

Caldes exporta el seu model de termalisme a les viles d'Occitània P4

Suport als projectes de millora de la C-59 i la variant de Sant Feliu P2

L'Arxiu proposa una aventura patrimonial pels entorns de Sant Sebastià P5

TOT Caldes

de Montbui



Núm. 1837
Del 8 al 28 d'agost
de 2025

Distribució gratuïta
Any XXXIX



Reoberta la carretera nova del Farell després de renovar la pavimentació

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



Suport als projectes de millora de la C-59 i la variant de Sant Feliu de Codines

Tots els grups municipals de l'Ajuntament de Caldes han aprovat de manera conjunta en el Ple de juliol, una moció de suport al projecte de la variant de la carretera C-59 a Sant Feliu de Codines i al projecte de millora del tram entre Palau-solità i Plegamans i Caldes de Montbui. La moció subratlla la urgència d'impulsar aquestes actuacions, considerades estratègiques per a la mobilitat i la seguretat viària al territori.

La C-59 és una via clau per al Vallès Oriental i el Moianès, connectant municipis amb la resta de la xarxa viària catalana. Segons l'exposició de motius, les mancances en trams com l'entrada sud de Caldes o el nucli urbà de Sant Feliu de Codines suposen problemes greus de congestió, contaminació i risc viari, especialment per la presència constant de vehicles pesants.

La moció posa l'accent en dues actuacions prioritàries:

. La variant de Sant Feliu de Codines, amb un pressupost estimat de 41 milions d'euros, que ha de treure el trànsit del centre del municipi, millorar la qualitat de vida dels veïns i garantir una connexió més segura entre el Vallès Oriental i el Moianès.

. El projecte de millora de la C-59 entre Palau-solità i Plegamans i Caldes de Montbui, amb una inversió prevista de 15 milions d'euros, especialment necessària per solucionar els problemes d'accessibilitat i seguretat viària al barri de Can Valls i l'entrada sud de Caldes.

A més de millorar la fluïdesa del trànsit, aquests projectes són una oportunitat per fomentar la mobilitat sostenible, tant pel que fa al transport públic com a l'ús de mitjans alternatius al vehicle privat.

Instàncies al Govern i crida al territori

L'Ajuntament insta la Generalitat de Catalunya i, concretament, el Departament de Territori, Habitatge i Transició Ecològica, a agilitzar l'adjudicació de les obres ja licitades i garantir la seva execució durant aquest any 2025.

La moció del Ple calderí també demana la implicació de tots els grups parlamentaris per assegurar la dotació pressupostària necessària.

Finalment, la moció fa una crida a altres ajuntaments, consells comarcals, institucions i entitats perquè s'adhereixin a aquest posicionament conjunt, en defensa d'una millora urgent de les infraestructures que afecta de manera directa la seguretat, el desenvolupament econòmic i la qualitat de vida de milers de ciutadans.



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

U.C.I.C. 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		

Telèfons d'interès

QR code for more information

Finalitzen les obres de millora a la carretera nova del Farell

L'Ajuntament de Caldes de Montbui ha finalitzat el mes de juliol una de les actuacions més destacades de millora en la xarxa viària municipal: la renovació del camí del Farell, conegut popularment com la "carretera nova del Farell".

Les obres han estat adjudicades a la unió temporal d'empreses (UTE) formada per AMSA, Deumal i Pasquina, mitjançant la Central de Compres de l'Associació Catalana de Municipis (ACM), una eina pensada per facilitar la gestió eficient i coordinada de serveis i

subministraments entre administracions locals.

Intervenció integral en 12 trams

Els treballs han consistit en una intervenció completa sobre un total de 12 trams diferenciats del camí municipal del Farell.

Una de les actuacions més rellevants ha estat la pavimentació del tram de sorra que connecta la via amb la carretera BV-1423, un punt que fins ara presentava problemes de confort i seguretat per als vehicles, especialment en episodis de pluja.

En la resta del traçat, s'han executat tasques de substitució i reparació de l'asfaltatge, amb especial atenció als punts més malmesos pel desgast, la climatologia i el pas continuat de vehicles.

Aquesta renovació integral permetrà una circulació més còmoda, segura i eficient, reduint el risc de deteriorament prematur i millorant l'accés a la urbanització.



Aquesta via és una de les més utilitzades per la ciutadania, ja que connecta la urbanització del Farell amb el nucli urbà de Caldes, i és un punt neuràlgic de mobilitat per a veïns, serveis i visitants.

Els treballs es van desenvolupar entre el 9 i el 15 de juliol, encara que la reobertura al trànsit no es va fer efectiva fins al dimecres 16 de juliol al migdia.

Aquesta decisió va respondre a la necessitat de completar les tasques de pintat i senyalització vertical i horitzontal, imprescindibles per garantir una circulació segura un cop finalitzada la renovació de l'asfalt.

Un projecte finançat íntegrament per la Diputació

L'actuació ha tingut un cost total de 103.436,80 euros (IVA inclòs), íntegrament subvencionat a través del programa sectorial per a la millora de camins municipals 2024-2027 de la Diputació de Barcelona.



Caldes de Montbui exporta el seu model de termalisme a les viles d'Occitània

Caldes de Montbui ha estat l'escenari d'una trobada institucional entre representants del termalisme català i les estacions termals d'Occitània, la regió francesa amb més tradició termal del país. La reunió ha tingut lloc a petició de la Federació de Termalisme d'Occitània i s'ha desenvolupat en el marc del conveni d'amistat signat el desembre de 2022 amb l'Associació de Viles Termals de Catalunya.

