

L'alumnat jove del Taller d'Art  
exposa a la Sala Delger  
el projecte "Aigua" P6

L'Audiència Pública  
Infantil presenta  
"Somnis sense soroll" P5

El Dr. Manel del Castillo  
exposa l'evolució i els reptes  
de Sant Joan de Déu P9

# TOT Caldes

de Montbui



Núm. 1828  
Del 6 al 12 de juny de 2025

Distribució gratuïta  
Any XXXIX



JDB

## Més de 500 persones descobreixen el nou equipament municipal El Carme en una jornada de portes obertes

### ClínicaDental

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

Cirurgia oral

Implants | Pròtesis

Ortodòncia infantil i adults

Emblanquiment dental

Radiologia digital

Tel. 93 865 38 80

Torres i Sayol, 27 -1r -1a  
08140 Caldes de Montbui  
caldes@clinicamorales.net  
www.clinicamorales.net



## Dijous 5 de juny

18:00 h - Biblioteca

Dijous de conte "El bagul màgic"

Una tarda plena de màgia i imaginació amb contes pensats per a petits i grans. Deixa't sorprendre pel Bagul Màgic! L'activitat anirà a càrrec de Contes Mandarina i s'adreça a infants a partir de 4 anys.

Podeu formalitzar la inscripció a la Biblioteca Municipal de Caldes de Montbui trucant al 93 862 67 56, per whatsapp al 683 26 70 16, al web [bibliotecadecaldes.cat](http://bibliotecadecaldes.cat) o al correu electrònic [b.caldesm@diba.cat](mailto:b.caldesm@diba.cat)  
Org. Biblioteca

## Divendres, 6 de juny

19:30 h - Biblioteca

Les tardes de juny la Biblioteca "Tanca amb ritme"

Durant els divendres, 6, 13, 20 i 27 de juny, la Biblioteca Municipal de Caldes de Montbui abans de tancar l'equipament, oferirà als seus usuaris, entre les 19.30 h i les 20.30 h, música en directe.

Org. Biblioteca

**MÚSICA**  
Tanquem amb ritme  
Juny 2025

Per a tots els públics  
Horari: De 19:30 a 20:30 h.  
Dia: 6, 13, 20 i 27 de juny  
Accés lliure

## Dimarts 10 de juny

18:00 h - Cooperativa 70

Taller "Parlem de la mort"

Organitza: Cooperativa 70

## Dijous 12 de juny

18:30 h - Biblioteca

Conferència "Mar en dol. Fer visibles les morts que Europa amaga"  
Coincidint amb el Dia Mundial de les Persones Refugiades, l'Anna Surinyach oferirà aquesta xerrada per posar llum

sobre les morts invisibles al mar mentre milers de persones intenten arribar a Europa.

Org. Biblioteca

## Divendres 13 de juny

De 09:00 h a 12:30 h - Les Cases dels Mestres

Il Jornada 'Caldes, vila amiga de les persones grans'

Detalls del programa:

9.00 h - Recepció

9.30 h - Benvinguda

9.45 h - Visionat de teatre "Escenes amb tracte", a càrrec de la Tarima, de la campanya Tracta'm bé del Consell Comarcal del Solsonès.

10.30 h - Conferència "Per què parlem del bon tracte?", a càrrec d'Isabel Casanovas, psicòloga experta en gerontologia.

11.15 h - Pausa per esmorzar i socialitzar.

11.45 h - Grups participatius de reflexió i debat en relació amb el bon tracte.

12.30 h - Conclusions i cloenda amb activitat lúdica participativa.

Organitza:

Ajuntament de Caldes de Montbui

**FOTOGRAFIA POCH**  
vic, 20 caldes de montbui 93 865 05 75  
[info@fotopoch.cat](mailto:info@fotopoch.cat) [www.fotopoch.cat](http://www.fotopoch.cat)  
f Instagram FotografiaPoch

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

**l'electra**  
comercial

900 181 776  
Truca'ns!

**TOT Caldes** de Montbui

**Edició i direcció:**  
Jonatan del Amo Banyuls

**Telèfon:** 93 865 17 21  
**Publicitat:** 609 328 986  
[totcaldes@revistatotcaldes.com](mailto:totcaldes@revistatotcaldes.com)  
[www.revistatotcaldes.com](http://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:

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	<b>TOT CALDES</b>	<b>93 865 17 21</b>
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		

# El nou equipament El Carme acollirà serveis municipals, entitats i una innovadora aula de robòtica

**C**aldes de Montbui va celebrar, el dissabte 31 de maig, una jornada matinal de portes obertes al nou equipament de serveis municipals El Carme. Més de 500 persones van participar en aquest acte festiu, que va combinar la descoberta de les noves instal·lacions amb moments d'emoció i record de l'antiga escola que ocupava aquest espai.



L'esdeveniment es va iniciar a les 11 h amb un acte simbòlic d'obertura, protagonitzat per les monges del CDIP (Grup de teatre d'El Centre, Ateneu Democràtic i Progressista), que van donar la benvinguda al públic. La coral El Calderí va oferir una actuació musical per iniciar els parlaments institucionals, que van anar a càrrec del regidor d'Urbanisme, Jordi Martín; la regidora de Promoció Econòmica, Roser Xalabarder; el jutge de Pau, Josep Coral; i l'alcalde de Caldes, Isidre Pineda, qui va rebre simbòlicament la clau del nou espai.

