**Thermalia programa visites a l'exposició "Records de la Festa Major calderina"** P8

**Caldes recupera la sarsuela "La mar vella" de Climent Cuspinera** P9

**L'avinguda de Pi i Margall torna a obrir al trànsit els dissabtes a la tarda** P5

TOT Caldes de Montbui
1986 - 2026
40 ANYS

Núm. 1891
Del 6 al 12 de novembre de 2026

Distribució gratuïta
Any XL



JDB

# La Castanyada i Halloween omplen diferents barris d'activitats i propostes per a totes les edats



# Agenda

## Dijous 5 de novembre

**14.30 a 16.30 h – El Carme.**
Formació «Instagram amb personalitat pròpia», adreçada a professionals i comerços que vulguin millorar la seva presència a les xarxes socials.
Inscripcions a La Piqueta.
Organitza l'Ajuntament.

## Diumenge 8 de novembre

**11.30 a 13.30 h – Plaça de l'Església.**
Diada dels Escaldats. Els Castellers de Caldes celebren la seva diada amb la participació dels Castellers de Badalona, els Esperxats de l'Estany i els Castellers del Baix Montseny.
**10.00 h – Ermita del Remei.**
Missa en memòria dels difunts de la Coral del Centre. L'entitat organitza aquest acte anual de record i homenatge als cantaires difunts, amb la participació de la coral durant la celebració.
**18.30 h - Casino de Caldes.**
Obra de teatre amb La criatura del dr. Frankenstein, de Jose Sanchís, interpretada per Ferran Audi.
Preu: 10-15 euros.

**19.30 h – Cafè del Centre.**
Presentació del disc Sense Casc, de Nerea Bassart. L'artista presentarà el seu treball en un acte organitzat pel Centre, Ateneu Democràtic i Progressista.

## Dilluns 9 de novembre

**18.30 a 20.30 h – Les Cases dels Mestres.**
Curs «Com demanar subvencions», adreçat a entitats i persones voluntàries. Formació gratuïta organitzada per l'Ajuntament, amb continuïtat els dies 16 i 23 de novembre. Inscripcions a participacio@caldesdemontbui.cat.

## Dimarts 10 de novembre

**14.30 a 16.30 h – El Carme.**
Formació «Stories i Reels que enganxen», adreçada al comerç local per aprendre a crear continguts audiovisuals atractius per a les xarxes socials. Segona sessió el 12 de novembre. Inscripcions a La Piqueta.

## Dimecres 11 de novembre

**18.30 a 19.30 h – Biblioteca Municipal.**
Grup de conversa en català.
Trobada adreçada a persones que volen practicar i millorar el català en un ambient distès. Cal inscripció prèvia a caldes@cpnl.cat.

## Dijous 12 de novembre

**17.30 h – Les Cases dels Mestres**
Xerrada «Pantalles: un perill silenciós i greu», adreçada a famílies amb infants de 0 a 6 anys. La sessió vol oferir eines i reflexions sobre l'ús de les pantalles durant la infància.
**18.00 h – Cooperativa 70.**
Taller «Juga en català». L'Oficina de Català de Caldes i la Cooperativa 70 proposen una tarda de jocs de taula en català per practicar la llengua, conèixer nous jocs i compartir una estona de lleure. Activitat gratuïta i oberta a tothom, amb inscripció prèvia.
**19.00 h – Sala de les Cuines de Can Rius.**
II Jornada Dona i Esport. Xerrada «Núria Picas, ara o mai», amb la reconeguda atleta i corredora de muntanya Núria Picas, que parlarà de la seva trajectòria esportiva i dels valors que l'han acompanyat en les curses de muntanya i les ultradistàncies.










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:
UCIC Unió de Comerciants i Industrials de Caldes
amic associació empresarial de Montbui


| | | | |
|---|---|---|---|
| Ajuntament | 93 865 56 56 | Jutjat de Pau | 93 865 00 81 |
| Ambulàncies | 902 23 20 22 | Mossos d'Esquadra | 112 |
| Bombers Generalitat | 112 | Oficina de Turisme | 93 865 41 40 |
| Biblioteca municipal | 93 862 67 56 | Policia 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 | | |



# Castanyes, disfresses i caramels protagonitzen a Caldes la festa de la Castanyada i el Halloween

La celebració de la Castanyada i Halloween ha tornat a tenir presència als carrers de Caldes amb diverses iniciatives impulsades per associacions veïnals i centres educatius.
La festa, que combina els elements tradicionals de la tardor amb les propostes més vinculades a Halloween, s'ha estès per diferents barris del municipi, amb activitats adreçades tant als infants com als adults.

