

Els alumnes de 2n d'ESO de l'Institut Escola de Caldes organitzen una cursa P8

Xerrades, cultura i reivindicació en els actes del Dia de la Dona P8

Es presenten els Treballs de Recerca del reconeixement "Francina Torras" P6

TOT Caldes

de Montbui



Núm. 1816
Del 7 al 13 de març
de 2025

Distribució gratuïta
Any XXXIX



Més de 500 persones desfilen a la rua del Carnaval calderí.

JDB

**TORNA LA
CUINA TERMAL
AMB L'OLLA
MÉS GRAN DE
CATALUNYA**



**15 i 16
MARÇ
2025**

mercat de e'Ol·la

NOVETAT!

CALDO TERMAL
OLLA CALDERINA



THERMALIA
MUSEU D'ART I PATRIMONI
OFICINA DE TURISME

www.visiteucaldes.cat
@museothermalia / @ajcaldesmontbui
#moltsmésqueaiguacalenta / #caldesdemontbui



**Ajuntament de
Caldes de Montbui**

Dijous 6 de març

19 h – Centre Ateneu Democràtic i Progressista

Cuina sostenible Amb Ada Parellada “Què pebrots és la cuina sostenible?”

19.30 h – Altell del Centre

Inauguració de l'exposició “Temps i emocions. Vencem l'alzheimer” amb l'autora Marga Pérez i la comissària de l'exposició Clàudia Clavell.

Divendres 7 de març

16.15 h – Fundació Santa Susanna

Vine a la festa amb el Manel i l'Albert.

17 h – Les cases dels Mestres

La vellesa és una oportunitat.

Org. Programa municipal Gent Gran Activa.

18 h – Sala de Les Cuines

Taula rodona “El talent no té gènere” amb la participació d'Anna Mas, Joan Canadell i Mireia Vicente. En el marc de la Fira de l'FP de Caldes de Montbui.

Org. Ajuntament de Caldes.

8 DE MARÇ CALDES DE MONTBUI - 2025
DIA INTERNACIONAL DE LES DONES
 'Dona, formació i inclusió: Drets Humans i l'enfocament social de Drets'
 Xerrada a càrrec d'Esther Jolouch, directora de la Fundació Catalana per a la Paràlisi Cerebral
 Lectura Institucional del Manifest pel 8 de març, Dia Internacional de les Dones
 L'espai de Can Rius
 Concert del Dia Internacional de les Dones
 Direcció: Mireia Miralles i Nerea Nogués
DISSABTE 08/03
 A partir de les 12 h - Sala de Cuines, Espai Can Rius



Dissabte 8 de març

8 h- Plaça de l'Àngel

Sortides de carretera. Categoria A: Tibidabo (100 km), B: Tona (80 km), C: Llinars (70 km). Org. Esport Ciclista Calderí.

De 10 a 14 i de 17 a 21 h – Les Cases dels Mestres

Campanya de donació de sang.

12 h- Sala de les Cuines

Xerrada "Dona, formació i inclusió: drets humans i l'enfocament social de drets" A càrrec d'Esther Jolouch, directora de la Fundació Catalana per la Paràlisi Cerebral. Org. Ajuntament de Caldes.

18 h – Sala Noble de Can Rius

Lectura Institucional del Manifest del 8 de març, Dia Internacional de les Dones. Seguidament, cor “Do de dona” interpretat per 40 voluntàries i dirigit per Pi McCarthy. Org. Ajuntament de Caldes.

19 h – Espai d'Art Casino

Inauguració de l'exposició internacional “Dones en complicitat”. Construcció d'un pilar de dones a càrrec dels Castellans de Caldes. A continuació XXVI Sopar de Dones.

Organitzat per Acció Cívica Calderina.

19 h – Sala de les Cuines

Amb motiu del Dia Internacional de la Dona, Montse Galobardes impartirà un taller de risoteràpia “Riure per ser lliures”,

dirigit a dones, joves i adolescents. Gratuït.

Org: Esquerra Republicana de Caldes.

19 h – El Centre, Ateneu Democràtic i Progressista

33è Concurs de teatre Taca'm amb l'obra “Senzillament, nua”, a càrrec d'Increixendo (Sant Gregori).

Diumenge 9 de març

De 2/4 de 8 a 2/4 de 9 – Parc de Can Rius

La Caminada – La ruta del castell de Sentmenat. Org. CECMO.

8.30 h – Plaça de la Salut

Sortides de muntanya. Categoria A: Morro de Porc (50 KM) B: Creu de Baduell (28 km). Org. Esport Ciclista Calderí.

De 10 a 14 h – Les Cases dels Mestres

Campanya de donació de sang.

Dimecres 12 de març

9 h – Plaça Catalunya

Caminada a la Font dels Enamorats i els Saulons. Org. Caminades de l'Esplai.

