

18è acte de lliurament
dels guardons al Mèrit
del Voluntariat calderí P8

El Mercat de Nadal
supera les expectatives
amb 50.000 visitants P4

16 anys de la Festa
Equatoriana de la Verge
del Quinche P7

TOT Caldes

de Montbui



Núm. 1851
Del 12 al 18 de desembre
de 2025

Distribució gratuïta
Any XXXIX



Caldes és el municipi amb més granges afectades dins del perímetre de risc de pesta porcina africana

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



Agenda

Dijous 11 de desembre

De 17.30 a 18.15 h – Biblioteca

Contacontes del Marroc. "La pagesa. L'erigó i el gall", a càrrec de l'Ass. Amics Infants de Marroc.

Divendres 12 de desembre

19 h – Biblioteca

Vespre musical de Nadal amb Merlin i Lluís. Entrada lliure.

De 20 a 22 h – Local dels Castellers

Escola de castells.

Dissabte 13 de desembre

10 h – Plaça del Cargol

Inici de la ruta "Commemoració dels 150 anys de la festa de l'atac". Org. Xics.

D'11 a 19 h – Pista esportiva Els Saulons

Mercat de segona mà i artesanía. Música, menjar i tallers.

12 h – Teatre del Centre

Gelosia. Un musical basat en l'atac a Caldes el 1873. Concert solidari amb la Marató. Org. Vocàlic.

18 h – Teatre del Centre

Concert vibrant on la llum d'hivern es fusiona amb la música. Org. Coral El Calderí.

19 h – Casino

Tarda musical. Tributo a Mecano.

21.30 h – Local dels Castellers

Quinto de Nadal.

Diumenge 14 de desembre

De 10 a 14 h – Plaça Font del Lleó

Caldes bull amb la Marató amb diversos actes. Org. Plataforma Caldes bull amb la Marató.

D'11 a 14 h – Pista esportiva Els Saulons

Mercat de segona mà i artesanía. Música, menjar i tallers.

Dilluns 15 de desembre

18.15 h – Vestíbul Escola de Música

Joan Valls

Nadales a càrrec dels alumnes de primer d'Elemental. Org. EMMJV.

18.30 h – Sala d'actes Escola de Música

Concert de la Coral infantil. Org. EMMJV.

19.15 h – Vestíbul Escola de Música

Nadales a càrrec dels alumnes de segon d'Elemental. Org. EMMJV.

20.15 h – Vestíbul Escola de Música

Nadales a càrrec dels alumnes de tercer d'Elemental. Org. EMMJV.

Dimecres 17 de desembre

18.30 h – Sala Noble de Can Rius

Concert de Nadal de les corals i orquestres. Org. EMMJV.

20 h – Sala Noble de Can Rius

Concert de Nadal de l'Octet.

Org. EMMJV.

Dijous 18 de desembre

19 h – Sala Noble de Can Rius

Festival de dansa. Org. CN Caldes.

EXPOSICIONS

Fins el 14 de desembre

Exposició "Correspondències en Vermell 2.0" de Rosa Permanyer i Eulàlia Llopart, a la Sala Delger.

Fins el 4 de gener 2026 – Espai d'Art Casino

Exposició i Fira d'Art col·lectiva de pintura, gravat, ceràmica, escultura i fotografia. Org. ArtsGrup15.

Fins el 15 de febrer de 2026

Exposició "L'aigua dels Déus. El termalisme romà de Caldes de Montbui". Museu Thermalia.



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

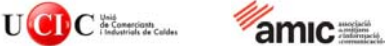
Telèfon: 93 865 17 21
Publicitat: 609 328 986
totcaldes@revistatotcaldes.com
www.revistatotcaldes.com

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:



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		



Augmenten les mesures per contenir la Pesta porcina africana

La Generalitat de Catalunya ha anunciat aquest 5 de desembre de 2025, un reforç de les mesures de contenció davant del brot de Pesta porcina africana, seguint la directriu establerta per la Comissió Europea Comissió Europea. La nova resolució amplia les restriccions i incorpora el municipi de Caldes de Montbui a les zones afectades.

Prohibicions ampliades al medi natural

Segons el Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació de la Generalitat de Catalunya, fins al 14 de desembre queda prohibit l'accés al medi natural —incloent-hi boscos, rieres, parcs naturals i camps de conreu— tant per a persones com per a animals domèstics.

Aquesta mesura no afecta els parcs i espais verds situats dins el nucli urbà.

. Zona de baix risc, on s'inclou Caldes de Montbui, amb 79 municipis afectats.