La plaça del nou equipament va acollir activitats familiars i animació a càrrec dels Robobops, així com una performance final titulada Obrim portes, realitzada per Stage i el Grup Escènic del Casino Juvenil. Després dels actes centrals, les portes de l'equipament es van tornar a obrir perquè la ciutadania pogués recórrer lliurement els diversos espais.

## Un equipament multifuncional amb vocació sociocultural i de servei

El nou espai El Carme està format per tres edificis interconnectats a través d'una gran plaça oberta, accessible des

del carrer i dissenyada com a punt neuràlgic de dinamització. Tots els edificis són accessibles per a persones amb mobilitat reduïda i acolliran serveis municipals, espais d'entitats i projectes innovadors.

La distribució dels espais és la següent:

- . Edifici A: Jutjat de Pau, Serveis Municipals (GMSSA) i La Piqueta.
- . Edifici B: Espai polivalent i espais per a entitats.
- . Edifici C: Espai d'entitats, Aula de Robòtica i nous estudis de Ràdio Caldes.

## Una transformació basada en la participació ciutadana

La transformació de l'antiga escola El Carme s'ha dut a terme a partir d'un procés participatiu obert a la ciutadania, iniciat l'octubre del 2021, després de l'acord de permuta assolit amb la Congregació de les germanes Carmelites de la Caritat, anterior propietària de l'edifici.

El conjunt patrimonial compta amb una superfície construïda de 2.412 m<sup>2</sup>, distribuïda en tres edificis, i amb un pati de 650 m<sup>2</sup>.



Un dels elements més destacats és l'Aula de Robòtica, un nou servei pensat per a la formació i el desenvolupament tecnològic que estarà a disposició d'escoles i empreses.

La intervenció ha permès recuperar aquest espai emblemàtic de Caldes, convertint-lo en un centre modern, plural i obert a la vida cultural i cívica del municipi.



## Janna Lin trenca el silenci de la solitud amb poesia: "Cròniques de solitud", un retrat íntim de la lluita interior

**L**a jove poeta calderina Jiabing Lin, de 28 anys, publica el seu primer llibre sota el pseudònim de Janna Lin, un recull líric que explora la solitud com a camí de sanació i descobriment personal.

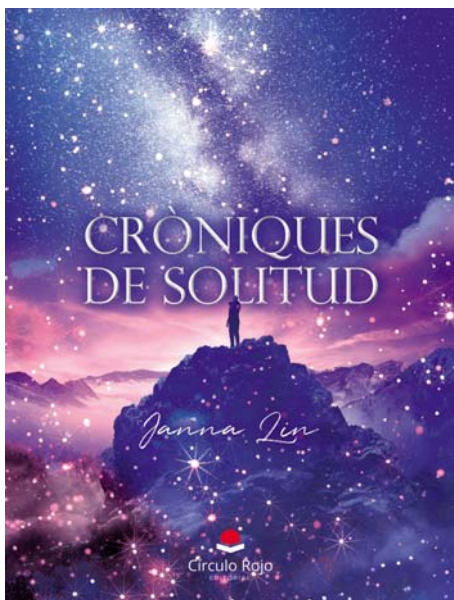
La poeta Jiabing Lin, veïna de Caldes de Montbui, acaba de presentar el llibre *Cròniques de solitud*, una obra de poesia lírica d'una gran càrrega emocional i introspectiva. Amb només 28 anys, Lin —que signa com a Janna Lin— ofereix un conjunt de poemes que neixen de l'experiència personal i que s'endinsen sense filtres en les profunditats de la solitud, la salut mental i la recerca de pau interior.

El llibre és una finestra oberta a la vida interior de l'autora. "És un recull de poemes que sorgí quan vaig submergir-me en una lluita interna contra la depressió, l'ansietat i l'autisme", confessa Lin. L'obra esdevé així una mena de diari poètic on la bellesa formal dels versos contrasta amb la cruesa dels sentiments que descriuen.

*Cròniques de solitud* no només parla d'aïllament, sinó també de resistència. Des de passejades a la muntanya fins a confessions íntimes en paper, Lin transforma l'experiència del dolor en paraula poètica, oferint al lector un viatge catàrtic i empàtic. Les ferides emocionals, les pors i les inquietuds existencials esdevenen matèria primera per a

una obra que no defuig la vulnerabilitat, sinó que la converteix en força literària.

El llibre és també un homenatge a totes aquelles persones que, com ella, lluiten per viure: "Ho dedico als qui salven vides i, sobretot, a aquelles persones que pateixen i lluiten per viure", escriu l'autora.



## El 9 de juny és festa local a Caldes

**L'**Ajuntament de Caldes de Montbui ha establert el 9 de juny (Segona Pasqua) i el 13 d'octubre (coincidint amb la Festa Major) com a festes locals per a l'any 2025.

L'acord es va aprovar en el ple municipal celebrat el 25 de juliol de 2024, després d'un procés de consulta a empreses, associacions, centres educatius, entitats locals i grups polítics amb representació al consistori.

Aquestes dues dates s'afegeixen al calendari de festes laborals establertes per la Generalitat de Catalunya, que inclou un total de tretze festius per al 2025, entre els quals hi ha l'1 i 6 de gener,

el 1 de maig, la Diada de l'11 de setembre o el 25 i 26 de desembre, entre d'altres. Amb aquesta decisió, el municipi manté la tradició de fixar com a festes locals la Segona Pasqua, molt arrelada al calendari festiu català, i la celebració de la Festa Major d'octubre, una de les cites més destacades del calendari cultural calderí.