Dijous 13 de març

El Centre Democràtic i Progressista

Beneficis de la pràctica esportiva “Dona i esport” a càrrec de Vanessa Olmos, a l'aula del Centre.

Org. Universitat Popular de Caldes.

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

900 181 776
Truca'ns!

Electracomercial.com

TOT Caldes de Montbui 

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:

 **UciC** Unió de Comerciants i Industrials de Caldes  **amic** Associació de Mestres i Artesans de Caldes de Montbui

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		

Dotze comparses i més d'una trentena de participants en el concurs de disfresses de Carnestoltes

El passat dissabte 1 de març, Caldes de Montbui va viure una nova edició del Carnestoltes amb una assistència rècord. Més de mig miler de persones, entre entitats, col·lectius i participants individuals, van desfilar disfressades pels carrers de la vila, on centenars d'espectadors es van congrega per gaudir de la rua.

Enguany, la cercavila va comptar amb l'animació de la DJ pdepetxines, qui, des de la soundtruck de l'organització, va fer ballar el públic al ritme de la música. El recorregut es va mantenir respecte a l'edició anterior, amb inici i final al parc del Bugarai i amb la pista esportiva del pavelló com a epicentre de les activitats, acollint el lluïment de disfresses, l'entrega de premis i la tradicional crema del ninot a càrrec del Ball de Diables.

Estrena del concurs de disfresses infantil

Com a novetat, la jornada va arrencar amb un concurs de disfresses infantil, dirigit a infants de 0 a 7 anys. La iniciativa va omplir la Plaça de Catalunya amb un centenar de persones i la participació d'una cinquantena d'infants, repartits en dues categories (0-2 anys i 3-7 anys), amb tres premis per cada franja d'edat.

Concurs de disfresses amb gran participació

Un total de dotze comparses van competir en el concurs de disfresses i comparses organitzat per la regidoria de Cultura, a les quals se sumaren una trentena de participants en categories individuals, de parella i grup petit. En total, es van repartir 1.125 euros en premis entre les diferents modalitats. Els guanyadors de cada categoria van ser:

- Individual (50 euros): La bruixa i el nen.
- Parella (75 euros): Alícia al país de les meravelles.
- Grup petit (100 euros): Gas a la termal.
- Comparsa petita (150 euros): Cowboy i Cowgirls De Caldes City (Cremades Team).

. Comparsa mitjana (200 euros): Renéixer el foc (Gegants de Sant Llorenç).

. Comparsa gran (250 euros): 101 Càulmates sense local (Agrupament

Escolta El Pasqualet).

. Comparsa gegant (300 euros): Dracs, dragones i els 4 elements (A.F.A. El Farell).



JDB



JDB



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



Carnaval 2025



Carnaval 2025



Imatges del concurs de disfresses, la rua de Carnaval i la crema del ninot de Carnestoltes. Fotos: JDB

Es presenten els Treballs de Recerca del reconeixement “Francina Torras”

El passat dijous 27 de febrer, la Fundació Universitària Martí l'Humà (FUMH) – Aula Universitària de Caldes va acollir, a la Sala Noble de Can Rius, la presentació dels Treballs de Recerca (TR) seleccionats per l'Escola Pia per representar els projectes d'aquest curs. L'esdeveniment es va caracteritzar per la seva singularitat, ja que va reunir vuit treballs units per un mateix fil conductor: “Com podem esdevenir millors com a humans?”. Amb aquest objectiu, l'alumnat va idear la figura de l'UNNÜO, un concepte que simbolitza l'humà del futur.

Vuit treballs, un mateix objectiu

Malgrat la seva diversitat temàtica, els treballs es van presentar de manera transdisciplinària, abordant aspectes clau del coneixement i la condició humana:

- . Relació entre els trets de la personalitat i la reacció als estímuls sensorials.
- . Vincle entre les emocions i l'aprenentatge.
- . Relació entre bilingüisme i demència.
- . Neurociència: relació bidireccional entre el cervell i la resta d'òrgans del cos.
- . El concepte filosòfic de la bellesa com a patró per conèixer la realitat.
- . L'estoïcisme en l'actualitat: el cas de l'esport.
- . Justícia i càstig: responsabilitat de les accions.
- . L'home del futur i el transhumanisme.

Conclusions i reconeixement acadèmic

Després de les presentacions, l'alumnat va exposar les seves conclusions sobre el perfil de l'humà del futur, destacant la necessitat d'una evolució basada en el pensament i la reflexió, les experiències socials i els hàbits saludables.

Les intervencions van evidenciar un alt nivell acadèmic, tant pel rigor metodològic com pel vocabulari emprat. A més, les exposicions es van complementar amb materials visuals, com pòsters i altres suports.

La FUMH agraeix la participació dels centres educatius de Caldes en aquesta primera edició dels Reconeixements Francina Torras. El proper 27 de març serà el torn de l'Institut Manolo Huguè, i l'Aula Universitària de Caldes reafirma el seu compromís en la continuïtat d'aquesta iniciativa en futures edicions.