Aquestes mesures s'afegeixen a les ja decretades el 2 de desembre, arran de la detecció de la malaltia a Cerdanyola del Vallès. La zona de contenció inicial comprenia un radi de 6 km i una àrea de vigilància de fins a 20 km, que afectava diverses comarques catalanes.

Restriccions específiques per a la zona de baix risc

Entre les mesures que entren en vigor destaquen:

- . Prohibició de la sortida i entrada de porcí domèstic, així com del moviment de productes o material genètic porcí.
- . Obligació d'aplicar bioseguretat reforçada a totes les explotacions porcines.
- . Comunicació immediata de qualsevol

Caldes de Montbui és el municipi amb més granges afectades pel perímetre de risc de pesta porcina africana

Caldes de Montbui és el municipi amb més granges de porcí incloses dins el perímetre de risc establert arran del brot de pesta porcina africana detectat al territori. En total, 11 explotacions del municipi queden sota control especial, xifra que el situa al capdavant de la llista de municipis afectats.

Darrere de Caldes, els municipis amb més presència de granges dins la zona vigilada són Sentmenat, amb 5, seguit de Bigues i Riells del Fai i Sant Feliu de Codines, amb 4 cadascun. També hi figuren Palau-solità i Plegamans i Santa Perpètua de Mogoda, amb 3 explotacions afectades, entre d'altres municipis de la zona.

39 granges controlades i lliures de la malaltia

Els serveis veterinaris han continuat prenent mostres a les 39 granges situades dins del radi de control. Segons ha confirmat el Departament corresponent, totes continuen lliures de la malaltia. Tot i això, les explotacions sota vigilància hauran de sotmetre's a controls setmanals mentre es mantingui l'alerta sanitària.

Restriccions en les exportacions

Les restriccions a les exportacions de productes porcí afectaran només alguns municipis de vuit comarques catalanes: el Vallès Occidental, el Vallès Oriental, el Baix Llobregat, el Barcelonès, el Maresme, l'Alt Penedès, l'Anoia i el Bages.



L'Ajuntament de Caldes, alineant-se amb les noves indicacions, ha anunciat el tancament de totes les zones de pícnic i la suspensió d'activitats de lleure al medi natural. L'accés només es permetrà per causes justificades i sempre seguint els itineraris delimitats.

A partir del 15 de desembre, es mantindrà la prohibició d'activitats de lleure organitzades en grup al medi natural, si bé ja no afectarà l'accés individual ni el dels animals de companyia.

91 municipis afectats i dues zones de risc

La resolució amplia la zona de contenció fins a 91 municipis, que es divideixen en:

- . Zona d'alt risc, associada als àmbits més propers al punt d'infecció.

cas de mortalitat de porcs senglers.

- . Suspensió de les activitats de caça, excepte actuacions de control biològic.
- . Prohibició de moure ramats fora de la zona de baix risc.

Una amenaça per al sector, però no per a les persones

Les autoritats recorden que la Pesta porcina africana no afecta les persones i que, fins al moment, no s'ha detectat cap contagi en explotacions porcines de Catalunya. Tanmateix, el virus suposa un risc elevat per al sector porcí, motiu pel qual s'insisteix en la necessitat de la col·laboració ciutadana.

En cas de localitzar un senglar mort, es demana no manipular-lo i avisar immediatament al telèfon 092 o al 112.

El Mercat de Nadal de Caldes supera totes les expectatives amb més de 50.000 visitants

Un any més, el Mercat de Nadal de Caldes de Montbui ha confirmat el seu enorme poder d'atracció. En només quatre dies, més de 50.000 persones procedents de tot Catalunya han omplert els carrers del municipi per visitar les parades, participar en les activitats familiars i degustar el tradicional caldo termal.



Un públic cada vegada més diversificat
L'organització ha detectat un increment notable de visitants provinents d'arreu del país, més enllà del públic habitual de l'àrea metropolitana de Barcelona. Aquesta tendència reforça el Mercat de Nadal de Caldes com un dels esdeveniments nadalencs de referència a Catalunya.

Èxit rotund del caldo termal i de l'olla gegant

Les xifres gastronòmiques també han estat espectaculars: s'han servit més de 30.000 racions de caldo termal, 4.000 racions de carn d'olla i 2.000 racions de lleties, totes cuinades a l'olla més gran de Catalunya. El producte elaborat s'ha exhaurit ràpidament, igual que les gairebé 3.000 ampolles de caldo termal envasat. Les últimes unitats encara es poden adquirir al Museu Thermalia.

Una inauguració multitudinària

En aquesta 39a edició, l'acte d'encesa de l'olla va tenir com a convidada especial l'escriptora Teresa Sagrera, autora del llibre *El cor del balneari*. La cerimònia, celebrada a la plaça de la Font del Lleó, va congrega desenes de persones que no van voler perdre's l'inici oficial de la festa.