**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



# La campanya “Somnis sense soroll” protagonitza l’Audiència Pública Infantil de Caldes

**E**l dijous 29 de maig, la Sala de Plens de l’Ajuntament de Caldes de Montbui va acollir una nova edició de l’Audiència Pública Infantil.

Els membres del Consell d’Infants 2024-2025 van presentar davant el consistori i la ciutadania el projecte “Somnis sense soroll”, una campanya que té com a objectiu reduir el soroll nocturn al municipi i garantir un descans de qualitat per a tothom.

L’acte, obert al públic, va estar liderat per alumnes de 5è i 6è de les escoles calderines, que formen part activa del Consell d’Infants. A més de donar a conèixer la seva campanya principal, els consellers i conselleres van exposar diverses propostes i reflexions fruit de les sessions de treball dutes a terme al llarg del curs.

Entre les demandes presentades hi destaquen la implementació d’una jornada escolar intensiva, una millora general dels parcs infantils i els seus entorns, la celebració d’una diada esportiva conjunta entre centres educatius i accions per fer de Caldes un poble més net.

L’alcalde va oferir un primer retorn a aquestes peticions, destacant accions ja en marxa com la neteja de la riera de Caldes, la millora de les voreres i l’increment de vegetació al municipi. També es va comprometre a incorporar la resta de propostes a les dinàmiques de treball del govern local.

La sessió va comptar amb la presència dels representants calderins al Consell Nacional de la Infància i l’Adolescència de Catalunya, Andrea P. i Alan G., que van donar suport als seus companys durant l’acte.

El moment culminant de la jornada va ser la presentació de la campanya “Somnis sense soroll”, desenvolupada pel Consell al llarg del curs.

El projecte inclou un cartell dissenyat per Martí M. i un segell amb el lema de la campanya creat per Lucía M., a més d’un recull de dibuixos participants en el concurs que han estat exposats al vestíbul de l’Ajuntament.

L’acte es va cloure amb el lliurament de diplomes i el reconeixement a la tasca del Consell d’Infants, que, un any més, ha posat veu a les inquietuds i propostes dels més joves per fer de Caldes un poble millor.



## L'Ajuntament reconeix la tasca de l'alumnat mediador de l'Escola Montbui

**L'**Ajuntament de Caldes de Montbui ha fet entrega dels diplomes de reconeixement als 70 alumnes de 4t a 6è de primària de l'Escola Montbui que han participat al programa Mediació al Pati durant el curs 2024-2025. L'acte, celebrat el dilluns 2 de juny, va comptar amb la presència de l'alcalde Isidre Pineda, que va destacar el compromís dels mediadors i mediadores en la promoció de la convivència al centre educatiu.

Abans del lliurament de diplomes, els alumnes van realitzar una avaluació del programa, exposant casos reals en què han intervingut, les estratègies utilitzades i les dificultats trobades. També van presentar propostes de millora de cara a futures edicions, com ampliar la mediació a altres espais de l'escola, reforçar la presència de mediadors en diferents zones, disposar de més temps per a la gestió de conflictes, garantir espais de reflexió abans de la intervenció docent i millorar la formació del professorat per tal que tot el projecte sigui assumit col·lectivament com a eina de transformació de la convivència escolar.

El programa Mediació al Pati, reprès aquest curs després de tres anys d'aturada, ha tingut una molt bona acollida. Davant l'elevada participació —prop de 70 alumnes voluntaris— es va constituir un segon grup de treball.



Durant els esbarjos, aquests alumnes han vetllat per la resolució pacífica dels conflictes entre iguals, fomentant el diàleg, l'escolta activa i una actitud proactiva per millorar la socialització i la convivència.

El projecte es va iniciar el 5 de novembre de 2024 amb una sessió informativa a càrrec del mediador municipal.

A partir d'aquí, es va desplegar una fase de formació per a alumnes i professorat, i el 21 de gener es va celebrar l'acte de benvinguda dels mediadors i mediadores, que des de llavors han exercit la seva tasca fins a final de curs.

Paral·lelament, Caldes de Montbui disposa d'un Punt de Mediació Municipal, obert a tota la ciutadania.

Aquest servei ofereix suport en la gestió de conflictes veïnals, familiars, comunitaris, escolars i entre entitats, amb l'objectiu de promoure una cultura de la mediació i la resolució pacífica arreu del municipi.

## L'alumnat jove del Taller d'Art exposa a la Sala Delger amb el projecte "Aigua"

**L**a Sala Delger (carrer del Forn, 8) acollirà els caps de setmana del 6 al 8 i del 13 al 15 de juny l'exposició Aigua, una mostra col·lectiva protagonitzada per l'alumnat jove, d'entre 12 i 17 anys, del Taller d'Art Municipal Manolo Hugué.

El projecte expositiu d'enguany gira al voltant de la temàtica de l'aigua, que ha servit com a eix central del treball desenvolupat al llarg del curs. A partir d'aquesta idea, l'alumnat ha creat un conjunt de peces interdisciplinàries — dibuix, volum, fotografia i gravat — que vinculen l'aigua amb la tradició cistellera

de Caldes de Montbui. Una de les propostes destacades de l'exposició és la creació d'obres amb medul·la de jonc, inspirades en les formes i moviments de l'aigua.

