar, humiliar o amenaçar una persona. Amb la creixent presència de les xarxes socials, aplicacions de missatgeria i plataformes en línia, aquest fenomen ha esdevingut un problema alarmant, especialment entre els joves. Però, com es pot detectar aquest tipus d'assetjament? A continuació, et proporcionem algunes pautes per reconèixer-lo i actuar-hi.

Senyals de ciberassetjament

Canvis emocionals i de comportament sobtats: Un dels primers senyals d'alerta és un canvi brusc en l'estat d'ànim de la víctima. La persona pot començar a mostrar-se trista, ansiosa, o tenir esclats d'ira sense motiu aparent. Pot tancar-se en si mateixa, evitar les xarxes socials o fins i tot esdevenir molt dependent d'elles.

Aïllament social: Els joves que pateixen ciberassetjament sovint s'allunyen dels seus amics i familiars. Potser comencen a evitar activitats que abans els agradaven, o ja no volen participar en esdeveniments socials per por de trobar-se amb els seus assetjadors.



Baix rendiment acadèmic o laboral: El ciberassetjament pot afectar negativament la concentració i el rendiment de la persona. Els estudiants poden experimentar una davallada en les seves notes, faltar a classe o manifestar desinterès per l'escola. En el cas dels adults, poden perdre la motivació a la feina i reduir la seva productivitat.

Retirada de l'ús de dispositius electrònics: Si una persona que normalment gaudia d'utilitzar el mòbil o l'ordinador comença a evitar-los, pot ser un indicatiu que és assetjada en línia. La por de rebre missatges desagradables o comentaris nocius pot portar a evitar aquests dispositius.

Comentaris o comportaments estranys en línia: Si observes que algú publica missatges desafiadors o amb contingut negatiu en les seves xarxes socials, o bé si comparteix missatges críptics o demana ajuda, això podria ser un senyal que està patint ciberassetjament.

Consells per cuidar les dents durant les festes

Després de Nadal es triplica el nombre de càries. I és que durant les festes baixem la guàrdia i oblidem algunes normes bàsiques per mantenir la salut dental.

Us deixem amb 10 consells per no maltractar nostres dents aquestes festes:

- . **Comprovat:** El dia de Cap d'Any ningú es renta les dents després de les campanades, el raïm i la gresca posterior. El cava, la sidra o el xampany del brindis, així com el raïm, contenen molt sucre del que es nodreixen els bacteris, es converteix de seguida en placa i danya les nostres genives. No et fiquis al llit sense rentar-te les dents!
- . **Per Nadal, vacances per a tot, excepte per als aparells d'ortodòncia,** que no tenen cap dia lliure si vols que el teu tractament avançi com deu.
- . **El torró de xixona no és el pitjor per a les teves dents.** Encara que contingui sucre, també té ou, ametlla i oli, beneficiosos per a les dents. Els pitjors torrons són els de "sabor pinya", amb dolç de llet, maduixes... saturats de sucres artificials.
- . **Si beus molt vi o cava, procura prendre alguns trossos de formatge per contrarestar la ingesta de sucre.** El formatge conté calci, fòsfor i caseïna, que redueixen la placa i estimulen la producció de saliva.



. **Al xampany, a més, se li afegeix àcid carbònic per produir les bombolles.** S'ha demostrat que el vi blanc (Riesling, per exemple) i el xampany són més erosius que el vi negre tant per l'esmalte com per al ciment de l'arrel dental. La capacitat erosiva s'incrementa amb la temperatura.

. **La xocolata negra és molt més sana que la xocolata amb llet** pel seu efecte antioxidant, que també aporta una protecció cardiovascular. La xocolata amb llet perd aquestes propietats en contenir més sucres.

. **L'oli d'oliva protegeix enfront de la càries i el desgast dental.** Per exemple, les sardines en llauna amb oli d'oliva aporten proteïnes, calci, fòsfor i una capa d'oli sobre la dent que els bacteris de la càries no són capaços de penetrar.

. **Tria xiclet sense sucre, que estimula la producció de saliva.** La saliva té un efecte protector directe sobre les dents al neutralitzar el pH àcid.

. **Compte amb els substituïts del sucre, molts també contenen calories.** El sorbitol, per exemple, pot produir càries. Altres camuflen glucosa i fructosa que danyen l'esmalte dental.

. **Suggereix a la teva parella que et regali una neteja i un blanquejament dental com a regal de Reis.** Li estaràs regalant llum al teu somriure i cara, i seguretat per a tu mateix/a.