Activitats familiars i museus plens

Al llarg dels quatre dies, l'afluència de públic a les activitats infantils i familiars ha estat constant i molt elevada. També s'ha registrat un augment significatiu de

visitants al Museu Thermalia i a les exposicions que s'hi mostren.

"De tió en tió", la novetat que triomfa entre els infants

La nova proposta nadalenca, "De tió en tió", que proposa un recorregut per una vintena de tions repartits pel municipi i que es podrà gaudir fins al 7 de gener, ha generat una gran expectació. L'activitat ha tingut una participació molt alta, especialment entre els més petits, convertint-se en una de les sorpreses d'aquest any.



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



Això és una capsa de cartró

Quan separem bé,
els residus es transformen



Les llaunes, els brics, els envasos de plàstic, el paper i el cartró
van al cubell del porta a porta o al contenidor multiproducte.

L'Ajuntament amplia a dos cursos la natació escolar per a tot l'alumnat

L'Ajuntament de Caldes de Montbui ha anunciat l'ampliació del servei municipal de natació escolar, que a partir d'aquest curs 2025/2026 passa de finançar un curs a oferir dos cursos de natació a tot l'alumnat del municipi. Amb aquesta mesura, es garanteix que tots els infants calderins realitzin dues etapes de natació durant la seva escolarització.

L'ampliació ha incrementat notablement el nombre d'alumnes participants. Aquest curs, 340 infants de les escoles de Caldes participaran en l'activitat, davant dels 189 del curs anterior. L'augment té una repercussió directa en el pressupost municipal: el cost total ascendeix a gairebé 31.000 euros, uns 10.000 euros més que l'any passat.

El reforç del programa inclou també la creació d'una unitat específica per a l'alumnat SIEI+ (Suport Intensiu per a l'Educació Inclusiva) de l'Escola Montbui. Aquesta unitat disposa de monitoratge especialitzat que permet garantir que els infants puguin participar amb normalitat a les sessions de piscina.

L'alcalde Isidre Pineda, el regidor d'Educació Jaume Balart i la regidora d'Esports Meritxell Fabregat han presentat les novetats del servei, acompanyats de representants dels centres educatius del municipi.

Tot i que la natació escolar subvencionada per l'Ajuntament s'ofereix des de fa més de quatre dècades, el nombre de cursos finançats ha variat amb el temps. Des del curs 2012/2013 i fins al 2024/2025, el consistori subvencionava un sol curs per escola, i era cada centre qui determinava a quin nivell es feia l'activitat segons el seu projecte educatiu. A partir d'aquest curs, però, totes les escoles poden assignar dos nivells educatius per fer natació. Així, l'alumnat de Caldes realitza natació escolar entre 14 i 3r de Primària, segons el centre: Escola Montbui, Institut Escola, Escola Caldes de Montbui, Escola El Farell i Escola Pia.



Anem al Casino

Tributo MEGANO

MUSICAL

Diumenge - 19:00 h
14.12.25

Casino de Caldes
des de 1864

VENDA D'ENTRADES A LA TAQUILLA
els dijous de 17.00 h a 19.00 h i el dia
de l'esdeveniment des d'1 hora
abans de l'inici.

PRODUUEIX:
TSC:
tscproduccionescat

VENDA D'ENTRADES ONLINE
casinodecaldescat.com



16 anys de la Festa Equatoriana de la Verge del Quinche

Caldes de Montbui ha celebrat els 16 anys de la Festa Equatoriana de la Verge del Quinche, una tradició ja consolidada al municipi i impulsada per un grup de veïns d'origen equatorià que, des de fa més d'una dècada i mitja, mantenen viva aquesta celebració religiosa i cultural. Any rere any, conviden compatriotes, amistats i autoritats locals a compartir amb ells aquesta festa tan arrelada al seu país.

Els actes van començar divendres al vespre amb una missa i la projecció d'un documental històric sobre la devoció a la Verge del Quinche. Posteriorment, el poliesportiu del Bugarai es va omplir de música i festa: focs artificials, xocolatada, pallassos, la tradicional vaca loca i diverses dances tradicionals equatorianes. La vetllada va comptar amb actuacions de diversos artistes, DJs, animació i una

mostra de gastronomia Veyasami, molt celebrada pels assistents. Dissabte a la tarda, la celebració va continuar amb una processó pels carrers de Caldes, amb una nombrosa participació de famílies i veïns.

Ja al vespre, el pavelló d'hoquei va acollir noves actuacions de dansa tradicional i espectacles d'artistes vinguts directament de l'Equador, convertint l'espai en un punt de trobada i convivència cultural.