A més del projecte principal, la mostra inclou altres treballs artístics relacionats amb el mateix tema, resultat de l'exploració creativa feta pels joves artistes durant el curs.

L'exposició s'inaugurarà el divendres 6 de juny, a les 19 h, i es podrà visitar divendres, dissabte i diumenge.



# 22a FIRA BOTIGA

Diumenge 15 de juny  
Av. Pi i Margall

- 10:00 h** Inauguració de la fira  
**10:00 a 12:00 h** Paradeta castellers (Gregori montserrat)  
**11:00 a 14:00 h** Jocs gegants (Gregori Montserrat)  
**12:00 a 12:30 h** Taller a càrrec dels castellers (Gregori Montserrat)
- 12:30 h** Pilar castellers (Plaça Catalunya)  
**12:45h** Ballada Bastonera (Plaça Catalunya)  
**13:15h** Mostra de tabals i foc del Ball de Diables de Caldes (Plaça Catalunya)
- 17:30 a 20:30 h** Jocs gegants (Gregori Montserrat)  
**21:00 h** Fi de la Fira



Compra a les botigues de Caldes Centre Comercial  
i aconseguix el teu tiquet gratuït per a:



Amb la col·laboració de:



BALL DE DIABLES  
DE CALDES DE MONBUÍ



castellers  
de  
caldes de montbui



BASTONERA DE CALDES DE MONBUÍ



Ajuntament de  
Caldes de Montbui



Generalitat  
de Catalunya



CSAM



SHOP  
in  
CALDES



Caldes Centre  
Comercial

## L'Ajuntament col·labora en la presentació del protocol contra l'assetjament de la Fundació Santa Susanna

**L**a Fundació Santa Susanna va presentar dimecres, 28 de maig, el seu nou Protocol per a la prevenció i abordatge de l'assetjament sexual i per raó de sexe, en un acte que va comptar amb la participació activa de l'Ajuntament de Caldes de Montbui.

La trobada va reunir una trentena de persones i es va convertir en un espai de reflexió i debat sobre la importància d'afrontar aquestes violències des d'una perspectiva col·lectiva.

La regidora d'Igualtat, Roser Xalabarder, i la tècnica d'Igualtat, Laia Martín, van intervenir a la sessió, que va girar entorn de sis idees clau presentades per la Fundació:

- . Qualsevol persona pot ser víctima d'assetjament.
- . L'assetjament sovint es manifesta de forma subtil i difícil de detectar.
- . Té conseqüències greus per a la salut i forma part de les violències masclistes.
- . No és un problema individual, sinó estructural i col·lectiu.
- . Pot veure's agreujat per altres discriminacions com l'edat, el gènere o l'orientació sexual.
- . Cal una resposta integral basada en protocols clars, escolta activa i accions preventives.



Amb aquest nou pla, la Fundació Santa Susanna fa un pas endavant en el seu compromís per garantir espais lliures de violència i promoure una cultura basada en la igualtat i el respecte. L'Ajuntament, per la seva banda, reafirma el seu suport a totes aquelles iniciatives que treballen per erradicar l'assetjament i promoure entorns segurs i inclusius.



### Anem al Casino



**Casino de Caldes**  
des de 1864

**Fes-te soci d'una entitat emblemàtica!**

# El Dr. Manel del Castillo exposa l'evolució i els reptes de futur de l'Hospital Sant Joan de Déu

**E**l passat dijous 29 de maig, la Fundació Universitària Martí l'Humà (FUMH) – Aula Universitària de Caldes va acollir una conferència a càrrec del Dr. Manel del Castillo, metge i director gerent de l'Hospital Sant Joan de Déu des de l'any 2003. En la seva intervenció, el doctor va repassar la trajectòria històrica del centre, el seu present com a referent en pediatria i els projectes que dibuixen el seu futur.



L'Hospital Sant Joan de Déu té els seus orígens en la tasca de l'ordre religiosa homònima, dedicada des de fa més de cinc segles a la cura de dones embarassades i infants sense distinció d'origen ni condició. Fidels al seu esperit fundacional, l'hospital manté un model assistencial ètic, solidari, de qualitat i sense ànim de lucre.

Fins al 1973, el centre funcionava com un hospital pediàtric de titularitat religiosa privada. Aquell any, però, va signar un conveni amb la Seguretat Social que li va permetre atendre tota la població infantil catalana. A partir de 2003, amb l'impuls d'un pla estratègic ambiciós, l'hospital va consolidar-se com a centre de referència estatal. Durant els anys de retallades sanitàries, la direcció va apostar per l'obertura internacional, establint col·laboracions amb centres mèdics i de recerca d'arreu i acollint pacients de tot el món.

El 2023, l'Hospital Sant Joan de Déu era ja considerat el centre pediàtric més rellevant de Catalunya i Espanya, i el tercer a nivell europeu. Actualment, atén infants de 97 països i presenta una facturació a l'alça, sense renunciar als valors humanistes ni a la vocació de servei sense ànim de lucre.

Els reptes actuals se centren especialment en el tractament de malalties pediàtriques greus i rares, amb una clara aposta per la recerca biomèdica i la medicina personalitzada. Aquesta tasca va acompanyada d'un enfocament assistencial centrat en la persona, amb suport a les famílies i un tracte profundament humà, fidel a la missió de l'ordre.