Una de les propostes ha estat el Castahalloween del barri del Farell, celebrat dissabte 31 d'octubre a partir de les 18 h. La jornada ha inclòs un berenar, una activitat per buscar caramels i un túnel del terror, en una iniciativa pensada per compartir la tarda entre veïns i famílies.

La programació també ha arribat als barris de Can Valls i Torre Negrell, on s'ha organitzat una ruta per les cases encantades. L'activitat ha permès recórrer el barri i descobrir les decoracions i ambientacions preparades pels mateixos veïns per celebrar Halloween.

Al barri dels Saulons, la celebració ha començat a les 18 h amb una rua per les cases encantades i l'activitat de «Truc o tracte», en què els infants han pogut anar a buscar caramels. La programació ha continuat amb un sopar popular a les 20.30 h, música en directe amb Elsa Ventura i Roce Band, un concurs de disfresses amb lliurament de premis a les 22.30 h i un túnel del terror i el concert de la banda tribut d'ACDC, Sin City, a partir de les 23 h.

El barri de la Font dels Enamorats també ha celebrat Halloween amb una programació que ha inclòs una rua pels carrers del barri, un túnel del terror i un sopar popular. Una proposta que ha reunit veïns i famílies al voltant d'una jornada festiva, amb les disfresses i l'ambientació de por com a protagonistes.

**Les escoles també celebren la Castanyada**

Els centres educatius de Caldes també han incorporat activitats relacionades amb la tardor. Durant aquests dies, l'alumnat ha participat en tallers i propostes creatives vinculades a la Castanyada, amb manualitats, decoracions amb elements naturals, activitats amb moniatos i altres materials propis d'aquesta època de l'any.

**El Cau El Pasqualet manté la tradició de les castanyes**

El Cau El Pasqualet també ha participat en les celebracions de la Castanyada amb una parada de venda de castanyes instal·lada durant tot el cap de setmana a l'avinguda de Pi i Margall. En aquesta iniciativa hi han participat les diferents unitats d'infants de l'agrupament escolta, que s'han anat organitzant per atendre la parada i oferir paperines de castanyes a un preu popular.

Les diferents iniciatives han mostrat com la Castanyada i Halloween conviuen cada vegada més en les celebracions de tardor. Mentre que les castanyes, els moniatos i les activitats vinculades a la tradició continuen presents, les disfresses, les cases decorades i els recorreguts per buscar caramels s'han incorporat a les propostes organitzades per les associacions veïnals.







# Caldes expressa el condol per les víctimes del xoc de trens a Toledo

Calderins i calderines es van concentrar davant de l'Ajuntament de Caldes de Montbui el passat 28 d'octubre per guardar un minut de silenci en record de les víctimes del xoc de trens ocorregut a Toledo i per traslladar el seu condol i suport a les famílies afectades.

Amb aquest gest, el municipi es va sumar a les mostres de dol i solidaritat arran de l'accident ferroviari, que va commocionar la població i va deixar víctimes i persones afectades.

L'accident es va produir el dimecres 28 d'octubre al matí, al terme municipal d'Urda, a la província de Toledo, quan un tren d'alta velocitat AVE de Renfe va xocar per darrere amb un comboi de la companyia Iryo que estava aturat a la via. La col·lisió va provocar el descarrilament de diversos vagons i un elevat nombre de víctimes mortals i ferits.

**Tres dies de dol oficial**

Caldes de Montbui es va adherir als tres dies de dol decretats pel Govern de Catalunya, del 29 al 31 d'octubre. Durant aquest període, les banderes de l'Ajuntament van onejar a mig pal en senyal de dol i respecte per les víctimes de la tragèdia ferroviària.



# La Coral del Centre celebrarà la tradicional missa en record dels cantaires difunts a l'ermita del Remei

L'acte tindrà lloc el diumenge 8 de novembre, a les 10 h, i comptarà amb la participació musical de la coral. L'entitat convida els familiars i amics dels cantaires traspassats a assistir-hi.

La Coral del Centre de Caldes de Montbui celebrarà el diumenge 8 de novembre la tradicional missa en memòria dels cantaires difunts de l'entitat.