Celebra el Nadal amb nosaltres



SOPAR DE NADAL · 24 desembre

DINAR DE NADAL · 25 desembre

DINAR DE SANT ESTEVE · 26 desembre

68€



DINAR D'ANY NOU · 1 gener

50€

SOPAR I FESTA DE CAP D'ANY

- Sopar de gala (opció menú vegetarià disponible)
- Raïm de la sort i bossa de revetlla
- Gran Sorteig
- Ball amb DJ amb 1 consumició
- Xocolata amb melindros

135€

INFORMACIÓ I RESERVES

info@termesvictoria.com



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





XVI Acte de lliurament dels guardons al Mèrit del Voluntariat

Guardonats al Mèrit del Voluntariat 2024

GUARDÓ AL MÈRIT DEL VOLUNTARIAT SOCIAL 2024

Atorgat a: **Judit Alonso**

GUARDÓ AL MÈRIT DEL VOLUNTARIAT CULTURAL 2024

Atorgat a: **Neus Nova Martí**

GUARDÓ AL MÈRIT DEL VOLUNTARIAT 2024 A ENTITATS I GRUPS

Atorgat a: **ArtsGrup**

Els guardons entregats són obres de l'artista Inna Fernández.

Així mateix, s'han fet els reconeixements a les entitats que celebren aniversari aquest 2025:

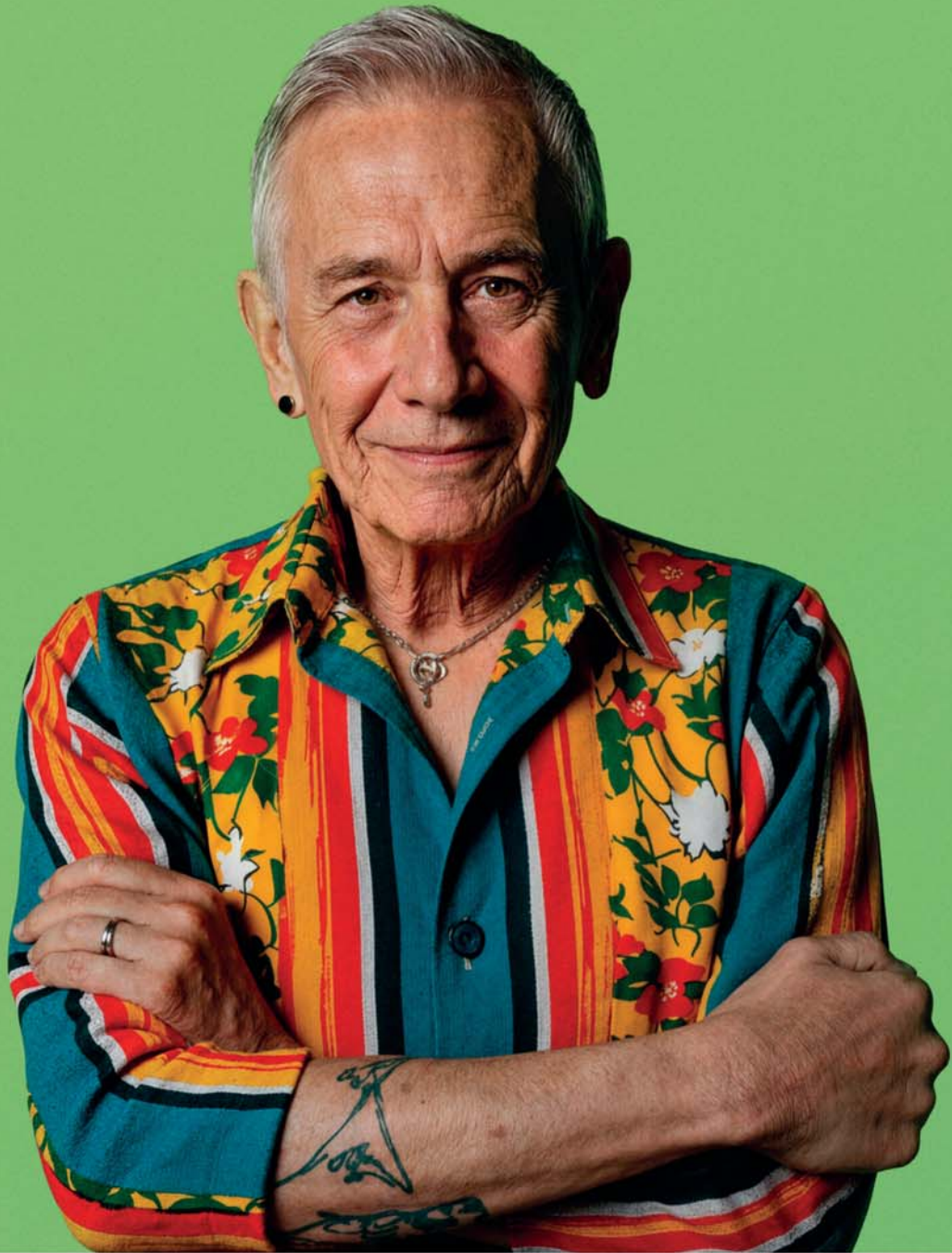
- . **Federació Catalana d'Entitats Catifaires**, 20 anys
- . **Grup Escènic Casino**, 40 anys
- . **ArtsGrup**, 15 anys