Entre els projectes destacats hi ha el Centre de Càncer Infantil de Barcelona i el projecte UNICS, que ofereix un model integral d'atenció sanitària i emocional, amb iniciatives com la Casa de Sofia, pensada per a infants amb malalties cròniques i les seves famílies.

Pel que fa a la sostenibilitat econòmica, l'hospital es finança a través de convenis amb la Seguretat Social, donacions privades i les aportacions d'altres països pels serveis prestats als seus infants.

El Dr. del Castillo va tancar la seva conferència insistint en que, més enllà de l'atenció mèdica de qualitat, cal oferir un hospital amic. Que els infants tinguin sempre els pares al costat, que no pateixin dolor, que puguin jugar i que es trobin en entorns agradables.

## MAGATZEM DEL MATALÀS

### LIQUIDACIÓN POR JUBILACIÓN

**Colchones · Almohadas**  
**Fundas nórdicos**  
**Fundas colchón reversibles**  
**verano-invierno**

## TODO AL 20% Desc.

c/ Joaquim Jorba, 17 · Tel. 93 862 64 45  
 Caldes de Montbui

## L'Stage obre les portes amb èxit durant la Setmana Amiga

**D**el 19 al 23 de maig, l'escola d'arts escèniques Stage va celebrar la Setmana Amiga, una iniciativa que va permetre als amics i amigues de l'alumnat assistir com a públic a les classes de música, dansa i teatre. L'objectiu era compartir, des de dins, l'experiència artística i pedagògica que defineix l'ànima del centre.

Al llarg de la setmana, l'Stage va obrir les seves aules oferint un espai on infants, joves i adults poguessin gaudir de les seves disciplines preferides en companyia de les seves famílies.

Des de la direcció del centre, es va fer una valoració molt positiva de la iniciativa, destacant les escenes de complicitat i intercanvi entre alumnes de diferents disciplines. Un dels moments més emblemàtics va ser veure una petita ballarina entrant amb curiositat a una classe de bateria per veure el seu amic,

que alhora va assistir amb entusiasme a la classe de dansa clàssica de la seva companya.



Amiga és una proposta que tindrà continuïtat en pròximes edicions.

Amb el curs a punt d'acabar, l'Stage ja

Experiències com aquestes, afirmen des del centre, s'han viscut com un regal mutu i deixen clar que la Setmana

prepara les aules obertes i les audicions finals, que tindran lloc del 17 al 28 de juny i on tothom hi serà benvingut.

Estimats companys, amb motiu del 50è aniversari de la nostra graduació a l'Escola Pia, ens fa molta il·lusió convidar-vos a una trobada per recordar els vells temps i compartir un bon dinar plegats.

### TROBADA D'EXALUMNES 50 anys de la Graduació de l'Escola Pia

- Restaurant Robert de Nola
  - Dissabte 21 de juny
  - A les 13:00 h
- Confirmeu assistència  
al tel. 649 865 984

Serà una gran oportunitat per retrobar-nos després de tants anys!  
Us hi esperem amb moltes ganes!



# L'Ajuntament informa

## Conferència "Mar en dol. Fer visibles les morts que Europa amaga"

La Biblioteca Municipal de Caldes de Montbui organitza la conferència "Mar en dol. Fer visibles les morts que Europa amaga", el dijous 12 de juny a les 18.30 hores. Coincidint amb el Dia Mundial de les Persones Refugiades, l'Anna Surinyach oferirà aquesta xerrada per posar llum sobre les morts invisibles al mar mentre milers de persones intenten arribar a Europa. L'accés és lliure fins omplir l'aforament.

## El 9 de juny serà festa local a Caldes de Montbui

El 9 de juny serà la primera festa local de l'any 2025, en resposta al que han expressat la majoria dels agents educatius, tècnics, empresarials i entitats associatives. La segona serà el 13 d'octubre, coincidint amb la Festa Major.

## Programació del Dia Internacional dels Arxius

Amb motiu del dia internacional dels arxius, que se celebra el dilluns, 9 de juny, l'Arxiu Històric Municipal ha organitzat una programació especial. Els dies 10 i 11 de juny, de les 10 a les 14 hores, l'arxiver municipal es desplaçarà a casa de totes aquelles persones que tinguin i vulguin mostrar documents històrics relacionats amb la vila de Caldes (cal inscripció prèvia a [www.caldesdemontbui.cat/diadelsarxius](http://www.caldesdemontbui.cat/diadelsarxius)). El dia 12 de juny, es farà una jornada de portes obertes de l'Arxiu Històric, ubicat a la Biblioteca Municipal, de les 16 a les 18 hores, on la ciutadania podrà consultar la informació històrica relacionada amb Caldes de Montbui.

## Exposició de les obres de l'alumnat jove del Taller d'Art del 6 al 8 i del 13 al 15 de juny, a la Sala Delger

La Sala Delger (c/ del Forn,8) acollirà els caps de setmana del 6 al 8 i del 13 al 15 de juny, l'exposició «Aigua» on es podran veure les obres de l'alumnat jove (de 12 a 17 anys) del Taller d'Art Municipal Manolo Hugué. Horaris: divendres, de 18 h a 20 h; dissabte, d'11,30 a 13,30 h i de 18 a 20 h; i diumenge, d'11,30 h a 13,30 h.