L'objectiu de la jornada ha estat donar a conèixer el model de termalisme i benestar que promou Caldes de Montbui i obrir vies de col·laboració entre els dos territoris. La regió d'Occitània, considerada la primera potència termal de França, compta amb 28 estacions balnearies repartides en 10 dels 13 departaments que la conformen.

Durant la trobada s'han posat sobre la taula els dos models de gestió termal: el francès, centrat en la vessant mèdica i integrat dins el sistema públic de salut; i el català, més orientat al benestar, l'oci i la promoció turística i patrimonial de les viles termals. Els assistents han coincidit que aquests models no són excloents, sinó complementaris, i que poden enriquir-se mútuament a través de l'intercanvi de coneixement.

Des de la direcció de Projectes Estratègics i Relacions Transfrontereres de l'Ajuntament d'Amélie-les-Bains, així com l'Agència d'Attractivitat Turística del Vallespir-País Català, s'ha mostrat interès pel sistema termal català. Això ha motivat una delegació occitana a visitar Caldes per aprofundir en la seva experiència.

A la trobada hi han participat, entre d'altres, el president de l'Associació de Viles Termals de Catalunya i alcalde de Caldes, Isidre Pineda; el president de l'Associació Balneària de Catalunya i director del Balneari Termes Victòria, Joan Anglès; així com directius del RVHotels Broquetas i representants municipals de La Garriga, Ussat, Amélie-les-Bains i Avène.

L'equip francès ha destacat la capacitat del model calderí per innovar en l'ús de l'aigua termal, més enllà del vessant mèdic: des de l'ús culinari fins als banys públics com El Safareig, passant per iniciatives de promoció turística o de neteja urbana. En aquest sentit, s'ha posat en valor la voluntat de Caldes de fer arribar les propietats de l'aigua termal a tota la ciutadania.

Per la seva banda, el sector termal català ha reiterat la necessitat de continuar impulsant estudis científics que avalin

els beneficis per a la salut de l'aigua termal, amb l'objectiu de poder incorporar el termalisme dins del Sistema Català de Salut Pública com a opció terapèutica.

La jornada s'ha completat amb una visita a les instal·lacions dels balnearis Termes Victòria i RVHotels Broquetas, als Banys Públics d'El Safareig i al Museu Thermalia, on els representants occitans han pogut conèixer de primera mà el llegat històric i la vitalitat actual del termalisme 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



L'Arxiu Municipal proposa una aventura patrimonial pels entorns de Sant Sebastià

Aquest mes d'agost, l'Arxiu Històric de Caldes de Montbui convida la ciutadania a redescobrir el patrimoni local amb una proposta d'excursió cap a la font de Sant Sebastià de Montmajor. El punt de partida és el Document del Mes, que presenta una singular proposta de remodelació de la font, datada l'any 1925 i signada per Joan i Antoni Vila.



Els esbossos, conservats a l'Arxiu, van acompanyats d'una carta adreçada a l'alcalde de la vila on s'expliquen els detalls d'aquesta intervenció paisatgística. El projecte plantejava una estructura de pedra per a la font, decorada amb maó vist i rajoles pintades, així com gerros ornamentals a la part superior.

Un dels elements destacats era el desmai que, segons el text, ja havia estat plantat abans de l'acceptació oficial de la proposta.

L'Arxiu encoratja la ciutadania a explorar aquest espai natural: es va arribar a executar el projecte? Queda alguna resta visible? El desmai encara hi és? Les preguntes queden obertes a la descoberta.

Aquesta proposta d'estiu vol sumar natura i memòria històrica, tot animant als caminaires i curiosos a fotografiar les seves troballes i compartir-les a Instagram, etiquetant:

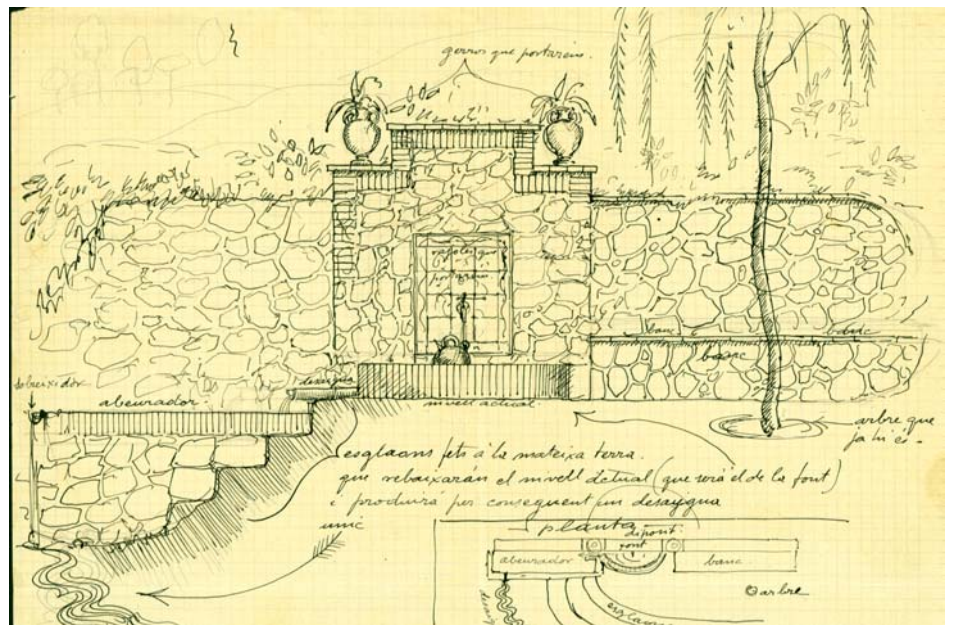
@ajcaldesdemontbui

@museuthermalia

i utilitzant les etiquetes:

#caldesdemontbui

#arxiuhistoriccaldes.