La Junta de la Federació d'Associacions de Caldes felicita els guardonats d'enguany i agraeix la seva dedicació, així com la participació de totes les entitats. Alhora, convida totes les associacions del municipi a presentar-se a la propera convocatòria, amb l'objectiu de continuar reconeixent el voluntariat calderí tal com es mereix.

La Junta Directiva de la FEDAC



**Si l'edat no em limita,
per què ho has de fer tu?**



L'edatisme és discriminació

Tractar-me
com si fos
una criatura,
és edatisme.

Pensar que
ja no puc
aportar res,
és edatisme.

Negar-me
oportunitats
per ser gran,
és edatisme.

www.diba.cat/edatisme



**Diputació
Barcelona**



L'Ajuntament informa

Activitats de l'Escola Municipal de Música Joan Valls del mes de desembre

L'Escola Municipal de Música Joan Valls organitza durant aquest mes de desembre les següents activitats:

- 10 de desembre de 2025, a les 18 hores, al vestíbul de l'EMM Joan Valls: Nades a càrrec de l'Orquestra Infantil
- 10 de desembre de 2025, a les 18.45 hores, al vestíbul de l'EMM Joan Valls: Nades a càrrec dels alumnes de primer de Preparatori
- 10 de desembre de 2025, a les 20 hores, al vestíbul de l'EMM Joan Valls: Nades a càrrec dels alumnes de quart d'Elemental
- 15 de desembre de 2025, a les 18.15 hores, al vestíbul de l'EMM Joan Valls: Nades a càrrec dels alumnes de primer d'Elemental
- 15 de desembre de 2025, a les 18.30 hores, a la Sala d'Actes de l'EMM Joan Valls: Concert de la Coral Infantil
- 15 de desembre de 2025, a les 19.15 hores, al vestíbul de l'EMM Joan Valls: Nades a càrrec dels alumnes de segon d'Elemental
- 15 de desembre de 2025, a les 20.15 hores, al vestíbul de l'EMM Joan Valls: Nades a càrrec dels alumnes de tercer d'Elemental
- 17 de desembre de 2025, a les 18.30 hores, a la Sala Noble de Can Rius: Concert de Nadal de les Coral i Orquestres
- 17 de desembre de 2025, a les 20 hores, a la Sala Noble de Can Rius: Concert de Nadal de l'Octet

Aquest Nadal regala una activitat artística

Aquest Nadal amb el xec regal del Taller d'Art Municipal Manolo Hugué podeu regalar un curs trimestral. Demaneu-los a la Secretaria del Centre Cívic.

Biblioutlet solidari: col·labora amb la Marató i Creu Roja!

La Biblioteca de Caldes ofereix, fins al 5 de gener, un espai solidari per col·laborar amb la Marató a través de donatius mitjançant la compra de llibre a preus a partir de 2 euros. Més informació a la bibliotecadecaldes.cat

Servei d'Assessoria Jurídica per a Dones. Propera cita: 15 de desembre

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.

14, 21 i 28 de desembre: dies festius on és permesa l'obertura comercial

Segons el calendari d'obertura a Catalunya dels establiments comercials en diumenge i dies festius, durant els dies 14, 21 i 28 de desembre es permet l'obertura comercial

Nadal 2025. Horaris dels equipaments i serveis municipals

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

Servei d'Ocupació Borsa de Treball

Llista d'ofertes de feina actualitzades el: 05/12/2025

Núm. Oferta

384836 Soldador/a

384855 Cuiner/a

(suplència en escola bressol)

384856 Instal·lador/a de tanques perimetrals

384789 Operari/ària de manteniment

384806 Netejador/a (jornada parcial matins)

384801 Mosso/a magatzem i cap de magatzem (recanvis automoció)

383501 Operari/ària per producció

(torns rotatius m/t)

384750 Ajudant de maquinista d'extrusió de plàstic

384301 Treballador/a social (sector geriatria)

384391 Monitor/a menjador

384302 Educador/a social

384124 Auxiliar d'atenció sociosanitària

383815 Jardiner/a (o aux. de jardineria)

383781 Ajudant de cuina

(per treballar el mes de desembre)