Anem al Casino

Dones en complicitat VII

ÀNGELS LLAUDÓ SOTERAS, ANIOLA HONTANGAS, ALMIRALL GERMAIN, CARMEN SALINAS, BORI, ELENA ESPERANÇA GARCIA, ESTHER TENEDOR, EVA MUÑOZ, G. CORONAS, GLORIA GRAU RUIZ, IMMA VALLVERDÚ, INNA FERNÁNDEZ, NAZABAL, JOSE ABELLAN, JULIANA ARIAS GONZÁLEZ, LAIA SERRA PINEDA, LAURA CANAL, LOLA CHACÓN, LAINA, MARCIA SALAS, MARGARIDA GERONÉS I PUIG, MARGARITA MUÑOZ, THOMAS, MARÍA CANDELA, MARIA ISABEL SOSA, TERESA OROZCO, MARISA BLASCO, MARTA ARGENTINA, MARTA DURAN QUINTANA, LE PAPE, MIIM.MIREIA VILAR, MONTSERRAT BOADA SERDA, MONTSE PLAYÀ, RABNUART, NURIA VILANOVA, TURQUETA, OLGA SERRAL, PEPA, PIMIRA, PILAR PÉREZ PUIG-DURAN, R. BERTRAN, COCO GUILERA, ROSA PÉREZ MENÉN, ROSA PERMANYER LLOVERAS, ROSALIA RAMENTOL DURAN, ROSER ARCARONS BULLICH, TERESA OLLER, VICTÒRIA SALVATIERRA REMON, YOLANDA MARTÍN

Inauguració

dissabte 8 de març de 2025, a les 19:00 h.

CONSTRUCCIÓ D'UN PILAR DE DONES a càrrec dels Castellars de Caldes de Montbui

ORGANITZA:



COL·LABOREN:



Espai d'Art
Casino

• CALDES DE MONTBUI •

ROMANDRÀ OBERTA DEL
8 de març al 6 d'abril
DE 2025

horari:
DISSABTES
DE 18:00 A 20:00 H
DIUMENYES
DE 12:00 A 14:00 H I DE 18:00 A 20:00 H

TAN SENZILL
COM QUE
EL MEU COS
ÉS MEU,
TAN SENZILL
COM FEMINISME.



8M

DIA INTERNACIONAL DE LES DONES



Generalitat
de Catalunya

El Govern de
tothom

Els alumnes de 2n d'ESO de l'Institut Escola de Caldes organitzen una cursa per fomentar la vida saludable

Els alumnes de segon d'ESO A i B de l'Institut Escola de Caldes de Montbui estan impulsant un nou projecte dins la matèria de Situacions d'Aprenentatge. Es tracta d'una cursa adreçada als estudiants de primer d'ESO amb l'objectiu de promoure hàbits saludables a través de l'esport.

L'esdeveniment esportiu comptarà amb un recorregut de 2 km, des de l'institut fins al camp de futbol de la Torre Marimon. La competició estarà dividida en dues categories, masculina i femenina, i hi haurà premis per als guanyadors.

L'organització anima tots els participants a donar el millor de si mateixos en aquesta iniciativa que combina activitat física i convivència escolar.



Ciberseguretat: un atac que no et pots permetre **BRUNO PÉREZ** Pèrit judicial informàtic

Dijous 13 de març a les 19 h a la Sala Noble de Can Rius



La quota anual és de 25 € per tot el cicle de conferències. Inscripcions i pagaments a l'inici de la conferència a l'Espai Can Rius: carrer del Pont, 3, Caldes de Montbui.

Més informació:
A la seu de la FUMH (C/Figueras, 59 de la Garriga), al telèfon 93 860 50 60 o a info@fumh.cat

Organitza:



Patrocinadors:



Amb la col·laboració de:



Xerrades, cultura i reivindicació per el 8M

La xerrada "Quan la lluita del medi ambient té nom de dona", a càrrec de la periodista Laia Creus, donarà el tret de sortida al programa del Dia Internacional de les Dones a Caldes de Montbui el dijous 6 de març a la Biblioteca Municipal. Les activitats s'allargaran fins al 27 de març amb un ampli ventall de propostes culturals i reivindicatives.

Els actes centrals tindran lloc en el marc de la Fira de la FP els dies 7 i 8 de març a Can Rius, on destaquen la taula rodona "El talent no té gènere", la xerrada d'Esther Jolonch sobre drets humans i la lectura del Manifest Institucional, així com el concert de Vocàlic i Do de Dona.

El programa també inclou la inauguració de l'exposició "Dones en complicitat VII", el tradicional sopar de dones i diverses activitats organitzades per entitats locals. A més, cada dijous de març es podrà assistir al cicle de conferències "Dones en Acció" a l'Ateneu Democràtic i Progressista.