Afectacions al trànsit per obres a l'agost

Entre el 4 i l'11 d'agost, es faran obres de pavimentació en dues cruïlles importants de Caldes de Montbui, amb talls de trànsit i desviaments.

Del 4 al 6 d'agost, estarà tallada la cruïlla del carrer Major amb Bigues, afectant l'accés des del passeig del Remei i la zona esportiva. Es senyalitzaran rutes alternatives pel carrer Sant Sebastià de Montmajor i es garantirà l'accés als veïns amb pàrquing als carrers afectats.

Del 6 a l'11 d'agost, començaran obres a la cruïlla de Pi i Margall amb Escoles Pies i Asensi Vega, amb tall a l'avinguda Pi i Margall entre Santo Domingo i

Escoles Pies. El carrer Escoles Pies passarà a ser de doble sentit per garantir l'accés a serveis i aparcaments. El trànsit

es desviarà pel carrer Santo Domingo i es prohibirà aparcar-hi del 6 al 10 d'agost per motius de seguretat.



Finalitza la renovació de les lluminàries del CEIP El Farell

L'Ajuntament de Caldes de Montbui ha completat la renovació integral de la il·luminació del CEIP El Farell, una actuació que ha suposat el canvi de 245 punts de llum interiors i la instal·lació de 18 nous projectors LED als patis del centre educatiu. El projecte, desenvolupat en dues fases i amb un cost total de 14.473,14 euros (IVA inclòs), s'alinea amb els objectius del Pla d'Acció Climàtica municipal i prioritza l'eficiència energètica en equipaments públics.

Renovació interior i exterior de la il·luminació

La primera fase de les obres es va iniciar al març de 2025 i va consistir en la substitució de 141 fluorescents per lluminàries LED de baix consum (3.000 K, llum càlida) situades a l'edifici de parvulari, les plantes baixes de l'edifici principal i l'edifici de primària. Aquesta actualització va permetre una millora immediata en la qualitat de la llum, reduint alhora el consum energètic i el manteniment.

La segona fase, executada a partir del juliol, ha continuat amb el canvi de 104 punts de llum a la primera planta de l'edifici principal. No obstant això, la previsió de substituir també la il·luminació de la primera planta de l'edifici de primària va ser modificada després d'una revisió tècnica que va confirmar el bon estat de la instal·lació existent. Aquesta optimització va permetre reassignar recursos i millorar la il·luminació exterior del centre.

Millora de la il·luminació als patis

Amb els estalvis generats per la modificació del projecte, es va actuar als espais exteriors, retirant vuit antics projectors d'halogenur metàl·lic i instal·lant 18 nous projectors LED repartits entre les tres zones de pati. Aquesta actuació suposa una millora significativa en eficiència, seguretat i qualitat lumínica en espais d'ús habitual per infants i professorat.

Aquesta intervenció forma part de l'acció "TE-4" del Pla d'Acció Climàtica de Caldes de Montbui, orientada a millorar l'eficiència energètica dels equipaments municipals mitjançant tecnologies de baix consum. La renovació de la il·luminació al CEIP El Farell contribueix a reduir el consum elèctric i les emissions de CO2 associades a l'activitat municipal, avançant cap a un model energètic més sostenible.



Anem al Casino

FESTIVALET A LA FRESCA

SALA PETITA 19:30H CASINO DE CALDES



16-18€

LA DHARMA A UN PAM · 13/09

VENDA D'ENTRADES A TAQUILLA ELS
DIJOURS DE 17:00H A 19:00H I PER
INTERNET A [HTTP:BIT.LY/CASINOCALDES](http://bit.ly/casinocaldes)



9 de cada 10 incendis són causats per persones

Al bosc, tota imprudència és fatal.
Si fas una barbacoa pots provocar un foc.



Evitar-ho i protegir-te comença amb tu.

112
emergències

Si veus foc o fum, truca al 112.
Informa-te'n a incendis.gencat.cat



Diputació
Barcelona



Generalitat
de Catalunya

Tothom!!! El Govern de

Com fer l'equipatge de manera eficient per a guanyar espai i evitar arrugues

Fer l'equipatge és una feina que es pot estressar, sobretot quan volem portar moltes coses en poc espai i evitar que la roba arribi arrugada. A continuació, et presentem una guia pràctica per fer la maleta de forma ordenada i intel·ligent, aprofitant al màxim cada racó i mantenint les peces en bon estat.

Abans de començar a posar res dins la maleta:

- . Fes una llista del que necessites segons la durada del viatge i el tipus d'activitat.
- . Tria peces versàtils que es puguin combinar fàcilment entre elles.
- . Redueix el volum: evita els "per si de cas". Porta només el que realment faràs servir.

Després, ja pots triar la maleta adequada. Una maleta rígida protegeix millor la roba i manté millor l'ordre interior. Si el viatge és curt, una maleta de mà pot ser suficient; si és llarg, opta per una mitjana amb compartiments.