383676 Aux. administratiu (Back Office) amb anglès alt

383204 Infermer/a (sector geriàtric)

383210 Terapeuta ocupacional

383154 Control, informació i atenció a l'usuari/ària

382987 Cuidador/a persona gran (dll a dv)

382826 Administratiu/va de Logística

382079 Dependent/a carnisseria

381171 Tècnic/a de Manteniment

Consulta les novetats i inscriu-te a les ofertes de la Borsa de Treball de Caldes de Montbui al web:

www.caldesdemontbui.cat/ofertesfeina

Podeu consultar i inscriure-us també a altres ofertes del territori al web: www.xaloc.diba.cat/ofertes-de-feina

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

Augmenten les mesures per a contenir la propagació de la Pesta porcina africana

La Generalitat augmenta les mesures de contenció de la Pesta porcina africana. La prohibició d'activitats al medi natural ara inclou també a Caldes de Montbui. Aquesta prohibició afecta zones forestals de l'entorn fins el 14 de desembre i no afecta als parcs del nucli urbà. Més informació a www.caldesdemontbui.cat



www.caldesdemontbui.cat

facebook.com/ajuntamentcaldesdemontbui

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

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



calpodolog.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.

Proves per a la prevenció del càncer de còlon i recte

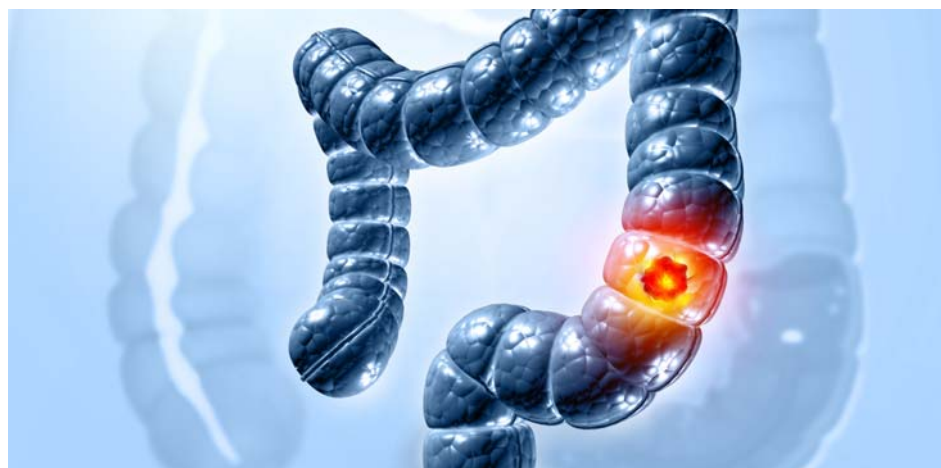
El càncer de còlon i recte és una de les formes de càncer més freqüents a Catalunya i a tot Espanya. Tot i això, és una de les malalties més prevenibles si es fan els controls i proves adequades a temps. La detecció precoç augmenta significativament les possibilitats de curació i millora la qualitat de vida dels pacients. Les proves de cribratge són aquelles que es realitzen a persones sense símptomes amb l'objectiu de detectar precoçment lesions precanceroses o càncer en fases inicials. Les principals proves utilitzades per prevenir el càncer colorectal són:

Test de sang oculta a les femtes (TSOF)

. Procediment: Es recull una mostra de femta a casa i es porta al laboratori, on es detecta la presència de sang no visible a simple vista.

. Freqüència: Normalment cada dos anys.

. Destinataris: Homes i dones d'entre 50 i 69 anys amb risc mitjà de càncer colorectal.



Colonoscòpia

. Procediment: És una exploració endoscòpica que permet visualitzar directament tot el còlon i el recte. Durant la prova es poden extirpar pòlips o prendre mostres de teixit per analitzar-les. La colonoscòpia requereix una preparació intestinal prèvia i normalment sedació.

. Freqüència: Es fa quan el test de sang oculta a les femtes és positiu o en casos d'alt risc (per exemple, antecedents familiars). També es pot fer com a prova de cribratge cada deu anys en persones amb risc mitjà segons protocol.

. Destinataris: Persones amb resultats positius en altres proves, antecedents familiars de càncer colorectal o certes malalties inflamatòries intestinals.

Sigmoidoscòpia flexible

. Procediment: Similar a la colonoscòpia, però només explora la part final del còlon i el recte. Permet extreure pòlips i prendre mostres de teixit.

. Freqüència: Cada cinc anys aproximadament, depenent del programa de cribratge local.