## Els divendres de juny, de 19.30 h a 20.30 h, la Biblioteca acomiadarà als seus usuaris amb música en directe

Durant els divendres, 6, 13, 20 i 27 de juny, la Biblioteca Municipal de Caldes de Montbui abans de tancar l'equipament, oferirà als seus usuaris, entre les 19.30 h i les 20.30 h, música en directe.

## Servei d'Assessoria Jurídica per a Dones. Propera cita: 16 de juny

El Servei d'Assessoria Jurídica per a Dones té la seva propera cita el dilluns 16 de juny. Les dones que vulguin fer consultes, han de demanar hora trucant al telèfon 93 865 54 20. Aquest servei, dut a terme per advocades, és absolutament confidencial i ofereix la possibilitat de consultar sobre qualsevol dubte o problema que afecti les dones: drets familiars, violència de gènere, conflictes per propietats, drets laborals, conflictes penals, assetjament, maternitat, etc.

## Servei d'Ocupació Borsa de Treball

Llista d'ofertes de feina actualitzades el: 30/05/2025

Núm. Oferta

- 377467 Cambrer/a sector hotelier (de juliol a octubre)
- 377466 Peó de construcció (Reformes - Zona Vallès i Barcelona)
- 377432 Empaquetador/a
- 377357 Electricista per manteniment en sector industrial
- 377327 Dependent/a forn de pa i cafeteria (estiu)
- 377237 Netejador/a (per residència geriàtrica)
- 377124 Peó agrícola (oliva)
- 377045 Mosso/a magatzem i dependent/a (sector instal·lacions)
- 377036 Operari/ària de magatzem (amb experiència)
- 376732 Netejador/a (supervisor/a)
- 376729 Operari/ària de manteniment de maquinària industrial
- 376726 Carretoner/a
- 376552 Operari/ària de producció (cap de torn)
- 376388 Operari/ària de Producció (perfil aprenent)
- 376334 Aux. administratiu/va comptable
- 376311 Atenció al client en comerç especialitzat
- 375996 Tècnic/a de Qualitat (sector alimentació)
- 375809 Operari/ària metal·lúrgia

Podeu consultar i inscriure-us a les ofertes actualitzades al web [xaloc.diba.cat/](http://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](mailto:borsatreball@caldesdemontbui.cat) [clubfeina@caldesdemontbui.cat](mailto:clubfeina@caldesdemontbui.cat) [clubfeina16@caldesdemontbui.cat](mailto:clubfeina16@caldesdemontbui.cat) [pfo@caldesdemontbui.cat](mailto:pfo@caldesdemontbui.cat)

Des del Servei d'Ocupació es recorda que és molt important revisar periòdicament les ofertes penjades al web: [www.caldesdemontbui.cat](http://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.

## Inscripcions a l'Escola Taller d'Art Municipal Manolo Hugué

El període d'inscripció per alumnes nous del Taller d'Art és del 10 de juny al 15 de juliol. La inscripció es pot fer presencialment i telemàtica. Informeu-vos a [www.caldesdemontbui.cat](http://www.caldesdemontbui.cat) i a <https://www.tallerdartmanolohugue.cat/>



[www.caldesdemontbui.cat](http://www.caldesdemontbui.cat)

Facebook: [facebook.com/ajuntamentcaldesdemontbui](https://facebook.com/ajuntamentcaldesdemontbui)  
Twitter: @AjCaldesMontbui  
Instagram: [ajcaldesdemontbui](https://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/ 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

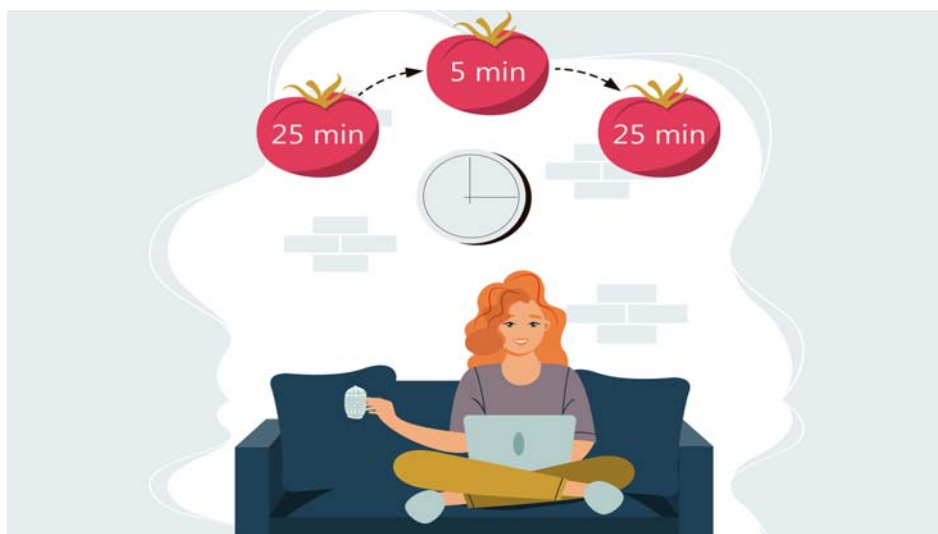
Sol·licita la teva entrevista gratuïta  
Volem ajudar-te.

# La tècnica Pomodoro per a estudiar i millorar la concentració

**E**n un món ple de distraccions i interrupcions, mantenir la concentració durant llargues sessions d'estudi, és complicat. És en aquest context que la tècnica Pomodoro es presenta com una eina senzilla però efectiva per gestionar el temps i optimitzar l'eficiència. Aquesta metodologia, desenvolupada per Francesco Cirillo als anys vuitanta, ha demostrat ser una gran aliada per a estudiants que busquen aprofitar millor el seu temps.