Hi ha diverses maneres d'organitzar la roba dins la maleta per evitar arrugues i optimitzar l'espai:

Enrotllar la roba

És una de les tècniques més eficients:

- . Estalvia espai.
- . Evita arrugues, sobretot en peces de teixit fi o sintètic.
- . Permet veure tot el contingut d'un cop d'ull.

Ideal per a samarretes, pantalons, roba interior i peces de cotó.

Mètode "pack&fold" (doblegar i apilar)

Consisteix a plegar les peces en capes i col·locar-les l'una sobre l'altra en una sola pila:

- . Millor per a camises, americanes o vestits que es poden arrugar amb facilitat.

. Es pot combinar amb bosses de roba o embolicar les peces amb paper de seda per minimitzar les arrugues.

Bosses de compressió

o organitzadors

- . Permeten separar la roba per categories (roba interior, de bany, roba d'esport...).
- . Les bosses de compressió són útils per a roba voluminosa com abrics o jerseis.
- . Manté l'equipatge més ordenat i net.

Per aprofitar millor l'espai, has de:

- . Col·locar les peces més pesades

Per a evitar arrugues:

- . No sobrecarreguis la maleta: si està massa plena, la pressió pot arrugar la roba.
- . Fes servir bosses o fundes per a peces especialment delicades.
- . Un cop arribat al destí, treu la roba i penja-la tan aviat com es pugui.
- . Si alguna peça s'ha arrugat, penja-la al bany mentre et dutxes: el vapor ajudarà a suavitzar els plecs.

A més, has de tenir en compte:

- . Portar una bossa de roba bruta per separar-la de la neta durant el viatge.



(sabates, necessari) a la part inferior (prop de les rodes si la maleta en té).

- . Utilitzar les sabates per guardar-hi mitjons o petits objectes.
- . Emplenar buits entre la roba amb accessoris o roba interior.
- . Guarda les peces més delicades a la part superior o en compartiments separats.

. Portar una bossa plegable extra per si compres alguna cosa i no cap a la tornada.

Amb aquests consells, fer l'equipatge serà més fàcil, eficient i ordenat. Viatjar lleuger i amb la roba en bon estat és possible si planifiques i utilitzes les tècniques adequades. Bon viatge!

Les peculiaritats de l'illa de Cabrera

L'arxipèlag de Cabrera és, bàsicament, un tros emergit de la serra de Llevant de Mallorca. Formada per una illa principal i 18 illots i a tan sols deu quilòmetres del sud de Mallorca. És la més petita de les illes Balears, la més verge, i la menys poblada, poc més de 2000 habitants.

La combinació d'aïllament i protecció ha afavorit una biodiversitat excepcional:

- **Endemismes:** la sargantana balear i plantes exclusives com *Rubia balearica*.

- **Aus marines:** virot petit, baldriga cendrosa, falcó d'Eleonor, àguila peixatera.

- **Ecosistemes marins:** fins a 200 espècies de peixos i 160 de plantes marines; Cabrera és una de les zones amb més diversitat de peixos de tot el Mediterrani occidental.

- **Vegetació terrestre:** garrigues de romaní i xiprell, màquies d'ullastre i savinar, i franges litoral-halòfiles amb saladines i coixinets espinosos.

Entre les curiositats més destacades de Cabrera trobem:

- **Va ser un camp de presoners napoleònics** (1809-1814). Més de 9.000 soldats francesos hi van ser confinats en condicions extremes.

Alguns historiadors ho consideren el primer "camp de concentració" modern.

- **El nom "Cabrera"**, prové de les cabres salvatges que antigament pasturaven l'illa; avui han desaparegut per raons de conservació.



- **La Cova Blava.** Una cova marina on, al capvespre, la llum refractada tenyeix l'interior d'un blau intens i fluorescent; és un dels punts més visitats del parc.

- **Accés limitat.** Només 50 boies de fondeig i estades màximes de 2 nits a l'estiu per protegir l'ecosistema.

Les principals diferències de Cabrera amb la resta de les Balears, són:

- **Absència de població permanent i d'infraestructura turística:** Cabrera és

bàsicament natura verge, a diferència de Mallorca, Menorca, Eivissa o Formentera, on hi ha nuclis urbans i desenvolupament turístic intens.

- **Protecció màxima.** És l'única illa balear declarada parc nacional; l'accés, la

pesca i l'ancoratge estan estrictament regulats.

- **Geologia i escala.** El seu nucli juràssic és més antic que les plataformes miocenes d'Eivissa-Formentera i que bona part dels materials triàsics i cretàtics que afloren a Menorca. A més, l'illa és molt més petita i fragmentada.

- **Predomini marí.** La proporció d'àrea submergida (85%) i l'estat de conservació de la posidònia no troben equivalència a cap altra illa de l'arxipèlag.

La "Late Photo Dump": gaudir abans de tot

En l'era de les xarxes socials, on les imatges es comparteixen quasi en temps real, ha sorgit una nova tendència que va a contracorrent: la late photo dump. Aquesta pràctica cada cop més popular consisteix a publicar una col·lecció de fotos amb dies, setmanes o fins i tot mesos de diferència respecte al moment en què van ser preses. El valor del late photo dump, radica per tant en la nostàlgia, la reflexió i l'autenticitat i no tant en la immediatesa.