Les activitats continuaran fins a finals de mes amb una tertúlia literària, espectacles de titelles i la projecció del documental "Bye bye Tiberias". La cloenda arribarà el 27 de març amb la presentació del llibre "Mujeres músicas", de Sandra Soler.

L'Altell del Centru inaugura l'exposició "Tems i emocions. Vencem l'Alzheimer" de Marga Pérez

L'Altell del Centru acollirà, del 6 al 26 de març, l'exposició fotogràfica "Tems i emocions.

Vencem l'Alzheimer", un projecte de l'artista Marga Pérez que posa el focus en les persones grans afectades per la malaltia.

La mostra s'inaugurarà el dijous 6 de març a les 19:30 h amb la presència de l'autora i la comissària de l'exposició, Clàudia Clavell.

La proposta neix de l'experiència personal de Marga Pérez amb la seva mare, Rosario, diagnosticada d'Alzheimer fa més de dues dècades.

A través de 33 fotografies, l'exposició ofereix una mirada íntima i reflexiva sobre la vellesa i la memòria, donant veu

a aquelles persones que, malgrat la seva vulnerabilitat, encara tenen molt a transmetre.

El projecte va començar en una residència, on l'artista no només va acompanyar la seva mare, sinó que també va interactuar amb altres residents.

Els seus consells i vivències han estat el fil conductor d'aquesta obra, que vol generar diàleg i consciència sobre la malaltia i el pas del tems.

L'acte d'inauguració serà un espai de trobada per compartir experiències i reflexions al voltant de la memòria, les emocions i la comunicació més enllà de la malaltia.



Amb motiu del
Dia Internacional de la Dona

Montse Galobardes
impartirà un taller de risoteràpia
"Riure per ser lliures"

dimecres 12 de març
19:00h

Sala de les Cuines de Can Rius

Dirigit a dones, joves i adolescents

Gratuït, inscripció previa a caldesdemontbui@esquerra.cat

#8M



**ESQUERRA
REPUBLICANA**
Caldes de Montbui

La CCQC manifesta que el Pla de Mobilitat del Vallès no compleix els seus objectius

La Campanya Contra el Quart Cinturó ha explicat que l'informe de seguiment del 2023 apunta que els objectius del Pla Específic de Mobilitat del Vallès (PEMV) no s'estan assolint. Malgrat el creixement del transport col·lectiu, l'augment del vehicle privat i de les emissions de gasos d'efecte hivernacle posa en dubte l'eficàcia del pla.

Un pla amb objectius desajustats

El PEMV 2020-2026, aprovat el febrer de 2021, comptava amb un pressupost de 2.500 milions d'euros i tenia com a principals objectius reduir la congestió, millorar la connectivitat i fomentar la mobilitat sostenible. Tot i ser resultat d'un procés participatiu, l'execució de les mesures previstes està essent desigual i, segons la Campanya Contra el Quart Cinturó, els objectius establerts ja eren poc ambiciosos i poc definits des d'un inici.

L'informe de seguiment del 2023, presentat pel Departament de Territori, Habitatge i Transició Ecològica, reflecteix que el transport col·lectiu ha augmentat a nivells similars als previs a la pandèmia, però l'augment del vehicle privat ha superat les previsions amb un increment del 6%.

Lluny del canvi modal i dels objectius ambientals

Els objectius de repartiment modal marcats pel PEMV no s'estan assolint. El transport col·lectiu hauria d'arribar al 21% en la mobilitat interna del Vallès i al 50% en la relació Vallès-Barcelona, però les dades del 2023 indiquen que aquests valors s'han quedat en el 14% i el 45%, respectivament. La lenta implementació de les accions previstes dificulta la consecució dels objectius.

En termes ambientals, les emissions de gasos contaminants s'han reduït per la millora del parc mòbil, no per les accions del pla. Tot i això, les emissions de gasos d'efecte hivernacle continuen augmentant, quan haurien de disminuir un 4% per al 2026.

Déficit en infraestructures de transport col·lectiu

Pel que fa a les inversions en transport col·lectiu, el Departament assegura que el 70% de la inversió està activada i que s'han impulsat el 90% dels projectes,

denuncia que l'execució parcial i desequilibrada del PEMV està distorsionant els seus objectius originals. Segons el col·lectiu, la inclusió de la Ronda Nord com a continuació del Quart Cinturó ha condicionat tota l'execució del pla i ha



amb un 50% ja executats. Tot i això, actuacions claus com la Línia Orbital Ferroviària (LOF) encara estan en fase preliminar, i la implementació d'infraestructures com els BRCAT (carrils segregats per autobusos exprés) avancen lentament.