La celebració tindrà lloc a les 10 h a l'ermita del Remei i servirà per recordar i retre homenatge als membres de la coral que han mort al llarg dels anys.

Com és habitual cada any, la missa començarà amb unes paraules de benvinguda i record dedicades als antics cantaires, en reconeixement de la seva trajectòria i de la petjada que van deixar en la història de l'entitat.

La Coral del Centre participarà activament en la celebració religiosa amb la interpretació de diversos cants durant la litúrgia. També es farà una pregària comunitària en record especial dels membres traspassats durant els darrers anys, acompanyada d'un minut de silenci.

La trobada acabarà amb un cant de comiat a l'interior de l'ermita, la Pregària a la Verge del Remei.

L'entitat convida tots els familiars i amics dels cantaires difunts, així com les persones que vulguin acompanyar-los en aquest acte de record i homenatge.



# L'avinguda de Pi i Margall torna a obrir al trànsit els dissabtes a la tarda

L'avinguda de Pi i Margall de Caldes de Montbui tornarà a permetre la circulació de vehicles els dissabtes a la tarda durant els mesos d'hivern. La mesura, anunciada per l'Ajuntament el 28 d'octubre, entrarà en vigor al novembre i es mantindrà fins al març.

El canvi afecta el tram comprès entre la plaça de l'Àngel i els carrers d'Homs i Santa Teresa. Durant aquest període, els vehicles podran circular-hi els dissabtes a la tarda, mentre que la via continuarà sent d'ús exclusiu per a vianants els matins de mercat, els diumenges i els dies festius.

Aquesta regulació forma part del model de mobilitat estacional que aplica el consistori en aquest sector del centre urbà. Així, durant els mesos de primavera i estiu, d'abril a octubre, Pi i Margall manté la prioritat per als vianants també els dissabtes a la tarda.

**Una mesura vinculada a l'activitat comercial**

La regulació de l'avinguda es va modificar inicialment durant la pandèmia de la covid-19 per facilitar l'activitat de les terrasses de bars i restaurants. Posteriorment, el tancament al trànsit es va mantenir com a mesura per afavorir els desplaçaments a peu i l'ús ciutadà de l'espai públic.

Amb el canvi de temporada, l'Ajuntament recupera la circulació de vehicles els dissabtes a la tarda durant els mesos d'hivern, una mesura que també s'ha plantejat com una manera de donar suport a l'activitat comercial de la zona.



# La Biblioteca proposa una sessió de contes i moviment per a nadons

La Biblioteca Municipal de Caldes de Montbui acollirà el divendres 6 de novembre, a les 17.30 h, una nova sessió del cicle de narració de contes per a petits lectors, amb l'activitat «Històries que ballen», adreçada a infants de fins a 3 anys.

La proposta, a càrrec de Un conte al Sac, combina música, contes i descoberta corporal perquè els més petits puguin explorar el ritme, el moviment i les primeres paraules a través dels sentits.

La sessió està pensada com una primera aproximació a la lectura i a l'espai de la biblioteca, en què els infants podran descobrir les històries a través del cos, la música i el moviment, en una experiència adaptada a les primeres etapes del desenvolupament.

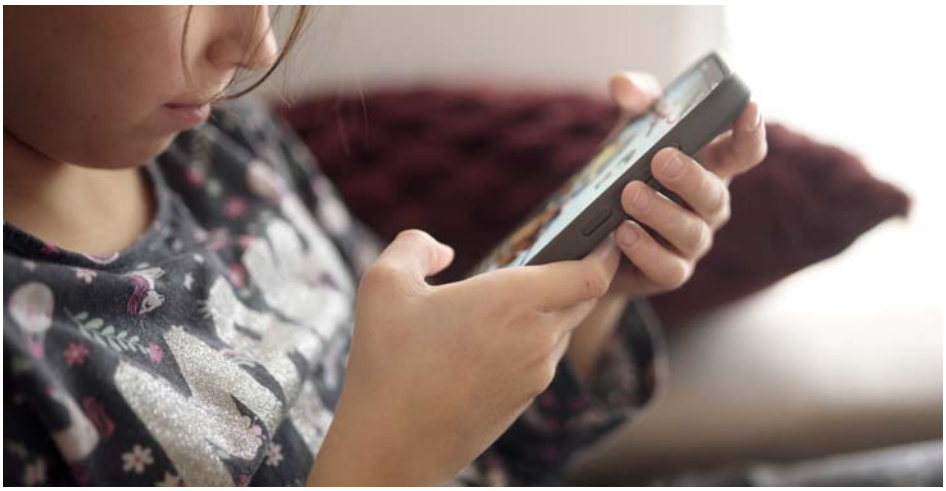
L'activitat tindrà lloc a la Biblioteca Municipal i cal formalitzar la inscripció prèviament al mateix equipament.