Els resultats de triar i pensar més en el contingut que pugem a les xarxes són:

- **Més naturalitat i menys pressió**

Compartir imatges fora del moment redueix la pressió de mantenir-se "al dia". Ja no cal mostrar-ho tot de seguida, ni preocupar-se per l'algoritme o per estar

"en tendència".

- **Espai per gaudir el moment**

En lloc de pensar en què publicar en temps real, es viu el moment amb més plenitud i es deixa la publicació per a més endavant.

- **Revalorització dels records**

Revisar fotos més tard permet veure-les amb distància i triar aquelles que realment signifiquen alguna cosa, més enllà de l'impacte visual.

- **Estètica relaxada i autèntica**

Les photo dumps, especialment les "late", solen tenir una estètica menys calculada. Això les fa més humanes i properes.

- **Contraatac a la cultura de la immediatesa**

En un món accelerat, aquesta tendència reivindica el valor de la pausa, de compartir quan es vol i no quan "toca".



L'entrevista a Can Putades:

"Som creadores de contingut en català perquè és la nostra llengua i la manera més natural que tenim d'expressar-nos"

Can Putades són tres amigues i creadores de contingut, l'Ona, la Joana i la Núria, que, amb naturalitat i humor, comparteixen les seves experiències i anècdotes, especialment des de la seva mirada com a gent de poble vivint a Barcelona. Van començar com un projecte amateur i han acabat convertint-ho en la seva feina, mantenint sempre la seva essència i proximitat. En aquesta entrevista, ens expliquen el seu recorregut i els reptes que han superat.

Més enllà d'un compte d'Instagram, que és Can Putades?

Joana: Som tres amigues que fa més de sis anys que convivim i més de quatre que compartim el nostre dia a dia i les nostres idees a través de les xarxes socials. El nostre contingut és molt divers: parlem sobre la llengua catalana, la convivència, les diferències entre viure al poble o a la ciutat, i molts altres temes que formen part de la nostra realitat i del nostre entorn.

Ona: Som creadores de contingut en català perquè és la nostra llengua i la manera més natural que tenim d'expressar-nos. Ens dediquem a crear contingut molt variat: hem fet un pòdcast, hem treballat com a reporteres, fem col·laboracions amb marques i publicitat, i també creem contingut propi per les xarxes. Recentment, hem escrit un llibre, i continuem explorant nous formats i projectes.

Com vau començar a crear contingut i veure que podia ser una feina?

Núria: Realment, al principi no ens vam plantejar dedicar-nos a crear contingut. Estàvem acabant la carrera i teníem altres objectius relacionats amb el que havíem estudiat. Però amb l'arribada de la pandèmia i el confinament, no podíem sortir de casa i el context era molt estrany: no era ben bé confinament, però tampoc es podia fer vida normal. En aquell moment TikTok va agafar molta força i tothom hi penjava coses. Un dia, vam

publicar un vídeo molt espontani, traduint paraules del català al castellà, i es va fer viral.

Ona: Era un hobby compartit, no una prioritat. Durant bastant temps ho vam viure així, com una cosa que fèiem per passar-ho bé. Tot i això, com que els vídeos funcionaven, teníem visites i es començava a crear una petita comunitat que ens comentava i ens seguia, vam veure que tenia sentit continuar. Érem conscients que hi havia gent que es dedicava professionalment a crear contingut, i vam començar a veure que potser nosaltres també podíem ser una d'aquestes persones.



Com veieu l'ús del català en el món de la creació de contingut actualment?

Núria: Creiem que ara el panorama és molt millor que quan vam començar. En aquell moment, fer contingut en català no era gaire habitual, i fins i tot nosaltres vam fer els primers vídeos amb textos en castellà, perquè semblava més fàcil arribar a tothom així.

Ona: No pensàvem a crear una comunitat catalana ni res semblant; simplement volíem fer vídeos divertits i virals. Però de mica en mica vam veure que també podíem fer-ho en català, que hi havia interès, i que tenia tot el sentit del món fer-ho en la nostra llengua.

Núria: Ara hi ha més referents que creen en català, i això ajuda molt a normalitzar-

ne l'ús a les xarxes. És important que la gent jove pugui consumir contingut en català de manera natural, com passa amb el castellà.

Què creieu que fa diferent Can Putades d'altres projectes de creació de contingut?

Joana: Creiem que hi ha diversos factors que ens fan diferents, i que junts han contribuït a crear el que és Can Putades. Un dels més evidents és que som tres. No és gaire habitual trobar canals de contingut formats per un grup, i menys per tres amigues que fa molts anys que conviuen i tenen una complicitat real.

Núria: Al llibre ho expliquem: que tot i que volíem ser molt reals, moltes vegades no ho hem aconseguit, ni ho hem volgut tampoc, perquè al final no ens posarem davant d'una càmera plorant. Però crec que la senzillesa, el fet que la gent es pugui sentir identificada amb nosaltres per qualsevol motiu, té molt de valor. A xarxes, moltes vegades, veus vídeos superperfectes, cares perfectes, sense res... i penses: 'Joder, a mi això no em representa'. I a vegades et genera enveja. Jo n'he sentit molts cops durant la meua adolescència. I crec que això, la senzillesa i sentir-nos així, és el que ens ha ajudat.

Ona: El fet que tinguem un català una mica més exòtic, diferent, i no tan proper al que s'acostuma a sentir a Barcelona fa que a la gent li cridi l'atenció. Els fa gràcia sentir-nos parlar així, amb aquest accent o expressions diferents. I això, per una banda, està molt bé per mi. Però alhora també és curiós... és com si fos gairebé estrany que parlem així.