- psicologia infantil, juvenil i adults
 - psicologia de l'esport

www.saucpsicologia.com
 Vanessa Olmos Oliván - psicòloga (col. 13.086)
 c/ Aparici, 7 - Tel. 93 865 57 37 - 685 806 557
 Caldes de Montbui - vanessa@saucpsicologia.com



Clínica Dental
Ayuso & Schisano

Estètica dental. Ortodòncia
Odontologia general. Implantologia

c/ Avel·lí Xalabarder, 17 - tel. 93 866 55 06
 Caldes de Montbui

Dr. C. SURRIBAS

METGE PSIQUIATRE

HORES CONVINQUDES
www.psiquiatriacaldesdemontbui.com
 c/ Forn, 23 2n pis - CALDES
 Tel. 93 865 44 86

CLÍNICA DENTAL BORRELL

Pi i Margall 24 ★ 93 865 45 79
 08140//CALDES DE MONTBUI

Dra. MARIA XALABARDER SAGALÉS

. Medicina familiar i comunitària
 . Dietes de prescripció mèdica
 . Centre d'obtenció de mostres de laboratori

c/ Aparici núm. 2, 1er 2a - Caldes de Montbui
 Tel. 617592132 · mariaxalabarder@gmail.com

ClínicaDental

Dr. David Morales | Dra. Eva Morales | Dra. Mònica Morales

Tel. 93 865 38 80
 Torres i Sayol, 27, 1r-1a | 08140 Caldes de Montbui
caldes@clinicamorales.net | www.clinicamorales.net

FARMÀCIA FONT DEL LLEÓ

NOU HORARI
 9h-20h
 de dilluns a divendres
 Dissabtes
 de 9h a 13:30h

 [farmacia_font_leo](https://www.instagram.com/farmacia_font_leo)
 625-771-356
  Forn 7, 08140, Caldes de Montbui

TOT Caldes

busca'ns a

Instagram



Canelons farcits de carn d'ànec i foie

Ingredients:

Per a la massa dels canelons:

200 g de farina

2 ous

Una mica de sal

Aigua

Per al farcit:

300 g de carn d'ànec picada

100 g de foie-gras

1 ceba mitjana, picada

2 grans d'all, picats

1 copa de vi ranci

1 llauna de tomàquet triturat (400 g)

Sal i pebre al gust

Oli d'oliva per sofregir

Per a la beixamel:

50 g de mantega

50 g de farina

500 ml de llet

Sal, pebre i nou moscada al gust

Per al fornejat:

Formatge ratllat (parmesà o similar)

Massa dels canelons:

En un bol, barreja la farina amb els ous i una mica de sal.

Afegeix aigua gradualment fins a obtenir una massa homogènia i lleugera.

Estén la massa en làmines fines i posales a bullir en aigua amb sal fins que estiguin "al dente". Escorre-les i reserva-les.



Farcit:

En una paella amb una mica d'oli d'oliva, sofregeix la ceba i l'all fins que estiguin translúcids.

Afegeix la carn d'ànec picada i salta fins que estigui ben daurada.

Incorpora el foie-gras tallat a trossos petits i deixa que es desfaci.

Aboca el vi ranci i deixa reduir. Després, afegeix el tomàquet triturat, sal i pebre. Cou-ho tot conjuntament, fins que la salsa s'hagi reduït i ha agafat sabor.

Beixamel:

En una cassola, s'ha de fondre la mantega i afegeix la farina per fer un roux.

A poc a poc, afegeix la llet sense deixar de remenar per evitar grumolls.

Condimenta amb sal, pebre i nou moscada al gust. Deixa que espessi fins a obtenir una beixamel cremosa.

Muntatge:

Estén les làmines de pasta i omple-les amb la barreja d'ànec i foie-gras.

Enrotlla les làmines per crear els canelons i col·loca'ls en una safata per a forn.

Cobreix els canelons amb la beixamel i espolsa formatge ratllat per sobre.

Forneja'ls fins que la part superior estigui daurada. EVA REMOLINA



Celebra el Nadal amb nosaltres



SOPAR DE NADAL · 24 desembre

DINAR DE NADAL · 25 desembre

DINAR DE SANT ESTEVE · 26 desembre

68€



DINAR D'ANY NOU · 1 gener

50€

SOPAR I FESTA DE CAP D'ANY

• Sopar de gala (opció menú vegetarià disponible)

• Raïm de la sort i bossa de revetlla

• Gran Sorteig

• Ball amb DJ amb 1 consumició

• Xocolata amb melindros

130€

INFORMACIÓ I RESERVES

info@termesvictoria.com

620 79 65 62



AQUEST NADAL REGALA
Espai CEL
AIGUA TERMAL MIL·LENÀRIA
EN UN ESPAI ÚNIC
www.espaicel.cat



El torró tou, què ens aporta i quins són els seus ingredients?

El torró és l'element imprescindible de les festes de Nadal. Tot i això, podríem dir que és un gran desconegut.

Què és el torró tou?

Si fem servir la legislació podrem tenir les idees una mica més clares a l'hora d'identificar els torrons. Des del punt de vista legal es classifiquen en:

Torró: hi entrarien el torró tou i el dur, que es caracteritzen per estar elaborats per una massa formada a partir de mel, sucres i ametlles, a la qual es pot afegir clara d'ou o albúmina (proteïna).

Torrons diversos. Als torrons diversos s'engloben tots els altres, des dels torrons de xocolata fins als de maduixa i nata, passant pels nous sabors, com de donuts o de patates fregides.