# S'organitza una xerrada sobre els riscos de l'ús de les pantalles en la primera infància

L'Ajuntament de Caldes de Montbui ha programat per al dijous 12 de novembre, a les 17.30 h, la xerrada «Pantalles: un perill silenciós i greu», adreçada a famílies amb infants de 0 a 6 anys. La sessió tindrà lloc a la sala E de Les Cases dels Mestres

L'activitat forma part d'un cicle de quatre xerrades educatives impulsat per l'Ajuntament, amb el suport de la Diputació de Barcelona, amb l'objectiu d'oferir eines pràctiques i espais de reflexió a pares, mares i persones cuidadores sobre diferents reptes de la criança.






El cicle aborda qüestions com la gestió de les emocions, els límits, l'ús de les pantalles i l'acompanyament dels adolescents. Les sessions estan distribuïdes per franges d'edat per adaptar els continguts a les necessitats de cada etapa.

Després de la sessió del novembre, el programa continuarà amb dues xerrades més: «Perdo la calma amb les rabietes», el 3 de març de 2027, també adreçada a famílies amb infants de 0 a 6 anys, i «El nostre fill/a: més enllà de les notes», el 28 d'abril de 2027, per a famílies amb adolescents de 12 a 16 anys.

Les inscripcions es poden formalitzar a través de la web caldesdemontbui.cat

## Anem al Casino



# El PSC de Caldes destaca els acords incorporats a les ordenances fiscals del 2027 en matèria d'habitatge

Segons el grup municipal socialista, les ordenances inclouran una prova pilot de preus públics progressius a l'Escola d'Adults Roure Gros, bonificacions per a l'habitatge cooperatiu i incentius fiscals per als propietaris que incorporin pisos a la Borsa Local d'Habitatge.

El PSC de Caldes de Montbui ha informat que ha aconseguit incorporar diverses de les seves propostes a les ordenances fiscals municipals del 2027, especialment en matèria de progressivitat fiscal i polítiques d'habitatge. Entre les mesures acordades hi ha una primera prova pilot de preus públics en funció de la renda a l'Escola d'Adults Roure Gros, així com bonificacions per impulsar l'habitatge cooperatiu i fomentar la incorporació de pisos a la Borsa Local d'Habitatge.

Una de les principals novetats és la implantació d'un sistema de preus públics progressius a l'Escola d'Adults Roure Gros, una reivindicació que, segons el PSC, el grup havia defensat durant diversos mandats. La iniciativa vol adaptar les aportacions econòmiques de les persones usuàries a la seva capacitat econòmica i podria servir de precedent per estendre aquest sistema a altres serveis municipals.

En l'àmbit de l'habitatge, les ordenances incorporaran dues bonificacions destinades a afavorir els projectes de cooperatives d'habitatge en cessió d'ús. Concretament, s'estableix una bonificació del 50% de l'impost sobre béns immobles (IBI) per als habitatges de cooperatives i una reducció del 75% de la quota de l'impost sobre construccions, instal·lacions i obres (ICIO) per a les obres destinades a aquest tipus de projectes.

Com a alternativa, s'ha acordat un sistema de bonificacions de l'IBI per als propietaris que formalitzin contractes de lloguer a través de la Borsa Local d'Habitatge. Els descomptes seran del 90% per al primer contracte, del 75% per al segon i del 50% per al tercer.



**Bonificacions per incorporar pisos a la Borsa Local d'Habitatge**

Una altra de les qüestions abordades durant la negociació ha estat la mobilització dels habitatges desocupats. El PSC havia proposat incrementar un 50% el recàrrec de l'IBI als pisos permanentment buits, però, segons explica la formació, el govern municipal no ha acceptat la proposta al·legant dificultats tècniques per identificar aquests immobles.