L'auge de les infraestructures viàries

En canvi, les actuacions en carreteres s'han executat amb més rapidesa. L'ampliació de la C-17 i la C-35, la connexió entre la C-16 i la B-40 i la construcció de la Ronda Nord entre Terrassa i Sabadell han rebut un fort impuls, sovint amb suport de finançament estatal. Segons la Campanya Contra el Quart Cinturó, això evidencia un canvi de prioritats que podria subvertir els objectius inicials del PEMV, afavorint la mobilitat en vehicle privat i incrementant les emissions contaminants.

Crítiques i demandes de rectificació

La Campanya Contra el Quart Cinturó

generat tensions entre Generalitat i Estat en matèria d'infraestructures ferroviàries.

També alerten que la manca d'accions efectives per reduir la contaminació podria comportar sancions de la Unió Europea, que ha exigit millores immediates en qualitat de l'aire. La contaminació atmosfèrica a Catalunya provoca unes 3.000 morts prematures a l'any, un impacte 16 vegades superior al de la sinistralitat viària.

Un model de mobilitat en debat

Les entitats crítiques amb el PEMV reclamen un gir estratègic per prioritzar el transport col·lectiu i la mobilitat sostenible davant l'actual model basat en la construcció de noves infraestructures viàries. Argumenten que la inversió en carreteres fomenta l'augment del parc de vehicles i la congestió, desviant recursos públics i agreujant problemes ambientals i de salut pública.



L'Ajuntament informa

Consulta pública per a l'aprovació de l'Ordenança de disposicions de seguretat i salut respecte la via pública, en les obres de construcció

La ciutadania interessada en fer propostes a l'Ordenança de disposicions de seguretat i salut respecte la via pública, en les obres de construcció, pot fer-ho fins el 17 de març a través d'una instància genèrica

Subvencions per al pagament del lloguer o cessió d'habitatge o habitació per a l'any 2025

S'obre la convocatòria per a la concessió de les subvencions per al pagament del lloguer o preu de cessió d'habitatge o habitació per a l'any 2025 per a persones que tinguin 65 anys o més o que tinguin de 36 a 64 anys. Consulteu els terminis i les opcions vinculades a aquest tràmit al web d'habitatge o a www.caldesdemontbui.cat

Procés selectiu per a la constitució d'una borsa de treball de cap del Servei de Recursos Humans i coordinador/a tècnic/a de la Policia Local

L'Ajuntament informa del procés selectiu per a la constitució d'una borsa de treball de cap del Servei de Recursos Humans i coordinador/a tècnic/a de la Policia Local. Presentació de sol·licituds del 20 de febrer a l'11 de març de 2025. Més informació a www.caldesdemontbui.cat

Servei de Salut per a joves. Properes cites: 13 i 27 de març

L'Espai Jove El Toc acull el Servei de Salut per a joves amb l'objectiu d'informar i assessorar sobre drogues, sexualitat, alimentació i hàbits saludables. Aquest servei és gratuït i està dirigit a joves de 12 a 30 anys, familiars i professionals que estiguin interessats en orientació i assessorament sobre temes de salut que els puguin inquietar o pels quals puguin sentir curiositat, dubtes o necessitat d'informació.

L'atenció es realitzarà a l'Espai Jove El Toc (C. Font i Boet 4) el segon i quart dijous de cada mes de 17 h a les 20 h. Qualsevol persona interessada, pot fer les seves consultes, bé físicament al propi equipament, o de forma confidencial a través de Whatsapp o mòbil -Tel. 93 865 46 55 / 674 32 35 78-, Instagram -@eltoc - o email -eltoc@caldesdemontbui.cat-, en el mateix horari establert del servei.

Activitats de l'Escola de Música Joan Valls del mes de març

L'Escola Municipal de Música Joan Valls ofereix durant el mes de març les següents activitats:

- Dissabte 8 de març de 2025, a les 13 hores, a l'Espai de Can Rius: concert del Dia Internacional de les Dones, a càrrec de Vocàlic i Do de Dona. L'entrada és lliure
- Dissabte 15 de març de 2025, a les 12 hores, a l'Escola de Música de Palau-Solità i Plegamans: participació a la VIOLINADA amb l'EMM Joan Valls de Caldes i l'Escola del Castell de Palau-Solità i Plegamans. L'entrada és lliure.
- Dissabte 22 març de 2025, a les 11 h, a Barañáin (Navarra): concert dels combos de l'EMM Joan Valls fruit de l'intercanvi musical iniciat el curs passat.

Llista d'ofertes de feina actualitzades el: 20/02/2025

Núm. Oferta

- 373417 Cuidador/a de persona dependent (caps de setmana)
- 373395 Peons de producció (sector tèxtil-diverses posicions)
- 373365 Cambrer/a (sector hotelier)
- 373333 Operari/ària tèxtil (torn de tarda)
- 373315 Instal·lador/a electricitat, aigua i clima (també perfil AJUDANT)
- 373133 Operari/ària elaboració embotits
- 373076 Repartidor/a amb furgoneta
- 372974 Mosso/a magatzem
- 372622 Monitor/a lleure (Casal d'estiu)
- 372549 Cambrer/a (cafeteria)
- 372546 Ajustador/a operari/ària de màquines eina
- 371667 Netejador/a (incorporació estable)
- 371121 Dependent/a de carnisseria
- 370812 Netejador/a per domicilis

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 la oportunitat de formar part dels processos de selecció que siguin d'interès per a les persones que cerquen ocupació.