La legislació indica que s'elabora exclusivament amb ametlles torrades, mel, sucres, clara d'ou o albúmina, aigua i additius autoritzats.

Què signifiquen les qualitats del torró?

Per tenir una idea de les característiques del torró, el primer que convé fer és consultar la qualitat a què pertany. Podem veure'l fàcilment perquè s'indica al frontal de l'envàs. En el cas del torró



tou es distingeixen quatre categories segons el contingut mínim d'ametlles: Suprema: 54% d'ametlles. Extra: 50%. Estàndard: 44%. Popular: 30%.

A la legislació també es té en compte la seva composició fisicoquímica per a la qualitat suprema i per a la qualitat extra.

La importància de les ametlles al torró

Com podeu imaginar, l'ingredient més important del torró tou és l'ametlla. És la principal responsable de les seves característiques organolèptiques

(sabor, textura, aroma...), de la seva composició nutricional i també del preu. Atesa la importància, és interessant que la quantitat d'ametlla sigui alta.

RESTAURANTE CHINO PEKIN
COMIDA CHINA i SUSHI
A DOMICILIO
i PARA LLEVAR
Tels. 93 862 63 99
93 865 40 09
Menú del dia 9,90 i 11,95 euros
c/ Aparici, 4 - CALDES



Menú diari i cap de setmana

Els millors "callos" de Caldes

Avda. Pi i Margall, 59
Tel. 625 864 586
93 140 62 26
Caldes de Montbui

WINNER
Cina Fresca i Casolana
• Especialitat en paelles i fideuà
(també per emportar a casa per encàrrec)
• Menú Diari
c/ General Padrós, 87 - Tel. 600 578 827
Caldes de Montbui

Presets CANSALADERIA XARCUTERIA CA L'AMALIA
Elaboració pròpia
Pi i Margall, 52 - Tel. 93 865 04 94
Caldes de Montbui

vins i caves formatges pernils i embotits
patés - bacallà - fruits secs

XARCUTERIA
"El Celler"

Bon Nadal i Felicitat Any Nou !

Elaboració pròpia de mató i formatge fresc

Av. Pi i Margall, 37 - Tel. 93 865 05 92 - Caldes

Mentre fas talan! tilin! tolon!

Mentre fas "Talan! Talan!"
Canta, estima, abraça.
A la mà duu el teu cor.
No et tanquis en una carcassa,
que l'amor és un tresor.

Mentre fas "Tilín! Tilín!"
Deixa't seduir per la fortuna
de gaudir de l'escuma del cava,
i de les carícies de la lluna,
sobre un turó o sobre la mar blava.

Mentre fas "Tolon! Tolon!"
Treu les neules i els torrons
I, en família, adelita't del dinar.
Si has marxat per aquests mons,
no triguís a tornar.
I que tinguis un bon retorn!

Bon Nadal i feliç Any nou!

Mercè Jorba

Navidad 2024

Apenas sin darnos cuenta llegan los hermosos días de la celebración de la Navidad. Como todos sabemos, son celebraciones muy entrañables y enriquecedoras a nivel personal, y afortunadamente y desde tiempos inmemorables a un nivel muy extendido se siguen celebrando.

Si nos paramos en el tiempo, son muchas las celebraciones religiosas que han ido desapareciendo y pienso que debemos tener fe y confianza en el futuro y podamos seguir celebrando estas majestuosas fiestas de Navidad, pues para las personas que nos consideramos creyentes, estos días nos acercan a Dios nuestro Creador.

En estos últimos años, y sobre todo las personas que forman las nuevas generaciones, aprovechan estos días de fiestas laborales y suelen viajar a otros puntos geográficos

para cambiar la rutina del día a día sin ser conscientes que el mejor lugar que podemos pasar estos bonitos días de Navidad, es en



compañía de nuestros seres queridos. Esperemos que la semilla que las personas mayores hemos ido sembrando respecto a estar en familia durante estas fiestas, surta efecto para que las futuras generaciones sigan celebrando estas hermosas fiestas navideñas.

Les deseo de corazón unos días en familia, llenos de paz, comprensión y cariño.

Elvira Zafra

Us desitgem
BONES FESTES

i un
BON ANY
2025



**ESQUERRA
REPUBLICANA**
Caldes de Montbui

Caldes Centre Comercial
us desitja

Bon Nadal

CARRILET

Corre! puja que s'escapa.

21, 22, 23, 28, 29 i 30 de desembre, 2, 3 i 4 de gener de 10:30 a 13:30h i de 17:00 a 20:00h
24 i 31 de desembre de 17:00 a 20:00h



Fes una compra mínima de 10€ a les botigues de Caldes Centre Comercial i als establiments de l'UCIC i aconsegueix els teus vals per poder accedir al trenet:

Comprar a les botigues de la UCIC i de
Caldes Centre Comercial té PREMI

**GRAN
PANERA**

Compra a les botigues participants
i aconsegueix el teu número i guanya la panera amb
més de 60 regals!