El grup socialista considera que aquestes bonificacions poden contribuir a incorporar habitatges al mercat de lloguer, tot i que manté la seva reivindicació d'establir un recàrrec per als immobles que es mantinguin desocupats de manera permanent.




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

# Thermalia programa dues visites guiades a l'exposició «Records de la Festa Major calderina» i posa a la venda el catàleg

El Museu Thermalia ha programat dues visites guiades a l'exposició «Records de la Festa Major calderina», que des del passat 10 d'octubre es pot visitar a la Sala Badia.

Les sessions, gratuïtes i sense necessitat de reserva prèvia, tindran lloc el diumenge 8 de novembre, a les 11.30 h, i el dissabte 9 de gener, a les 16.30 h. L'objectiu és aprofundir en la història d'aquesta celebració i descobrir alguns dels episodis, les tradicions i les curiositats que han marcat la Festa Major al llarg dels anys.



La mostra és fruit de la recerca de la historiadora Laia Soler Moreno i forma part de les iniciatives de recuperació i difusió de la memòria històrica i del patrimoni local que impulsa Thermalia. A través de programes de Festa Major, fotografies, publicacions de premsa i altres documents històrics, l'exposició proposa un recorregut per l'evolució de la celebració, des dels seus orígens fins a les transformacions més recents.

El material exposat permet observar com la Festa Major ha anat canviant al llarg del temps, en paral·lel a les transformacions socials, polítiques i culturals del país. També posa en valor les tradicions, els actes i els protagonistes que han contribuït a configurar una de les celebracions més arrelades a la vida col·lectiva de Caldes de Montbui.

**Un catàleg que recull quatre segles d'història**

Coincidint amb l'exposició, Thermalia ha editat un catàleg que amplia els continguts de la recerca històrica i ofereix una mirada a la Festa Major calderina entre els segles XVII i XX. La publicació complementa el recorregut expositiu i recull documentació i informació sobre l'evolució d'aquesta celebració, estretament vinculada a la memòria col·lectiva i a la identitat del municipi.

El catàleg ja es pot adquirir al Museu Thermalia per un preu de 10 euros. També es pot consultar gratuïtament en format digital a través del web del museu.

L'exposició «Records de la Festa Major calderina» es pot visitar a la Sala Badia de Thermalia, dins l'horari habitual d'obertura del museu, fins al gener de 2027.

Les dues visites guiades ofereixen una oportunitat per conèixer amb més profunditat els documents i testimonis que ajuden a reconstruir la història de la Festa Major i entendre com aquesta ha evolucionat al llarg de quatre segles.





# Caldes recupera la sarsuela "La mar vella" de Climent Cuspinera, en el 10è aniversari de la Coral El Calderí

Caldes de Montbui recuperarà una part del seu patrimoni musical amb la preestrena de la sarsuela La mar vella, una obra del compositor calderí Climent Cuspinera amb llibret d'Eduard Aulés. La representació es farà el dissabte 7 de novembre, a les 19 h, a l'Escola del Carme, amb entrada gratuïta, i formarà part dels actes de celebració del desè aniversari de la Coral El Calderí. La nova producció, impulsada per Vocàlic, s'estrenarà oficialment el 21 de novembre a Barcelona.

La recuperació de l'obra ha estat possible gràcies a una tasca de recerca documental i musical que ha permès localitzar i reunir partitures conservades en diferents arxius, entre els quals hi ha el de la Societat General d'Autors i Editors (SGAE), amb qui s'ha signat un conveni de col·laboració. El procés també ha inclòs la transcripció del llibret i la preparació dels materials musicals necessaris per tornar a portar l'obra als escenaris.

La proposta comptarà amb una formació musical i coral àmplia. L'Orquestra Alnos hi participarà amb 22 músics i el Cor Vocàlic amb quinze cantaires, acompanyats dels solistes Elena Ilinca, Jordi Martí i Sandra Ros. Xesco Camps assumirà la direcció musical, Ferran Devesa la direcció escènica i l'actriu Mireia Fernández serà l'encarregada de la narració.

Segons explica Xesco Camps, aquesta recuperació permet descobrir una etapa més madura de la trajectòria de Cuspinera. Fins ara, el treball de recuperació s'havia centrat principalment en composicions de la primera etapa del músic, sovint escrites per a orquestrina, com caramelles, danses, rigodons i el rèquiem Pau als morts. Amb Los Búlgaros i La mar vella, en canvi, es posa de manifest una escriptura musical més estructurada, amb un tractament més elaborat dels matisos i les dinàmiques i unes possibilitats orquestrals més àmplies.