. Destinataris: Algunes regions la recomanen com a alternativa al test de sang oculta o per persones amb risc moderat.

Detectar a temps pòlips o lesions precanceroses permet prevenir el desenvolupament del càncer. Quan es detecta el càncer en fases inicials, les taxes de supervivència superen el 90%. Per això, seguir les recomanacions de cribratge segons l'edat i el risc personal és clau. EVA REMOLINA

Barretes proteiques: són efectives i saludables?

Les barretes proteiques s'han convertit en un producte molt popular entre esportistes, persones que fan dieta o simplement aquells que busquen un snack ràpid i energètic. Però, realment són efectives i saludables? I quines alternatives hi ha?

Les barretes proteiques són aliments processats que contenen una quantitat elevada de proteïnes, normalment provinents de sèrum de llet, soja, ou o plantes. A més, solen tenir hidrats de carboni i greixos per aportar energia i donar consistència al producte.

S'acostumen a comercialitzar com a ajuda per a guanyar massa muscular, recuperar-se després de l'exercici o substituir un àpat ràpid. Per tant, poden ser efectives si es consumeixen com a part d'una dieta equilibrada i combinades amb exercici físic.



La proteïna és essencial per reparar i construir teixit muscular, i aquestes barretes poden ajudar a cobrir les necessitats diàries de proteïna. Tanmateix, no són màgiques: si es consumeixen sense control calòric o sense entrenament adequat, no generaran millores significatives en força o musculatura. A més, s'ha de dir que no totes les barretes són iguals.

Moltes contenen alts nivells de sucre, edulcorants artificials, additius i greixos poc saludables. Això pot convertir un snack aparentment "sa" en un producte amb efectes negatius sobre el pes i la salut metabòlica si es consumeix en excés. Per tant, cal llegir bé l'etiqueta i optar per opcions amb ingredients naturals, baix contingut de sucre i bona qualitat de proteïna.

Per aquells que volen evitar productes processats, hi ha alternatives saludables:

- Fruits secs i llavors:** ametlles, nous, pipes de gira-sol, que aporten proteïna i greixos saludables.

- logurt grec amb fruita:** una combinació de proteïna i hidrats de carboni natural.

- Ou dur o truita de verdura:** fàcil de portar i rica en proteïnes.

- Batuts casolans de proteïna vegetal:** amb llet, fruites i proteïna de pèsol, civada o cacau pur. EVA REMOLINA



- 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_lleo 625.771.356 Forn 7, 08140, Caldes de Montbui

TOT Caldes

busca'ns a

Instagram



El Glühwein: el vi calent especiat que beuen als països europeus

El Glühwein és un vi calent especiat, generalment elaborat a partir de vi negre i que s'aromatitza amb una combinació clàssica d'espècies i ingredients com:

- . Canyella
- . Clau d'olor
- . Anís estrellat
- . Pela de taronja o llimona
- . Sucre o mel
- . Nou moscada
- . Cardamom (en algunes variants)

El resultat és una beguda dolça, perfumada i reconfortant, ideal per combatre el fred.

El Glühwein és especialment popular a Alemanya, Àustria i Suïssa, on és consumit massivament als tradicionals mercats de Nadal (Weihnachtsmärkte). Tot i això, la seva popularitat s'ha estès a molts altres països europeus com:

- . França (on es coneix com a vin chaud)
- . Països escandinaus (amb versions locals com el glögg)
- . República Txeca i Hongria
- . El Regne Unit (mulled wine)

També s'ha convertit en una beguda habitual a molts esdeveniments hivernals, pistes d'esquí i celebracions de Nadal privades.

Beure Glühwein no és només degustar una beguda: és participar d'una tradició social i cultural. A Alemanya i Àustria, és habitual beure'l en tasses de ceràmica decorades que sovint es poden retornar o quedar-se com a record.

Les persones es reuneixen al voltant de parades il·luminades, conversen, mengen dolços típics i celebren l'esperit nadalenc mentre es mantenen calentes amb aquesta beguda.

Les arrels del Glühwein són antigues. Ja en temps de l'Imperi Romà existia el vi especiat calent, anomenat conditum paradoxum, que s'estenia per gran part d'Europa. Els romans van introduir la pràctica d'escalfar i aromatitzar el vi per millorar-ne el sabor i conservar-lo.

A l'edat mitjana, aquesta tradició va evo-



lucionar en els regnes germànics, on s'afegien espècies exòtiques importades a través de les rutes comercials. El terme Glühwein significa literalment "vi brillant" o "vi incandescent", fent referència al procés d'escalfar-lo.