Sorteig el dia 24 de desembre

Col·laboren:

Abel artesa Xarcuter
Òptica Roser
Boira Atelier
Stelios centre mèdic
estètic
Públic Moda
Argenta Joies
Guixots
InDisseny
Cal Vidrier
Cal Paretas
Isona
La Parada de la Carn
Ziba moda
Esporta

Atzavara't
Peixos Marina
Pedragosa
Caramelle
Caffe Iseo Gelateria
Fiques Vila Valls
Pep esports
Òptica Montbui
Centre Auditiu
Maca
Break&Beauty
Skull shop
Caldents
Novacadèmia School
Estètica Sandra
Magescal
J Busquets assurances

La Mirada Cooperativa
Image Solutions
Repúblic Sabateria
Abel Moda Infantil
Casa Tonet
Blocs Papereria
Ca l'Amàlia
Cladellas
Cristalerías Caldes
Mon Sac
La Taperia de Caldes
Angelorum Joies
Sant Joan
Detalls
Carns Riu
Winner
New Horizons

Xarcuteria Grau Vila
Expeneduría de tabac
Nro.2
Can Robert
Active Dufit
El Celler
Spiritual
Miro Garden
Electrodomèstics Serrat
Teixits Soler
Art Floral Penélope
Frankfurt Caldes
Kids&US
Blommor floristes
Silvia comercial
Aquae Calidae viatges
La Boutique

UCIC



SHOP
in
CALDES



Rones des de l'avingu Pi i Mar



Avinguda Pi i Margall, 51
08140 Caldes de Montbui

Telèfon 93 866 08 20
www.vilavalls.com



Pixel-la 
Impremta i copisteria digital

☎ 93 501 23 22
📞 637 42 81 98
Av. Pi i Margall, 42

<https://pixel-la.com>

Targetes, publicitat, fulletons, copisteria
Regals, merchandising...



Avda. Pi i Margall, 89 - Tel. 93 862 60 79
CALDES DE MONTBUI



PRIXCALDES
FOTOGRAFIA DIGITAL

· Regals personalitzats
· Reportatges
· Productes d'impremta
· Impressió gran format

prixcaldes@gmail.com
www.prixcaldes.es

c/ Homs, 2
Caldes de Montbui
Tels. 93 865 5263 / 682 921 445



Tendals "Toldos"
pèrgoles bioclimàtiques
cortines, energia solar
Classes de patchwork
i "crochet"
Teles patchwork

Avda. Pi i Margall, 130 - Tel. 93 515 13 88
Caldes de Montbui - www.teixitsoler.com



puntades
mantellines pintes
mocadors barrets

Pi i Margall, 43
Tel. 93 865 09 36
Caldes de Montbui



Avda. Pi i Margall, 74 - Tel. 93 688 37 08
info@rafestilistes.com - Caldes de Montbui



Avinguda Pi i Margall, 6 - Tel. 93 865 11 39
Avinguda Pi i Margall, 17 - OUTLET
CALDES DE MONTBUI

Festes

uda

gall



FARMÀCIA VETERINÀRIA

 **JustPet**

Per entrar aquí s'ha de tenir morro

Plaça de l'Àngel, 2 (al costat del Canaletes)
Tel. 686 577 444 - Caldes de Montbui

 **Can Robert**
RESTAURANT

Menú diari
i cap de setmana

Els millors "callos"
de Caldes

Avda. Pi i Margall, 59
Tel. 625 864 586
93 140 62 26
Caldes de Montbui

 **ÒPTICA MONTBUI**
Natural Optics

 **Aural** CENTRES
AUDITIUS

Avinguda Pi i Margall 129, 08140 Caldes de Montbui, Barcelona
938 65 30 85 602 229 527
montbui@naturaloptics.com www.naturaloptics.com

Elaboració pròpia

Rosàs

CANSALADERIA - XARCUTERIA
CA L'AMÀLIA

AGENT D'ASSEGURANCES - AGENT FINANCER - GESTOR DE PATRIMONI

J. Busquets

Avda. Pi i Margall, 35
Tel. 938 654 437
www.busquets.cat

08140 Caldes de Montbui
Fax 938 654 153
info@busquets.cat

 **image-solutions.es**
experts en fotografia

Av. de Pi i Margall, 99
Caldes de Montbui
www.i-moments.cat

Tel. 93.865 45.70
648.097.245
is27@image-solutions.es

*Aquest Nadal
regala els
nostres productes*



Avda. Pi i Margall, 52
Tel. 93 865 04 94
CALDES DE MONTBUI

MAGESCAL
SERVEIS IMMOBILIARIS

L'equip de Magescal
us desitja molt
bones Festes!



— magescal.com — 93 862 67 77 —

Xangri-la (L'indret mitològic)



Hi ha països que només pronunciant el nom ja suscitin respecte. Tanmateix, aquests mateixos països en visitar-los deixen una forta empremta que difícilment oblidarem. Un d'ells és al Pakistan.

Malgrat els esdeveniments bèl·lics que d'un temps ençà sacsegen el país, encara és possible de visitar. I és per aquest motiu que el record d'aquest país es manté viu a la meua ment i la meua retina reté els colors del meu pas per una de les valls més impressionants: la vall d'Hunza, coneguda com el "Xangri-la" (la vall de la longevitat).