**Una comèdia ambientada als banys de la Barceloneta**

La mar vella es va estrenar com a sarsuela al teatre Tívoli de Barcelona el 7 de desembre de 1885. L'acció transcorre en un establiment de banys de la Barceloneta i gira al voltant de les peripècies d'Enric, un jove que intenta acostar-se a Lola, la noia de qui està enamorat, malgrat la vigilància de la família. Amb la complicitat de Pepa, Enric es disfressa de dona per poder parlar amb ella sense aixecar sospites.




A partir d'aquesta situació es desencadena una successió d'embolics, canvis de vestuari i confusions, a les quals s'afegeix la intervenció d'un inspector que busca un lladre. La comèdia retrata amb ironia les convencions socials, les aparences i les relacions amoroses de l'època, en un espai on coincideixen banyistes, criats, autoritats i famílies.
El text d'Eduard Aulés ja s'havia representat anteriorment com a peça còmica al teatre Buen Retiro, el 15 de maig de 1885, abans que Cuspinera en fes la versió musical.

Per adaptar-la al públic actual, la nova producció ha optat per conservar íntegrament la música i els textos de les cançons originals, mentre que els passatges parlats s'han reduït i adaptat. Segons explica Ferran Devesa, aquesta intervenció respon a la voluntat de mantenir l'essència de l'obra, però facilitar-ne la comprensió i donar més agilitat a l'acció, ja que bona part dels diàlegs tenen un llenguatge i un to característics del segle XIX.

**Climent Cuspinera, un músic calderí amb projecció a Barcelona**

La recuperació de La mar vella permet reivindicar també la trajectòria de Climent Cuspinera i la seva vinculació amb la vida cultural de Caldes de Montbui. Format musicalment a Montserrat i relacionat personalment amb Josep Anselm Clavé, Cuspinera va impulsar l'Euterpe Caldense i va desenvolupar una activitat musical destacada com a compositor, pianista, docent i crític.
El 1871 es va establir a Barcelona, on va ampliar la seva projecció professional. Malgrat la seva activitat a la capital catalana, Cuspinera va mantenir una relació continuada amb Caldes. El 1873 va publicar la Guía cicerone del viajero o bañista en Caldas de Montbuy, una obra que va tenir diverses reedicions i que contribuïa a donar a conèixer la vila i les seves aigües termals. El 1875 també va compondre un rigodó bèl·lic per commemorar la defensa de Caldes, i el 1890 va tornar a la població al capdavant de la banda-orquestra de la Casa de Caritat per participar en la festa de Sant Isidre.

La representació s'emmarca en la celebració dels deu anys de la Coral El Calderí i en la tasca de Vocàlic de recuperació i difusió del patrimoni musical.
Després d'aquest projecte, la pròxima proposta de Vocàlic serà el 27 de desembre, amb la interpretació de la Missa de Glòria de Pau Casals.

# No sempre hem de poder amb tot: el valor d'escoltar el nostre cansament



*La Marta té 42 anys i, des que es lleva al matí, no para ni un moment. Va a treballar, s'ocupa de la família, organitza les tasques de casa i intenta estar disponible per a tothom. Quan arriba al vespre, està esgotada, però encara repassa mentalment tot el que li queda pendent. Quan finalment té una estona lliure, se sent culpable per no aprofitar-la fent alguna cosa productiva. «No sé què em passa, però sento que no arribo mai a tot», explica. I, potser, el que més necessita la Marta no és aprendre a organitzar-se millor, sinó deixar d'exigir-se tant.*

Hi ha dies que arribem al vespre amb la sensació d'haver fet mil coses i, alhora, de tenir-ne encara mil més per fer. Us sona això??? La feina, la família, les responsabilitats, les tasques pendents, les preocupacions... I, enmig de tot això, nosaltres. O, més ben dit, nosaltres, una mica oblidats.
Sovint ens acostumem a funcionar en mode automàtic. Ens llevem, organitzem el dia, resolem problemes, cuidem els altres i intentem arribar a tot. Quan algú ens pregunta com estem, responem gairebé sense pensar: «Bé, una mica cansats, però bé». Com si el cansament fos una part inevitable de la vida adulta i no hi hagués gaire res a fer. Us continua ressonant, oi, això???
Però, què passa quan aquest cansament no és només físic? Quan ens costa desconnectar, quan tenim la sensació de no arribar mai a tot o quan, fins i tot en els moments de descans, ens sentim culpables per no estar aprofitant el temps? Potser és el moment de parar i escoltar què ens està intentant dir el nostre cos i la nostra ment. Però parar bé, per escoltar-nos de prop!