## Com funciona aquesta tècnica

La tècnica Pomodoro es basa a dividir el temps d'estudi en blocs curts i intensos, normalment de 25 minuts, seguits d'un descans breu de 5 minuts. Cada un d'aquests blocs es denomina "pomodoro". Després de completar quatre pomodoros, es fa una pausa més llarga, generalment de 15 a 30 minuts. Aquest sistema no només ajuda a mantenir la concentració, sinó que també permet evitar el cansament mental i millorar la qualitat de l'aprenentatge.



## Com aplicar la tècnica Pomodoro?

### 1. Organitza les teves tasques

Abans de començar la sessió d'estudi, és important tenir clar quines tasques es volen realitzar. Divideix-les en activitats específiques i assequibles per a cada pomodoro.

### 2. Configura el temporitzador

Una vegada tinguis les tasques preparades, posa un temporitzador a 25 minuts. Durant aquest temps, has de concentrar-te completament en l'activitat assignada, evitant qualsevol distracció.

### 3. Fes una pausa breu

Quan el temporitzador soni, fes una pausa de 5 minuts. Pots aixecar-te, estirar-te, beure aigua o fer una petita activitat que et permeti desconnectar.

### 4. Repeteix el procés

Després de quatre pomodoros consecutius, fes una pausa més llarga, d'entre 15 i 30 minuts. Aquesta pausa més prolongada permet que el cervell es recuperi i es prepari per a la següent ronda d'estudi intensiu. E. R.

# Les conseqüències de dormir poc

**D**ormir és una necessitat biològica fonamental per al bon funcionament del nostre organisme. Malgrat això, en la societat actual, el descans nocturn sovint es veu sacrificat per motius laborals, socials o d'oci.

Dormir poc o malament pot semblar inofensiu a curt termini, però les conseqüències per a la salut física i mental són significatives i preocupants.

Quan no dormim prou, els primers símptomes solen aparèixer ràpidament. La fatiga, la dificultat per concentrar-se, la irritabilitat i els canvis d'humor són alguns dels signes més habituals.

A més, la manca de son afecta negativament el rendiment acadèmic i laboral, augmenta el risc d'accidents de trànsit i pot comprometre la capacitat de prendre decisions encertades.



Els efectes de la privació crònica de son van molt més enllà del cansament puntual. Estudis científics han demostrat que dormir menys de 6 hores per nit de forma continuada incrementa el risc de patir diverses malalties:

**. Malalties cardiovasculars:** la manca de descans augmenta la pressió arterial i pot alterar els nivells de colesterol, fet que eleva el risc d'infart i d'ictus.

**Diabetis de tipus 2:** la privació de son altera la regulació de la glucosa i la sensibilitat a la insulina.

**. Obesitat:** dormir poc afecta les hormones que regulen la gana, com la leptina i la grelina, afavorint el consum excessiu d'aliments i l'augment de pes.

**. Problemes de salut mental:** la relació entre insomni i trastorns com l'ansietat o la depressió és ben documentada. A més, la manca de son pot empitjorar símptomes preexistents.

Un altre efecte rellevant de no dormir prou és l'afebliment del sistema immunitari. Quan el cos no descansa adequadament, es redueix la seva capacitat per combatre infeccions, fet que pot traduir-se en una major incidència de refredats, grip i altres malalties. EVA REMOLINA

  
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

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

 **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\_lleo  625.771.356  Forn 7, 08140, Caldes de Montbui

**TOT Caldes**   
busca'ns a  
**Instagram** 

## Quiche d'espínacs

### Ingredients

#### Per a la base:

1 làmina de pasta brisa (pot ser casolana o comprada)

#### Pel farcit:

300 g d'espínacs frescos (o congelats, ben escorreguts)

1 ceba mitjana

3 ous

200 ml de nata per cuinar

100 g de formatge ratllat (emmental, gruyère o el que més t'agradi)

Oli d'oliva verge extra

Sal i pebre al gust

Un polsim de nou moscat (opcional)



### Preparació

Preescalfa el forn a 180 °C (dalt i baix).

**Prepara la base:** Estén la làmina de pasta brisa en un motlle per a quiches o pastissos, punxa el fons amb una forquilla i, si vols, cobreix-la amb llegums secs per evitar que pugui. Precuina-la durant 10 minuts.

**Cuina els espínacs:** En una paella amb una mica d'oli, sofregeix la ceba picada fins que estigui tendra. Afegeix-hi els espínacs i cuina uns minuts fins que redueixin i perdin l'aigua.

Bat els ous i la nata en un bol, afegeix-hi sal, pebre i nou moscada. Incorpora el formatge ratllat i, finalment, els espínacs saltats.

Aboca la barreja damunt de la base precuinada i distribueix-la bé.

Enforna durant uns 30-35 minuts o fins que la superfície estigui daurada i el farcit qualli.

Deixa refredar lleugerament abans de desemmotllar i servir.

## L'Aquafaba, el líquid dels llegums

L'aquafaba és el líquid espès que trobem als pots de cigrons cuits o que queda després de coure llegums com els cigrons o les mongetes blanques. Aquest líquid conté proteïnes, midons i altres compostos que es desprenen del llegum durant la cocció. Quan es refreda i es conserva bé, pot adoptar una textura lleugerament gelatinosa i una capacitat emulsificant i espumant molt semblant a la clara d'ou.