El mes d'agost l'anomenada autopista del Karakorum envia unes clatellades de vent fi i gèlid. Des del niu dels falcons la vista de la vall d'Hunza sembla irreal. Presenta unes muntanyes de color gris cobertes per clapes de neu. Una regió formada per serralades impressionants, fita important d'alpinistes que cerquen coronar cims com el Nanga Parbat o el famós K-2, la imatge supèrbia de superioritat per sobre els altres. I com no, les rutes més espectaculars per practicar trekking.

L'Indus és el riu principal i amb el seu llarg recorregut baixa entre barrancs i forma un ample franja verda i fèrtil. Aquest riu esclata amb el sol del migdia i un mantell d'horts verds llisquen pels seus pendents.

Circular per la "Karakorum Highway" és una experiència emocionant i a la vegada feixuga. Es pot admirar els resultats de la lluita de l'home amb una orografia extremadament adversa. Es passa per valls, llogarets i ports de muntanya de vertigen, ancorats al passat, on l'única subsistència és una agricultura limitada, i el transport es recolza bàsicament amb el iac, el cavall i algun que altre camió. El recorregut per les valls és extremadament espectacular; comença amb el pont penjat més gran que he vist mai. Poc abans d'arribar a la llarga i estreta vall d'Hunza, el primer que apareix a la vista



al girar l'últim revolt, és el Palau de l'emir (governador ancestral de la vall). Ubicat a les altures, semblant a un niu de falcons, confon els seus colors blau i marró amb les muntanyes de neu perpètuas com a teló de fons. El fons Karimbad, el llogaret d'Hunza, sembla un petit ramat d'ovelles.

El Xangri-la, en realitat s'acosta al mite i llegenda, sobre els seus habitants, que gaudeixen de bona salut i bastants d'ells sobrepassen el segle de vida, segons sembla és degut a l'alimentació que ha estat profundament estudiada. La quasi total absència de carn a la seva dieta, la immensa puresa de l'aire, juntament amb una gran quantitat de cereals, fruita i, sobretot litres de te. Les dones treballen els camps de conreu a cara descoberta i vestides amb colors llampants. No tenen inconvenient de deixar-se fotografiar i, en canvi, m'obsequien amb fruita. L'islam d'Hunza mostra unes formes diferents a la resta del país.

Els desnivells salven vertigens impossibles, terrasses senzilles, horts d'arbres fruiters: albercoquers, pomeres, presseguers i cirerers; blat, pastanagues, cebes, patates. De tot creix en aquest indret a la vora del cel. Cada pam de terra és ben aprofitat.

És final de l'estiu en aquesta vall, la temporada de l'albercoc s'ha acabat i ja es poden veure poques teulades cobertes per aquesta fruita, doncs, els posen a assecat al sol. Cal dir que l'especialitat més preuada d'Hunza és, ni més ni menys, la sopa d'albercoc, senzilla, gustosa i amb molta vitamina. La vall d'Hunza és un d'aquests indrets del món beneïts per la bellesa que supera l'imaginable.

Molt bon Nadal i Any Nou!

Ramon Huertas i Barea

Us desitgem
un bon Nadal
i pròsper Any Nou

Os deseamos una
Feliz Navidad
y próspero Año Nuevo



Per a consultes i informació
contacteu amb nosaltres:
Tel. 624 046 451
ppcaldesdemontbui@gmail.com

Saber dir “No” (2a part)



Acabava l'article anterior amb la frase... DIR “NO” ÉS MOLT SALUDABLE!

I us donava un primer consell de com aconseguir-ho... Només hi ha una manera de fer-ho de manera efectiva, i és utilitzant l'ASSERTIVITAT. L'ASSERTIVITAT consisteix a dir el que penses i el que sents, sense ofendre l'altre.

T'HAS PLANTEJAT MAI COM PODRIES CANVIAR ALGUNES DE LES SITUACIONS QUE VIUS EN EL DIA A DIA, SI LES GESTIONESSIS DE MANERA ASSERTIVA O COM MILLORARIA LA TEVA VIDA???

Ara bé, actuar amb assertivitat no sempre és fàcil i, és més, no sempre és efectiu... perquè que nosaltres siguem assertius, no significa que l'altre ho rebi bé o no s'enfadi... (tot i que almenys, ser assertiu, et dona més calma mental i ser mentalment més saludable).

Avui, i ja com a escrit per acabar l'any (i per què no... potser com a objectiu d'any nou), vull plantejar-vos algunes situacions i donar alguns “tips” de com dir “NO” (al final, la teoria la sabem tots, però el difícil és dur-ho a la pràctica).

Davant d'una situació de desacord, podem tenir tres possibles respostes:

AGRESSIVA – és aquella resposta en què la persona exposa el que sent i el que pensa, per sobre de tot, sense tenir en compte el que pensa o sent l'altre.