Anem per parts. A vegades, sembla que ser forts es converteix en una obligació. Vivim en una societat que sovint valora la productivitat, l'eficiència i la capacitat de resoldre-ho tot. Ens felicitem per ser persones responsables, treballadores i disponibles. I això, evidentment, té aspectes positius. El problema apareix quan convertim aquestes qualitats en exigències permanents. El famós "haig de..." que no acaba mai.
Ens podem arribar a convèncer que hem de poder amb tot, que demanar ajuda és un signe de debilitat o que descansar és una cosa que ens hem de guanyar quan ja hàgim acabat totes les obligacions.
Però la llista de tasques no s'acaba mai. Sempre hi ha alguna cosa pendent, alguna responsabilitat que reclama la nostra atenció o alguna expectativa que volem complir.
Així, sense adonar-nos-en, podem acabar deixant les nostres necessitats per a més endavant. Ja descansarem el cap de setmana. Ja trobarem un moment per a nosaltres quan hi hagi menys feina. Ja ens cuidarem quan tot estigui una mica més tranquil.
I si aquest moment no arriba mai?

Has de pensar, que no tot el cansament es resol dormint una mica més. De vegades, el que ens esgota és la càrrega mental de tenir sempre alguna cosa al cap, la dificultat per dir que no, la preocupació constant pels altres o la sensació que hem de fer les coses perfectament.
Aquest desgast pot manifestar-se de moltes maneres: irritabilitat, dificultats per concentrar-nos, manca de motivació, sensació de saturació o menys paciència amb les persones que estimem. També podem notar que ens costa gaudir de coses que abans ens feien sentir bé.
Aquests senyals no sempre indiquen un problema psicològic, però sí que poden ser una invitació a revisar com estem vivint i quines necessitats estem deixant desateses.
Reconèixer que estem cansats no ens fa menys capaços. Ens permet entendre què necessitem abans que el malestar es faci més gran. Per això és tan important parar un moment i escoltar-nos... perquè si no som incapaços de detectar tot això!

**CINC MANERES DE COMENÇAR A CUIDAR-NOS:**

1. Revisem les nostres expectatives. Hem de fer-ho tot? Ho hem de fer tot avui? De vegades, reduir les exigències és més saludable que continuar intentant arribar a uns objectius impossibles.

2. Aprenguem a dir que no. Posar límits no significa deixar de preocupar-nos pels altres. Significa reconèixer que el nostre temps i la nostra energia també són limitats. I NO PASSA RES!

3. Descansar no hauria de ser un premi. No cal haver acabat totes les tasques per tenir dret a parar. El descans és una necessitat, no una recompensa per haver estat prou productius.

4. Demanem ajuda quan la necessitem. Compartir responsabilitats, expressar com ens sentim o deixar-nos acompanyar no és fracassar. No hem de resoldre-ho tot en solitari.

5. Reservem petits espais per a nosaltres. No cal esperar unes vacances per fer alguna cosa que ens ajudi a recuperar energia. Una passejada, llegir una estona, fer esport, escoltar música o simplement estar en silenci poden ser petites maneres de reconnectar amb nosaltres mateixos. Jo sempre dic que nosaltres som com mòbils vells, que cal carregar més sovint... Depenent de les aplicacions que fem servir (situacions a què ens hem d'afrontar en el dia a dia) la nostra bateria es descarregarà abans i haurem de buscar moments en el dia a dia per connectar-la i recarregar-la (en la nostra vida, en forma de moments de parar i reconnectar).

**Així doncs, no hem d'esperar a estar al límit**
Cuidar la nostra salut emocional no consisteix únicament a actuar quan ja ens sentim desbordats. Llavors és més difícil d'arreglar. Implica aprendre a identificar els senyals que ens indiquen que necessitem reduir el ritme, revisar les prioritats o demanar suport.
Potser no podem canviar totes les nostres responsabilitats d'un dia per l'altre. Però sí que podem començar fent-nos algunes preguntes: Què necessito en aquest moment? Quines exigències em puc treure de sobre? Em tracto amb la mateixa comprensió amb què tractaria una persona que estimo?
No sempre hem de poder amb tot. No sempre hem d'estar disponibles. No sempre hem de ser forts. I DE NOU US DIC, NO PASSA RES! SI ALGÚ S'ENFADA PERQUÈ NO HI POTS SER SEMPRE NI PER SEMPRE... JA TÉ DUES FEINES!