Joana: Som gent de poble, i això no ho podem pas amagar; forma part de la nostra manera de ser, i crec que és una cosa amb què molta gent s'ha pogut sentir identificada en els nostres vídeos.

EL MONOCLE / AMIC



L'Ajuntament informa

Crida a les entitats per a l'elaboració del programa de l'11 de Setembre 2025

Entitats i 11 de Setembre: si organitzeu una activitat amb motiu de la Diada Nacional de Catalunya i voleu que aparegui al programa que edita l'Ajuntament, envieu un correu abans del 24 d'agost a comunicacio@caldesdemontbui.cat. Si voleu fer ofrenes florals el mateix dia 11, escriviu al mateix e-mail, fins el 5 de setembre.

Fira d'antiquaris i brocanters del mes d'agost

El proper diumenge 17 d'agost tindrà lloc la Fira d'antiquaris i brocanters de Caldes de Montbui que se celebrarà a l'avinguda de Pi i Margall, a l'alçada del carrer del Mestre Gregori Montserrat, entre el carrer Geògraf Aparici i Santo Domingo, entre les 10 h i les 14 h.

La fira és oberta a tothom i s'hi poden trobar tot tipus d'objectes antics, de brocanters, i de col·leccionistes procedents d'arreu de Catalunya.

Aquesta trobada té lloc al municipi de manera habitual el tercer diumenge de cada mes.

Homenatge per als veïns i veïnes de Caldes que compleixen 100 anys

L'Ajuntament fa una crida a les famílies calderines amb avis o àvies centenaris/àries que estiguin interessades en fer-los un homenatge.

Contacteu amb l'Alcaldia trucant al número de telèfon 938627027 o bé adreçant un correu electrònic a: alcaldia@caldesdemontbui.cat

SonaTeca, una proposta estiuenca que uneix gastronomia i música

Impulsada per l'ajuntament i pels establiments de restauració calderins, el SonaTeca és una proposta que combina música en directe i gastronomia i que es porta a terme a sis restaurants de Caldes: Rosset, Robert de Nola, El Pa Torrat, la Canya de Caldes, Masia El Pasqualet, i el restaurant Orígens del RVHotel Broquetas. Cada un d'aquests establiments ofereix un sopar a la fresca amb música en directe durant els mesos de juliol i agost, concretament entre el 19 de juliol i el 16 d'agost. Per assistir-hi cal reservar al restaurant.

Més informació a visiteucaldes.cat

Procés selectiu per cobrir definitivament una plaça de tècnic/a auxiliar d'informàtica

L'Ajuntament informa del procés selectiu per cobrir de manera definitiva una plaça de tècnic/a auxiliar d'informàtica. Presentació de sol·licituds del 21 de juliol al 18 d'agost de 2025. Consulteu les bases a www.caldesdemontbui.cat

Procés selectiu per cobrir definitivament una plaça de tècnic/a de comerç i consum

L'Ajuntament informa del procés selectiu per cobrir de manera definitiva una plaça de tècnic/a de comerç i consum. Presentació de sol·licituds del 18 de juliol al 14 d'agost de 2025. Consulteu les bases de la convocatòria a www.caldesdemontbui.cat

Modificacions horàries d'equipaments i serveis municipals a l'estiu 2025

L'Ajuntament de Caldes de Montbui manté l'accés al registre presencial a l'Oficina d'Atenció a la Ciutadania i la tramitació electrònica a l'agost. La resta de serveis que s'ofereixen des de les dependències de la plaça de la Font del Lleó tanquen de l'11 al 22 d'agost, amb motiu de les vacances d'estiu. Consulteu els horaris dels equipaments i serveis municipals amb motiu de les vacances d'estiu a www.caldesdemontbui.cat

El projecte Mentoria de Caldes fa una crida de persones voluntàries

El projecte Mentoria de Caldes inicia una nova campanya per cercar noves persones voluntàries que vulguin fer l'acollida i l'acompanyament d'infants i joves acabats d'arribar de l'estranger al municipi. Si voleu participar com a persona mentora, escriviu un correu a mentoria@caldesdemontbui.cat o empleneu el formulari de contacte que trobareu al web de l'Ajuntament de Caldes de Montbui.

Fi de l'estacionament quinzenal al carrer de Pompeu Fabra

A partir del 16 de juliol l'estacionament del carrer de Pompeu Fabra deixa de ser quinzenal i s'ubica de forma permanent a la part dreta de la via, en sentit ascendent. Amb la mesura es guanyen places d'aparcament i s'eviten molèsties al veïnat per descuits en els dies de canvi de quinzena.

Ampliació de l'estudi per analitzar els efectes de l'aigua termal en pacients amb càncer de mama

L'Ajuntament de Caldes de Montbui i l'Institut de Recerca de l'Hospital del Mar col·laboren en un estudi que analitza els efectes de l'aigua termal en pacients amb càncer de mama. Per aquest motiu, fan una crida a persones candidates per formar part de l'estudi.

En l'assaig col·laboren la Diputació de Barcelona i l'Associació Balnearia de Catalunya.