EVITATIVA – és aquella resposta en què la persona no exposa el que sent ni el que pensa, o perquè pensa que no és important, o perquè creu que per l'altre no és important, perquè vol agradar a l'altre o perquè no el vol molestar.

ASSERTIVA – és aquella resposta en què la persona exposa el que sent i el que

pensa, des de l'empatia i tenint en compte al seu interlocutor. Ara bé... que tu actuïs de manera assertiva, no significa que l'altre toleri la resposta, ni que li agradi ni que ell es mostri desagradable amb tu...

I llavors, què fem??? Doncs a priori, jo et diria que sempre utilitzis una actitud assertiva... però sent conscient que hi haurà batalles que estan perdudes des del principi, pel tarannà del teu interlocutor. Si el teu interlocutor és una persona molt estructurada, molt cabuda, amb una gestió de la frustració molt negativa, acostumat a fer sempre el que vol, molt rumiat, que li costa sortir del bucle... una actitud assertiva no serà suficient. De fet, a vegades, una actitud “evitativa” serà més intel·ligent i més protectora.

SITUACIÓ 1 – El teu amic Carles et planteja d'anar al cinema i dius que sí, però quan és el dia, et trobes molt cansada, has tingut un problema a la feina... i l'últim de què tens ganes és de tancar-te a les fosques en una sala a veure una pel·lícula. Tu el truques i li plantes la situació, oferint una alternativa de pla o de dia. Això seria una resposta assertiva... Pot ser que ell s'enfadi, però has de tenir clar que tens dret a canviar d'opinió i que un pla no et vingui de gust.

SITUACIÓ 2 – la teva amiga et truca per dir-te per enèsima vegada que ho ha deixat amb el seu nòvio, tot i els consells de què no és una persona adequada per ella, perquè només la vol quan a ell li interessa. Una resposta bona podria ser distreure-la amb un tema de conversa que no s'espera o que li serveixi per trencar el bucle (tot i que també és vàlid dir-li que podeu veure-us, però que parlar de nou del tema et crea malestar perquè és ella la que busca mantenir aquest tipus de relació i que no vols parlar d'això).

SITUACIÓ 3 – t'agrada quedar amb una persona, però veus que si quedes “massa estona”, pel seu tarannà, et deixa un regust de boca una mica amarg (persones molt pessimistes, que es fan la víctima, que necessiten ser el centre d'atenció...). És saludable poder quedar amb elles, però més saludable és saber quan i com quedar. Per exemple, quedar per fer un cafè, però amb un temps finit en què quan comenci l'estona d'incomoditat, tu puguis marxar.

SITUACIÓ 4 – el teu fill avui té un dia una mica girat. Res li sembla bé i per tot es queixa. Està més cansat del compte o potser ets tu la que estàs girada, perquè allò a la feina no t'ha anat bé i ho pagues amb ells. Surt de l'escola i la embolica perquè no vol l'entrepà que li has dut. Al matí li havies dit que li duries una altra cosa, i amb les presses, ho has oblidat. Crida i tot i que intentes conciliar amb ell... continua plorant. Tens dues opcions: o allargar el plor fins a l'indefinit o, sent conscient que estàs sent evitativa i no afrontes el problema, vas al forn i compres un dolç. És el millor? Doncs no ho sé, però sí que sé, que és lícit saber que hi ha batalles que no cal batallar sempre, per supervivència humana!!! I no passa res (no pensis que el nen s'està sortint amb la seva, ho fas més per tu que per ell, per no allargar una situació que estava destinada al fracàs).

ARA SÍ, COMENCEM A PRACTICAR EL FET DE POSAR LÍMITS???

QUE PASSEU MOLT BONES FESTES I MOLT BON INICI D'ANY 2025!!!

Vanessa Olmos
Psicòloga

Guines - banys - interiors
Obra nova - Rehabilitacions - Reformes

DOS
CONSTRUCCIO - SERVEIS

Carrer Montserrat, 18, local B - Caldes de Montbui
Contacte: 680167984 - info@dos4.cat www.dos4.cat

BLOMMOR
FLORISTES

c/ Montserrat, 23 - telf. 93 186 99 72
Caldes de Montbui - www.blommor.eu

AUTO ESTACIÓ

Bones Festes!

c/ Estació, 70
Tel. 93 865 10 40
CALDES DE MONTBUI



L'Ajuntament informa

Tancament del parc de Can Rius i afectacions al trànsit durant la Cavalcada Reial

Els dies 2, 3, 4 i 5 de gener el parc de Can Rius estarà tancat amb motiu del Parc Reial. Consulteu les afectacions al trànsit durant la cavalcada Reial.

Els dies 22 i 29 de desembre són dies festius on és permesa l'obertura comercial

Segons el calendari d'obertura a Catalunya dels establiments comercials en diumenge i dies festius, durant els dies 22 i 29 de desembre es permet l'obertura comercial.

Activitats de dinamització comercial

Els dies 23 i 24 de desembre, als eixos comercials ubicats a l'avinguda Josep Fontcuberta, els carrers Lleida i Montserrat, l'avinguda Pi i Margall i el casc antic, es duran a terme dues activitats de dinamització itinerants:

23 de desembre de 2024, de 17.30 h a 19.30 h: Carretó de maquillatge pels eixos comercials.