Exposició "Tilling roots and seeds. L'hort: identitat, diversitat i memòria del patrimoni cultural" de Jo Milne, del 14 al 23 de març, a la Sala Delger

La Sala Delger acull del 14 al 23 de març, l'exposició "Tilling roots and seeds. L'hort: identitat, diversitat i memòria del patrimoni cultural" de Jo Milne. L'acte d'inauguració de la mostra es farà el divendres 14 de març a les 19 h i es podrà visitar els dissabtes i els diumenges de 12 h a 18 h. Exposició de l'obra fotogràfica realitzada conjuntament per l'artista Jo Milne (www.jomilne.com) i els participants del taller de Botànica compartida i creació col·laborativa a les Hortes de Baix de Caldes de Montbui, que va tenir lloc el 15 de juny de 2024.

8 DE MARÇ CALDES DE MONTBUI - 2025
DIA INTERNACIONAL DE LES DONES
'Dona, formació i inclusió: Drets Humans i l'enfocament social de Drets'
Xerrada a càrrec d'Esther Jolanch, directora de la Fundació Catalana per a la Paràlisi Cerebral
Lectura Institucional del Manifest pel 8 de març, Dia Internacional de les Dones
I seguidament...
Concert del Dia Internacional de les Dones
Direcció: Mireia Miralles i Xènia Nogué
DISSABTE 08/03
A partir de les 12 h - Sala de Cuines, Espai Can Rius

Organitza: Ajuntament de Caldes de Montbui
Més informació a: www.caldesdemontbui.cat




www.caldesdemontbui.cat

facebook.com/ajuntamentcaldesdemontbui
@AjCaldesMontbui
ajcaldesdemontbui



Ajuntament de Caldes de Montbui



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

Sardà

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/ Colón 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 evitar la pèrdua de memòria

La pèrdua de memòria és un fenomen que pot afectar persones de totes les edats, tot i que és més comú a mesura que envellim. Tanmateix, existeixen hàbits i estratègies que podem adoptar per mantenir la nostra ment activa i evitar, o almenys retardar, aquest problema. Aquests són alguns consells pràctics basats en estudis científics provats:

. Mantén una Alimentació Saludable

Una dieta equilibrada no només és beneficiosa per al cos, sinó també per al cervell. Opta per aliments rics en antioxidants, greixos saludables i vitamines que afavoreixin la salut cognitiva. Alguns exemples són:

Peixos grassos com el salmó, rics en àcids grassos omega-3.

Fruites i verdures fresques, especialment baies i verdures de fulla verda.

Fruits secs i llavors.

Aliments integrals que proporcionen energia de manera sostinguda.



. Fes Exercici Regularment

L'activitat física millora la circulació sanguínia i afavoreix el flux d'oxigen al cervell. Caminar, nedar, fer ioga o practicar esports són activitats que poden ajudar a mantenir les connexions neuronals actives. Prova d'incloure almenys 30 minuts d'exercici al dia.

. Estimula la Ment

El cervell necessita exercici, igual que el cos. Les activitats intel·lectuals ajuden a mantenir les connexions neuronals. Pots:

Llegir llibres, revistes o articles interessants.

Resoldre mots encreuats, trencaclosques o sudokus.

Aprendre un idioma nou o adquirir una nova habilitat.

Participar en jocs de taula que requereixin estratègia.

. Descansa Prou

La qualitat del son és fonamental per a la memòria i la concentració. Durant el son, el cervell organitza i emmagatzema la informació adquirida durant el dia. Assegura't de dormir entre 7 i 8 hores diàries.

. Socialitza

Participa en activitats comunitàries, conversar amb amics o unir-te a grups amb interessos comuns pot estimular la memòria i prevenir l'aïllament social, que sovint afecta la funció cognitiva.

Com detectar si algú et fa llum de gas

La llum de gas és una forma de manipulació psicològica que fa que una persona dubti de la seva pròpia percepció, memòria o judici. Aquest fenomen pot ocórrer en relacions personals, en l'entorn laboral o fins i tot en àmbits socials i polítics. El terme prové de l'obra de teatre Gas Light (1938) i les seves adaptacions cinematogràfiques, on un home intenta fer creure a la seva dona que està boja reduint la intensitat de la llum de gas a casa seva i negant que això estigui passant.