L'aquafaba és extremadament versàtil i es pot fer servir tant en receptes dolces com salades. Algunes de les seves aplicacions més comunes són:

### . Merengues veganes

Una de les preparacions més conegudes és la merenga. Quan es munta amb una batidora elèctrica, l'aquafaba es transforma en una escuma ferma i brillant, gairebé idèntica a la de la merenga tradicional fet amb ou.



### . Maionesa sense ou

Gràcies a la seva capacitat d'emulsionar, és ideal per fer maionesa vegana. Simplement, cal afegir-hi oli, vinagre o llimona i una mica de sal.

### . Rebosteria

L'aquafaba es pot fer servir com a substitut de l'ou en pastissos, galetes, pancakes i muffins. En general, es calcula que 3 cullerades d'aquafaba equivalen a un ou sencer, i 2 cullerades a una clara.

### . Mousses i cremes

Com que es pot muntar com una nata lleugera, també s'utilitza per fer mousses de xocolata, cremes suaus i altres postres que necessiten una base airejada.

**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

**Presats**  
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



**COMPREM VEHICLES**

En bon estat i també avariats, ens desplaçem a domicili i ens encarreguem de tot els tràmits. També disposem de servei de grua i retirada de cotxes per desballestament.  
Tracte ràpid i seriós (Carles).  
Tel. 635475893



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

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

**Es busca cambrer/a  
pels caps de semana.  
Ideal estudiants.**

Tel. 93 864 89 41

## El mes de maig de 2025 tanca amb una nova caiguda de l'atur al Vallès Oriental

L'atur continua la seva tendència a la baixa al Vallès Oriental. Segons l'avanç de dades elaborat per l'Observatori-Centre d'Estudis del Consell Comarcal, el mes de maig de 2025 ha tancat amb un total de 17.679 persones aturades, xifra que representa una reducció de 290 persones respecte al mes d'abril, és a dir, un descens intermensual de l'1,61%.

Aquest descens s'emmarca dins d'una dinàmica sostinguda de reducció de l'atur, amb una caiguda interanual de 1.192 persones, el que suposa un -3% respecte a maig de 2024. La taxa d'atur provisional del Vallès Oriental se situa ara en el 8,24%.

Per municipis, la tendència a la baixa és generalitzada: 29 dels 39 municipis de la comarca han reduït les seves xifres d'atur aquest mes. En dos municipis (l'Ametlla del Vallès i Tagamanent) les dades es mantenen estables, mentre que en vuit localitats hi ha hagut un lleu augment, en cap cas superior a les 10 persones —el més destacat, a Vallromanes, amb 7 nous aturats.

Destaquen especialment els descensos a la zona del Baix Vallès, amb Montornès del Vallès (-37), Mollet del Vallès (-25) i la Llagosta (-24). A l'àmbit del mercat de treball de Granollers, sobresurten les baixades a les Franqueses del Vallès (-24) i Lliçà d'Amunt (-22).

## Reflexions

### No t'oblidis dels teus fills

Potser és una de les històries més tristes que s'han escoltat. Un pare havia de deixar al seu petit bebè en una escola bressol de camí al seu treball, però aquell dia tenia moltes coses al cap i se'n va oblidar. Donat que van deixar-lo sol en el cotxe, el nadrióss va morir d'excés de calor. El pare portarà aquest dolorós record la resta dels seus dies.

Aquest pare va oblidar sense voler al seu fill, però hi ha pares que obliden els seus fills deliberadament, abandonant-los per tal d'aconseguir els seus propis desigs egoistes. Obliden els seus fills quan s'involucren en una aventura amorosa extramatrimonial. Obliden als seus fills quan s'abandonen als plaers o dediquen massa temps al treball, als diners, als esports o a qualsevol altre tipus de distracció. En actuar així, els seus fills es queden sense la guia que només un pare pot donar.

La importància d'un pare en la vida d'un fill és monumental. Ha de criar als seus fills donant-los-hi instrucció, protecció, manteniment, companyia, ajuda, amor, disciplina i exemple. Un bon pare proveeix un ampli subministra de consell pietós i saviesa a mesura que guia als seus fills (Proverbis 3: 1 al 12). Però tot això no podrà fer-ho si ignora els seus fills en estar ocupat amb activitats egoistes.

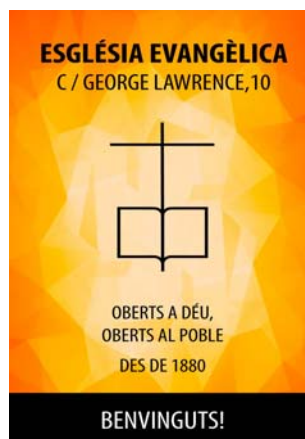
Pare, no oblidis als teus fills. Et necessiten. Pensa que el més gran regal que un pare pot donar als seus fills és ell mateix.

**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.



**EGLÉSIA EVANGÈLICA**  
C / GEORGE LAWRENCE, 10

OBERTS A DÉU,  
OBERTS AL POBLE  
DES DE 1880

**BENVINGUTS!**



**l'electra**  
ENERGIA

# Som la teva energia!

Escull entre les nostres tarifes de llum: Pla**FIX**, Pla**FLEXA2** i Pla**FLEXA3**.