24 de desembre de 2024, de 17.30 h a 19.30 h: Animació itinerant de màgia pels eixos comercials.

Amb aquesta iniciativa es vol dinamitzar l'eix comercial i transformar-ho en un espai on totes les persones puguin gaudir del Nadal a la vila. Podeu ampliar tota la informació de les campanyes a l'espai Shop in Caldes del web municipal.

Nadal 2024. Horaris dels equipaments i serveis municipals

Amb motiu de les vacances de Nadal alguns equipaments i serveis municipals canvien els seus horaris. Consulteu-los al web www.caldesdemontbui.cat. Tots els equipaments estaran tancats els dies festius de Nadal, Sant Esteve, Any Nou i Reis.

A partir del 19 de desembre ja podeu reservar les entrades per entrar al Parc Reial 2025

El Parc Reial s'instal·larà a Can Rius els dies 3 i 4 de gener. Les entrades es posaran a la venda a partir del 19 de desembre a les 10 h al web de CaldesCultura. Com a novetat d'aquest any, la venda s'ha limitat a 10 entrades per persona, 4 més que l'any passat. Tanmateix, amb l'objectiu de fomentar un consum responsable, no s'acceptaran devolucions d'entrades. Per evitar la saturació en la venda d'entrades, i mantenir l'ordre d'accés de les persones, la nova plataforma de gestió d'entrades, incorpora una sala d'espera amb indicacions a temps real sobre la posició que cada persona ocupa en la cua virtual.

Nova ubicació de l'OMIC

El Servei de l'Oficina Municipal d'Informació al Consumidor (OMIC) que fins ara es realitzava des de la seu social de Cooperativa 70, a partir del 2 de gener de 2025 estarà a La Piqueta. Per a consultes, reclamacions o seguiment de casos podeu posar-vos en contacte amb l'Ajuntament adreçant-vos a La Piqueta al carrer del Dr. Delger, 5, enviant un correu electrònic a omic@caldesdemontbui.cat o trucant al número de telèfon 938627025.

Llista d'ofertes de feina actualitzades el: 13/12/2024

Núm. Oferta

370157 Operari/operària (Aux. Màquina)

370097 Administratiu/va comercial (BackOffice)

369935 Aux. sociosanitari/ària (per treballar amb gent gran)

369837 Cambrer/a

369835 Tècnic/a Manteniment

369832 Monitors dinamitzadors d'esdeveniments nadalencs

369719 Secretari/ària de direcció

369165 Tècnic/a de Riscos Laborals&Qualitat

369029 Paleta of. 1a

368992 Netejador/a caps de setmana

368880 Aux. administratiu/va (j. parcial)

368878 Mosso/a magatzem (jornada parcial)

368529 Perfil d'atenció comercial al client (proximitat)

368526 Xofer repartidor/a

368308 Forner/a

Podeu consultar i inscriure-us a les ofertes actualitzades al web xaloc.diba.cat/ofertes-de-feina

Per qualsevol consulta, podeu contactar amb la Piqueta trucant al Tel. Atenció directa 93 862 70 25. Per via telemàtica, no dubteu a contactar-nos a través dels correus electrònics següents: borsatreball@caldesdemontbui.cat clubfeina@caldesdemontbui.cat clubfeina16@caldesdemontbui.cat pfo@caldesdemontbui.cat

Des del Servei d'Ocupació es recorda que és molt important revisar periòdicament les ofertes penjades al web: www.caldesdemontbui.cat, per tal de no perdre l'oportunitat de formar part dels processos de selecció que siguin d'interès per a les persones que cerquen ocupació.

Presentació de l'àlbum il·lustrat "El día que mi papá aprendió a compartir"

La Biblioteca Municipal de Caldes de Montbui presentarà, el 21 de desembre a les 12 h, l'àlbum il·lustrat "El día que mi papá aprendió a compartir". L'activitat anirà a càrrec d'Anna Tantinyà i comptarà amb la presència de l'autor calderí Ferran Jurado. Veniu a descobrir la història de Marco i el seu aprenentatge sobre la solidaritat i el valor de compartir. Accés lliure fins a omplir l'aforament.



www.caldesdemontbui.cat

facebook.com/ajuntamentcaldesdemontbui

[@AjCaldesMontbui](https://twitter.com/AjCaldesMontbui)

[ajcaldesdemontbui](https://instagram.com/ajcaldesdemontbui)



Ajuntament de Caldes de Montbui



agrobotiga
CALDES

Av. Pi i Margall, 138
Caldes de Montbui

agrobotiga@agricaldes.com
Tel.: 936 599 503



RUISAN ASSESSORS, S.L.
Assessorament d'Empreses

- Assessorament Fiscal, laboral i comptable
- Serveis advocats: Laboral, mercantil i civil
- Declaració rendes
- Canvis de nom de vehicles

Assessorament de la seva activitat sense compromís
c/ Sant Pau, 94 - 93 865 48 25
Caldes de Montbui



Farriol Arquitectes

www.farriolarquitectes.com - 619745166
C. Sant Ramon 28, local, Caldes de Montbui

Es busca repartidor/a de premsa a Caldes amb vehicle per un dia a la setmana.
Tel. 646 01 97 82



RAMON PICANYOL
Instal·lador Autoritzat d'Aigua, Gas i Electricitat

c/ Montserrat, 20
Caldes de Montbui Tel. 610 25 02 53

Es busca renta plats i ajudant de cuina pels caps de setmana per restaurant.
Tel. 93 864 89 41.