Els manipuladors que fan llum de gas utilitzen diferents estratègies per desestabilitzar la víctima i fer-la dubtar. Algunes tàctiques comunes inclouen:

- . **Negació constant:** El manipulador nega haver dit o fet alguna cosa, fins i tot quan hi ha proves evidents.
- . **Minimització dels sentiments de la víctima:** Frases com "Ets massa sensible" o "T'ho estàs imaginant" fan que la persona dubti de la seva pròpia percepció.
- . **Distorsió de la realitat:** Presenten una versió alternativa dels fets per confondre la víctima.
- . **Projecte de culpa:** Fan que la víctima se senti responsable dels problemes o dels abusos que pateix.
- . **Aïllament:** Intenten separar la víctima de persones que podrien confirmar la seva percepció de la realitat.



És difícil identificar aquesta manipulació quan s'està experimentant, però alguns senyals d'alarma inclouen:

- . Et sents confós o insegur sobre el que recordes.
- . Et disculpes constantment, fins i tot quan no has fet res malament.
- . Notes que ja no confies en el teu propi judici.
- . Tens la sensació que alguna cosa no encaixa, però no saps explicar què.
- . Algú et fa sentir que estàs exagerant o que sempre estàs equivocat.
- . Et sents emocionalment esgotat o ansiós en presència d'aquesta persona.

Si sospites que algú està intentant manipular-te, pots prendre mesures per protegir-te:

- . **Confia en les teves percepcions:** Si alguna cosa no et sembla correcta, confia en els teus instints.
- . **Escriu un diari:** Porta un registre del que depèn de tenir proves i evitar que distorsionin la realitat.
- . **Parla amb persones de confiança:** Explica el que vius a amics o familiars que et puguin donar una perspectiva objectiva.
- . **Estableix límits:** No permetis que algú et faci dubtar constantment de tu mateix.
- . **Cerca ajuda professional:** Un psicòleg pot ajudar-te a entendre millor la situació i a recuperar la teva confiança.

- 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 625.771.356 Forn 7, 08140, Caldes de Montbui

TOT Caldes

busca'ns a

Instagram

Com fer pancakes saludables

Una bona forma de gaudir dels dies de fred i pluja és fer de cuinetes a casa. Els caps de setmana o els dies de festa podem aprofitar per llevar-nos i fer un esmorzar elaborat i saludable, amb aliments sans i nutritius, però alhora gustosos sobretot pels més petits.

Una bona idea és preparar uns pancakes i substituir els aliments menys saludables, com el sucre i el gluten, per aliments dolços i sans, com la fruita i la farina d'ametlla. Els ingredients necessaris són:

- 1 ou
- 1 cullerada de farina d'ametlles
- 2 cullerades de farina de civada
- 1 cullerada de mel
- ½ cullerada de llevat
- 1 got de llet de civada, coco o ametlla
- 1 cullerada de cacau pur o 1 plàtan o 1 pastanaga (depenent si volem fer uns pancakes dolços o salats).



Com es prepara?

Poses tots els ingredients en el got de la batedora i els tritures fins a tenir una massa homogènia

Escalfes una cullerada d'oli a una paella – si és antiadherent no fa falta – i fiques la barreja. Deixes quallar la base i posteriorment es gira perquè es faci de l'altre costat. Retirar i reservar.

Cobreix i condimenta el pancake al teu gust. Pels petits es pot fer una “nutela” casera i saludable amb ½ plàtan congelat, 2 cullerades de cacau en pols, 15 avellanes, una mica de llet d'avellanes i 1 cullerada de mel

El resultat és un esmorzar amb un índex glucèmic baix, amb aliments complets i nutritius. ALBA MARTOS

L'origen del fuet i d'on ve el seu nom

La paraula "fuet" té el seu origen en el català antic, i es relaciona directament amb l'objecte que avui dia anomenem "fuet", és a dir, un assot o un lligall de corda fina utilitzat antigament per colpejar o guiar animals.

El fuet és un dels embotits més característics i estimats de la gastronomia catalana. Amb el seu sabor suau i textura tendra, aquest embotit s'ha convertit en un element indispensable en les taules catalanes, sigui com a aperitiu o com a part d'un esmorzar tradicional. Però, d'on prové aquest deliciós embotit? Quin és l'origen del fuet?

L'origen del fuet es remunta segles enrere, en el context rural de Catalunya, on l'elaboració d'embotits era una pràctica comuna per conservar la carn durant els mesos freds de l'hivern. Tot i que és difícil establir una data exacta de la seva creació, se sap que el fuet, juntament amb altres embotits com la llonganissa i la somalla, té arrels en les tècniques de conservació de la carn que es practicaven des de l'època romana.



Elaboració artesanal

El fuet és un embotit de carn de porc, normalment barrejat amb cansalada i espècies com el pebre negre i l'all. Aquesta barreja es pica finament i s'emboteja en budell natural, per després ser penjada i curada durant unes setmanes. La curació és un procés fonamental que determina la textura i el sabor final del producte.