Els primers testimonis documentals de Glühwein daten del segle XV, quan els nobles el preparaven per mostrar riquesa, atès que les espècies eren un luxe. Amb el temps, la tradició va passar al poble i es va vincular a la celebració de Nadal, fins a convertir-se en la beguda hivernal per excel·lència que coneixem avui.



**Menú diari
i cap de setmana
en el nou menjador-saló
El diamant**
la cuina d'en Robert

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

Presàs

**CANSALADERIA
XARCUTERIA
CA L'AMÀLIA 1917**

Elaboració pròpia

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



agri CALDES
Des de 1982

L'Agrobotiga de Caldes

- Productes pel jardí, l'hort i les mascotes
- Proximitat, coneixement i transparència

@agrobotigadecaldes
Avinguda de Pi i Margall, 138
Avel·lí Xalabarder, 1
936 59 95 03 / 938 650 411



RUISAN ASSESSORS, S.L.
Assessorament d'Empreses

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

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



Farriol Arquitectes

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

Es busca cambrer/a
a jornada completa
i per caps de setmana.
Ideal estudiants.
Tel. 93 864 89 41



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

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



ÒDENA FUSTERS
Cuines, Portes, Mobiliari
Qualitat a mida

Caldes de Montbui - T. 617 11 81 10
www.odenafusters.es @odena_fusters

Es lloga Centre d'Estètica
totalment muntat
a Sant Feliu de Codines.
Tel. 661992641

Reflexions

Valor o preu

En aquesta època de Nadal, envoltats d'anuncis, llistes de desitjos, compres en línia i sopars costosos, és fàcil deixar-se emportar pel que té un gran preu, pensant que hi trobarem la felicitat. Tot i això, el més valuós a la vida no té etiquetes de preu: la pau, l'amor, la fe, els moments amb éssers estimats, un somni reparador, o el missatge d'un amic, són tresors que no es poden comprar; aquestes coses són les que realment nodreixen la nostra ànima i porten la joia genuïna. Quan Jesús va estar en aquesta terra va buscar gravar al cor dels seus deixebles i de tots els que el seguien que allò veritablement important en aquesta vida sol ser allò que no porta una etiqueta de preu. Sovint el que té un gran valor es presenta en un embolcall senzill i poc cridaner, però en obrir-lo revela un tresor que transforma la nostra vida.

En aquest Nadal la crida de Jesús continua sent la mateixa, incidir-nos en allò que realment té valor; l'única manera de fer-ho és posar la nostra mirada en allò etern i entenent que tot el que té un preu alt en aquesta vida un dia s'acabarà. Tot i això, allò que té un valor etern perdurarà per sempre. És una invitació a invertir en un banc que mai no fa fallida: el banc del cel. A quines coses els hem donat un valor desmesurat quan en realitat no tenien un preu alt? Adornem el nostre cor amb la presència de Jesucrist, reconeixent-lo com el nostre Salvador personal i gaudint d'un **joiós i bon Nadal**.

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

c/ GEORGE LAWRENCE, 10
- CALDES DE MONTBUI -

PROGRAMES DE TELEVISIÓ:

. Néixer de Nou: darrer diumenge
de mes a partir de les 10h a TV3.
. Buenas Noticias TV:
Cada diumenge a les 9,30h per La 2.



ESGLÉSIA EVANGÈLICA
C / GEORGE LAWRENCE, 10

OBERTS A DÉU,
OBERTS AL POBLE
DES DE 1880

BENVINGUTS!

El Govern imposa l'ús obligatori de la mascareta en centres sanitaris i residències durant 15 dies

El Govern ha aprovat una resolució que farà obligatori, a partir d'aquest di-mecres, l'ús de la mascareta per a totes les persones de més de 6 anys en centres sanitaris i residencials de Catalunya. La mesura, que afecta professionals, pacients i visitants, tindrà una vigència inicial de 15 dies i respon al fort increment de les infeccions respiratòries.

Les mascaretes s'hauran de portar en CAP, hospitals, centres d'atenció intermèdia, centres de salut mental, residències de gent gran i centres residencials per a persones amb discapacitat. Les persones ingressades només en quedaran exemptes dins de la seva habitació.

La decisió arriba en un moment de màxima incidència: les infeccions respiratòries han crescut un 50% en una setmana i arriben als 1.115 casos per cada 100.000 habitants —uns 90.000 casos setmanals.

La grip, amb 418 casos per cada 100.000 habitants, es troba en nivell molt alt i ha avançat quatre setmanes respecte d'altres temporades, amb el subtipus A(H3N2) variant K predominant.

L'energia que mou casa teva no surt només dels endolls

Amb Electra Energia, la llum que arriba a casa és 100% compromesa amb el territori i amb tu. Amb confiança i proximitat.