Les persones que compleixin requisits per formar part de l'estudi poden enviar la sol·licitud a www.caldesdemontbui.cat/estudicancermama

HORARI D'ESTIU

EQUIPAMENTS MUNICIPALS

Consulteu la informació a www.caldesdemontbui.cat/actualitat/avisos

Més informació a www.caldesdemontbui.cat

Ajuntament de Caldes de Montbui



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

Què és una ostomia i per què es practica?

Una ostomia és una intervenció quirúrgica en la qual es crea una obertura artificial al cos (estoma) per permetre l'eliminació de residus corporals, sigui orina o femta. Aquesta obertura es connecta a una bossa col·locada a l'exterior del cos, que recull les deposicions.

Les ostomies poden ser temporals o permanents i responen a diferents situacions mèdiques:

- . **Càncer colorectal o de bufeta**, on cal extirpar una part afectada de l'intestí o de la bufeta.
- . **Malalties inflamatòries intestinals**, com la malaltia de Crohn o la colitis ulcerosa, que poden requerir una desviació temporal per deixar descansar el budell.
- . **Traumatismes** abdominals greus.
- . **Malformacions** congènites en nadons.



Tot i que inicialment l'impacte emocional pot ser fort, moltes persones ostomitzades aconsegueixen fer una vida plena i activa amb el suport adequat. El dia a dia implica:

- . **Canviar i buidar la bossa** regularment segons el tipus d'ostomia.
- . **Tenir una bona higiene** de l'estoma per evitar infeccions o irritacions.
- . **Adaptar la roba o activitats**, si cal, per assegurar confort i seguretat.
- . **Gestionar possibles fuites** o olors, encara que els sistemes actuals són molt eficients i discrets.

Moltes persones tornen a fer esport, viatjar, treballar o mantenir una vida sexual activa, si se senten segures i informades.

Actualment, existeixen grups de suport i associacions que ofereixen ajuda emocional, formació i espais de trobada entre persones ostomitzades, com l'Associació de Persones Ostomitzades de Catalunya (ASPOCAT).

Adaptar-se a viure amb una ostomia pot requerir temps i suport, però no és sinònim de pèrdua de qualitat de vida.



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.

La Bandera Blava: símbol de qualitat a les platges

La Bandera Blava és un distintiu internacional que reconeix la qualitat ambiental i la gestió sostenible de platges, ports esportius i embarcacions turístiques. Aquesta bandera, que sovint veiem onejant a moltes platges del litoral català i d'arreu del món, garanteix al visitant que aquell indret compleix una sèrie de criteris exigents relacionats amb la netedat, la seguretat, els serveis i la protecció del medi ambient.



El programa Bandera Blava (Blue Flag) va ser creat el 1985 a França per la Foundation for Environmental Education (FEE), una organització internacional sense ànim de lucre que promou l'educació per a la sostenibilitat a través de diversos programes ambientals. Des d'aleshores, el nombre de platges i ports que han rebut aquest guardó ha crescut notablement, convertint-se en un dels segells de qualitat més reconeguts del món.

Per tal que una platja pugui obtenir la Bandera Blava, ha de complir una sèrie de criteris establerts per la FEE, dividits en quatre grans àrees:

Qualitat de l'aigua de bany

Les aigües han de ser netes i analitzades regularment per garantir l'absència de contaminació. Això inclou el control de bacteris com l'E. coli i l'enterococ intestinal, així com la vigilància de residus flotants o escumes.

Informació i educació ambiental

La platja ha d'informar els visitants sobre el medi marí, la biodiversitat local i les bones pràctiques ambientals. També s'han d'organitzar activitats de sensibilització per a usuaris i escoles.

Gestió ambiental i equipaments

Cal que la platja disposi d'una gestió adequada de residus, neteja freqüent, accessos sostenibles, serveis bàsics (lavabos, dutxes) i que es protegeixi el seu entorn natural, especialment en zones d'alt valor ecològic com les dunes o les zones humides.

Seguretat i serveis

La presència de socorristes, equipaments de primers auxilis, accés per a persones amb mobilitat reduïda i senyalització clara són requisits indispensables per garantir la seguretat dels banyistes.

La Bandera Blava és molt més que un reclam turístic. És una garantia de compromís amb la sostenibilitat, la gestió responsable i el respecte pel medi ambient. A Catalunya, moltes de les platges més visitades del litoral, com les de la Costa Brava, la Costa Daurada o el Maresme, solen lluir aquest distintiu. Això contribueix a conscienciar la ciutadania sobre la importància de cuidar els espais naturals.

- 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.psiquiatricaldesdemontbui.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

Les millors fruites per a la barbacoa

Les fruites es poden preparar de moltes maneres diferents. Batuts, macedònies, gelats... I també a la barbacoa, on podem aconseguir unes textures molt interessants i potenciar-ne el sabor.

La calor realça els sucres naturals, concentra el sabor i els dona un toc caramel·litzat deliciós.

Si bé la millor manera de consumir fruita és al natural, preparar-la així ajudarà a millorar el perfil nutricional de les clàssiques barbacoes, on no és habitual que els vegetals tinguin molta presència.

T'expliquem quines són les millors fruites per fer a la graella i què cal tenir en compte.

Les millors fruites per rostir a la graella:

. Síndria

Talla-la en triangles o rodanxes gruixudes.

Posa els trossos de la síndria directament sobre la graella.

Combina-la amb menta, llimona o formatge feta.

. Pinya

Fes servir una pinya que estigui ferma i sucosa.

Talla-la en rodanxes gruixudes (o en trossos més petits, per enfilar en broquetes).