Durant aquest període, el fuet adquireix el seu característic gust suau i una textura que es fon en boca.

En l'elaboració tradicional, cada detall compta: la selecció de la carn, la proporció justa d'espècies, i fins i tot les condicions climàtiques poden influir en el resultat final.

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

Presàs

CANSALADERIA
XARCUTERIA
CA L'AMALIA

Elaboració pròpia

Pi i Margall, 52 - Tel. 93 865 04 94
Caldes de Montbui



EL PA TORRAT
pizzeria-llesqueria

93 865 40 78

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

25è
aniversari

El Pa Torrat de Caldes



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



Sol Alcaraz
UNA ULLADA A LA MEVA OBRA

Sala Delger - Caldes de Montbui
Del 21 de febrer al 9 de març

Horaris:
Divendres de 17 a 20 h
Dissabte i diumenge de 12 a 18 h



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 semana
per restaurant.**
Tel. 93 864 89 41.



**Petits anuncis
GRANS RESULTATS**

totcaldes@revistatotcaldes.com
Tel. 93 865 17 21

Reflexions

Curació

A un taller de reparacions d'un poble de Giorgia hi havia un gran cartell pintat a la façana, que deia: "Ho arreglem tot menys un cor trencat". Aquest intel·ligent anunci suscita una pregunta vital: Hi ha quelcom que pugui arreglar un cor trencat? Quan una tristesa implacable enfosqueix el viure diari, o quan el dolor ens aclapara, on podem trobar consol i ajuda? Pot la saviesa humana i la cura dels amics, de la família o dels socis del nostre negoci donar-nos la curació necessària? Per útils que puguin ser el seu suport i alè, aviat descobrim que el dolor interior del nostre cor segueix allí. Però hi ha algú que sana els cors trencats. Se l'anomena "Pare de misericòrdies i Déu de tota consolació (2ª Corintis 1:3)". Ell va deixar el perfecte ambient del cel en la persona del seu Fill per a viure en aquest món de trencament de cor. I Ell va ser "temptat en tot segons la nostra semblança, però sense pecat"; per tant, pot compadir-se de les nostres debilitats" (Hebreus 4:15).

Si estàs lluitant avui sota un aixafador pes de dolor, posa damunt del Senyor la teva càrrega, vessa els teus dolors sobre "el Déu de tota consolació; només Ell pot donar alleugeriment a la teva ànima dolguda. Jesús va dir: "Veniu a Mi tots els qui esteu abatuts i afeixugats, que jo us donaré repòs. (Mateu 11:28).

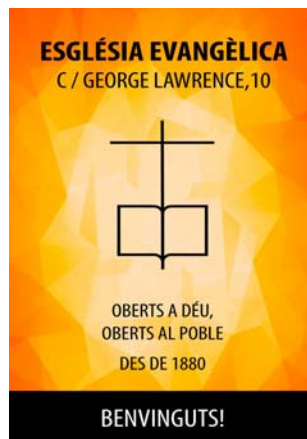
Que tinguis un feliç dia!

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!

Inici del calendari de portes obertes i preinscripció per al curs 2025-2026 a Caldes de Montbui

El dissabte 22 de febrer comencen les jornades de portes obertes als centres educatius de Caldes de Montbui, donant el tret de sortida al calendari de preinscripció i matrícula per al curs 2025-2026. El període d'inscripció s'obrirà durant el mes de març, seguint la resolució EDF/319/2025 del Departament d'Educació.

Les famílies tindran gairebé tres mesos per visitar els centres i conèixer l'oferta educativa del municipi. A més, com a novetat, el dimarts 18 de febrer se celebrarà una xerrada informativa a l'Espai Can Rius a les 17.30 hores. L'acte, organitzat per l'Oficina Municipal d'Escolarització (OME) i les direccions dels centres educatius, oferirà informació detallada sobre el procés de preinscripció i matrícula, així com la resolució de dubtes per part de les famílies interessades.

Les dates i terminis per formalitzar les preinscripcions i matrícules es poden consultar als centres educatius i a la pàgina web de l'Ajuntament de Caldes de Montbui.

A Caldes, l'energia renovable et surt a compte!

UNEIX-TE A UNA COMUNITAT ENERGÈTICA!



No és ciència-ficció!
Vols **estalviar fins a un 20%**
en la factura de la llum?

Et donem accés a una comunitat energètica sense cap cost inicial. Escaneja el codi QR apunta't i t'expliquem com fer-ho!



- ➔ No cal fer instal·lacions ni canviar de comercialitzadora.
- ➔ Ets lliure de quedar-t'hi el temps que vulguis.
- ➔ T'entregarem tota l'energia que siguis capaç d'autoconsumir.
- ➔ Fes tots els tràmits còmodament des del teu mòbil.
- ➔ Energia 100% renovable: redueixes les emissions de CO₂!
- ➔ Generació distribuïda i retorn al territori.