JARDINERIA ORIA
ESTEBAN ORIA ROLDAN

610958673
938448958
C/ La Vall 15
CALDES DE MONTBUI
estebanoria1@hotmail.com

Reflexions

Qui és el Nadal?

Vivim en una societat on el consumisme té cada vegada major presència. En aquestes dates, en les que tot sembla girar entorn de regals, festes i adornaments, és necessari recordar el veritable significat del Nadal. "El Nadal és JESÚS".

Aquesta és la celebració que fa del desembre un mes especial, en el qual les persones s'animen a somniar, a riure, a oblidar per uns instants els problemes. Cal destacar també les reunions de les famílies per compartir i alegrar-se en aquestes dates, experimentant la unió que els permeten aquests dies. Però hauria de ser també una ocasió i una oportunitat per reflexionar. No us sembla que en aquestes trobades de celebració al qui menys es recorda és al Senyor Jesús? I això que gràcies a Ell es commemora el Nadal!. Els carrers s'omplen de llums, però Aquell que va dir: "Jo soc la llum del món" està absent.

En el Nadal recordem a Aquell que va venir a aquest món per salvar-nos, entregant la seva vida per donar-nos vida eterna. I Ell desitja fer de les nostres vides un Nadal constant on la pau, l'esperança i la convicció d'un futur segur omplin la nostra ment i el cor per sempre. Ens cal doncs convidar a Jesús perquè sigui el nostre Senyor i Salvador personal, alegrant-nos així no només per un poc temps del desembre sinó per la resta dels nostres dies.

FELIÇ NADAL!!

Diumenge: 11 matí: Adoració i comunió
11.30h: Escola Dominical
per a nens i nenes

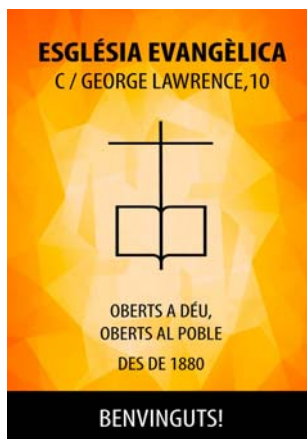
c/ GEORGE LAWRENCE, 10
- CALDES DE MONTBUI -

PROGRAMES DE TELEVISIÓ:

. **Néixer de Nou:** darrer diumenge de mes a partir de les 10h a TV3.

. **Buenas Noticias TV:**

Cada diumenge a les 9,15h per La 2.



ESGLÉSIA EVANGÈLICA
C/ GEORGE LAWRENCE, 10

OBERTS A DÉU,
OBERTS AL POBLE
DES DE 1880

BENVINGUTS!

"El Llibreter Reial:

Demana un llibre als Reis!

Aquest Nadal, la Biblioteca de Caldes de Montbui torna a posar en marxa la campanya "El Llibreter Reial: Demana un llibre als Reis!", una iniciativa adreçada a infants de 0 a 13 anys per fomentar la lectura i omplir d'il·lusió les festes nadalenques.

Els més petits poden recollir un model de carta a la Sala Infantil de la Biblioteca i, un cop omplerta, dipositar-la a la bústia reial. Els regals que hagin demanat als Reis es podran recollir a la Biblioteca el dimarts 7 de gener de 16.00 a 20.00 h.

El divendres 3 de gener, a les 18.00 h, la Missatgera Reial visitarà la Biblioteca per explicar un conte de Nadal. En acabar, els infants que ho desitgin podran lliurar la seva carta a la bústia reial i fer-se una foto amb la Missatgera del Llibreter Reial, fent d'aquesta activitat un moment màgic i especial.

La nit de Reis, diumenge 5 de gener, a les 19.30 h, la Missatgera del Llibreter Reial compartirà una bonica història a través d'un vídeo que es podrà visualitzar a les xarxes socials i a la pàgina web de la Biblioteca, un perfecte preludi per anar a dormir amb la màgia de la festivitat.

Per a més informació, podeu adreçar-vos a la Sala Infantil de la Biblioteca.

l'electra
ENERGIA

l'electra
DISTRIBUCIÓ

l'electra
INSTAL·LACIONS

elecsum
la teva energia

xesgas

cingles

l'electra

US DESITJA UNES

*Bones
festes*

l'electra
GRUP

☎ 900 181 776

electracaldenseholding.com

Plaça Catalunya, 6
Caldes de Montbui, 08140
(Barcelona)