Pots marinar-la amb una mica de llima.

. Préssec

Tria exemplars madurs, però fermes.

Parteix-los per la meitat i treu-los l'os.

Pinta els préssecs amb oli d'oliva o una mica de mantega.

. Meló

Tria'n un que sigui ferm i no massa madur (evita el meló molt tou o sucós, perquè es pot trencar amb facilitat).

Talla'l en rodanxes gruixudes o en grills amb pell (la pell ajuda a mantenir la forma).

Pinzella lleugerament amb oli d'oliva o

broquetes.

Pots marinar el mànec amb llima o donar-li un toc picant (per exemple, amb Xile en pols tipus tajín).

Consells i idees per rostir fruites

Fes servir foc mitjà a baix per no cremar-les per fora. Tingues en compte que,



mantega i rosteix 2-3 minuts per cada costat, fins que apareguin les marques de la graella.

. Mango

Escull-ne un de ferm, que no estigui massa madur.

Talla'l en tires gruixudes o cubs per a

quan rostim aliments amb carbohidrats (com és el cas de les fruites), la calor afavoreix que es produeixi acrilàmida, que és perjudicial per a la salut.

No les deixis gaire temps: entre 2 i 5 minuts per cada costat n'hi ha prou. Pinta-les amb una mica d'oli vegetal o mantega per evitar que s'enganxin.

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

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
25è aniversari
93 865 40 78
c/ Bellit, 5 - Caldes de Montbui
elpatorratcaldesdm@gmail.com



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

Crida a les entitats per a l'elaboració del programa de l'11 de Setembre 2025

Entitats i 11 de Setembre: si organitzeu una activitat amb motiu de la Diada Nacional de Catalunya i voleu que aparegui al programa que edita l'Ajuntament, envieu un correu a comunicacio@caldesdemontbui.cat abans del 24 d'agost.

Si voleu fer ofrenes florals el mateix dia 11, escriviu al mateix e-mail, fins el 5 de setembre.



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

Reflexions

Una justificada dedicatòria

En las mochilas de centenares de estudiantes de la Suiza francesa se halla un texto algo insólito. Se trata de la dedicatòria colocada en el encabezamiento de una serie de libros de física, elaborados con todo el rigor científico posible. Dice así:

"A Ti que creaste todas las cosas. A Ti que dejaste en tus obras las señales de tu sabiduría y de tu poder. A Ti que diste a los hombres una inteligencia y les permitiste descubrir algunos de los secretos de tu creación. A Ti que te revelaste y hablaste por tu Hijo hecho hombre, que hablaste y hablas aún en la Biblia, libro vivo. A Ti que ofreces aún a los hombres tu gracia y tu salvación, a pesar del desprecio e indiferencia del mundo, pese al homicidio de tu Hijo. A Ti, oh Dios, sea honra y agradecimiento".

¿Qué hace este texto en un libro científico?, se pregunta en un primer momento el lector sorprendido.

En una época en que desde los niveles elementales muchos docentes se esfuerzan por inculcar a sus alumnos que la noción de un Dios creador está caduca, nos alegramos por este testimonio. Su autor quiso manifestar que en ese Creador halló a un Dios de amor, a un Dios Salvador, a un Dios que habla y a quien se debe escuchar.

Saludos y hasta la próxima semana.

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

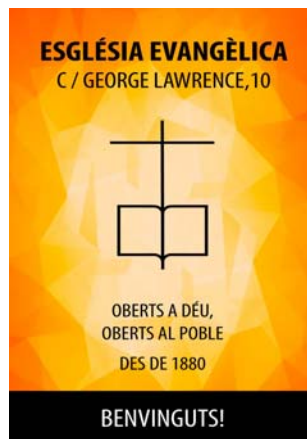
c/ GEORGE LAWRENCE, 10
- CALDES DE MONTBUI -

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!

Fira d'antiquaris i brocanters del mes d'agost

El proper diumenge 17 d'agost tindrà lloc la Fira d'antiquaris i brocanters de Caldes de Montbui que se celebrarà a l'avinguda de Pi i Margall, a l'alçada del carrer del Mestre Gregori Montserrat, entre el carrer Geògraf Aparici i Santo Domingo, entre les 10 h i les 14 h. La fira és oberta a tothom i s'hi poden trobar tot tipus d'objectes antics, de brocanters, i de col·leccionistes procedents d'arreu de Catalunya. Aquesta trobada té lloc al municipi de manera habitual el tercer diumenge de cada mes.



FIRA D'ANTIQUARIS, BROCANTERS I COL·LECCIONISME

QUAN: 3r diumenge de cada mes
De 10:00 a 14:00h

ON: Av. Pi i Margall - Centre

De forma excepcional:
3r diumenge de juny (Fira Botiga)
3r cap de setmana de març (Mercat de l'Or)
Pont de la Puríssima de desembre (Mercat de Nadal)
Ubicació: Pl. U d'Octubre

www.visiteucaldes.cat

FIBRA+
MÒBIL

FIBRA **300Mb**
MÒBIL **100GB**

35'85
€/mes

FIBRA **600Mb**
MÒBIL **250GB**

39'85
€/mes

FIBRA **1Gb**
MÒBIL **IL·LIMITAT**

45'85
€/mes

Aquest **estiu**,
viu-lo al màxim
amb més **GB!**

cingles

/ Consultar condicions al nostre web o trucant al 900 181 776

cinglescomunicacions.com