De vegades, no necessitem fer més. Necessitem deixar de demanar-nos tant.

Vanessa Olmos
*Psicòloga*

# L'Ajuntament informa

## Exposició "Ataràxia" de Pau Roig, del 6 al 22 de novembre, a la Sala Delger

La Sala Delger (c/ del Forn,8) acollirà del 6 al 22 de novembre de 2026, l'exposició "Ataràxia" una exposició de l'artista Pau Roig que ens convida a explorar la connexió entre la natura i les emocions humanes. L'acte d'inauguració es farà el dia 6 de novembre, a les 18 h i els horaris per visitar la mostra són els següents:

- Divendres: de 16.30 a 19.30 h
- Dissabte: d'11 a 14 h i de 16.30 a 19.30 h
- Diumenge: d'11 a 14 h

## Accions formatives adreçades al comerç

L'Ajuntament organitza la sessió formativa "Stories i Reels que enganxen", adreçada al comerç local, que es farà a l'equipament El Carme, els dies 10 i 12 de novembre, de 14.30 a 16.30 h. Inscripcions a La Piqueta trucant al telèfon 938627025 o enviant un correu electrònic a compracaldes@caldedemontbui.cat

## L'avinguda de Pi i Margall reobre al trànsit de vehicles els dissabtes a la tarda

A partir de l'1 de novembre l'avinguda de Pi i Margall (entre la plaça de l'Àngel i el carrer d'Homs/ Santa Teresa) serà d'ús exclusiu de vianants els diumenges, els festius i els dimarts al matí, amb motiu del Mercat Setmanal. Es recupera, per tant, el trànsit de vehicles i l'aparcament en Zona Blava els dissabtes a la tarda.D'altra banda, d'abril a octubre, aquest tram de via serà exclusivament per a vianants els dissabtes a la tarda, els diumenges, els festius i els matins dels dies de mercat.

## Visites guiades a l'exposició "Records de la Festa Major calderina" i venda del catàleg

Thermalia programa dues visites guiades a l'exposició "Records de la Festa Major calderina" que es faran el diumenge 8 de novembre, a les 11.30 h i el dissabte 9 de novembre, a les 16.30 h. Les visites permetran conèixer de més a prop els materials exposats i endinsar-se en els fets, les tradicions i els protagonistes que han marcat la història de la Festa Major de Caldes de Montbui. Paral·lelament, Thermalia ha editat un catàleg que recull i amplia els resultats de la recerca històrica sobre la Festa Major calderina, del segle XVII al segle XX. El catàleg es pot adquirir al Museu Thermalia per 10 • i també es pot consultar en línia al web del museu. L'exposició Records de la Festa Major calderina es pot visitar a la Sala Badia del Museu Thermalia, dins l'horari habitual d'obertura, fins al gener de 2027.

## La deixalleria mòbil s'instal·larà el dimarts 17 de novembre, de 8 a 13 h

La deixalleria mòbil s'instal·la a dins de l'aparcament del carrer de les Escoles Pies. La visita mensual del camió adaptat amb contenidors de recollida es repeteix cada primer dimarts de mes.

## Obertura d'establiments comercials en festius durant l'any 2027

Els dies on serà permesa l'obertura comercial a Caldes de Montbui l'any 2027 són: 3 de gener, 21 de març, 16 de maig, 10 i 12 d'octubre, 1 de novembre, i 6, 8, 12 i 19 desembre.




## Servei d'Ocupació Borsa de Treball

**Llista d'ofertes de feina actualitzades el: 23/10/2026**

**Núm. Oferta**

396861 Administratiu/va comptable
396857 Administratiu/va de Logística
396856 Peons ajudants producció/ magatzem
396843 Monitor/a Pilates i Body Pump
396643 Monitors (esdeveniments Nadal i caps de setmana)
396500 Ajudants de cuina (sector industrial)
396428 Comptable
396381 Recepció i suport administratiu
396212 Operari/ària instal·lació de parquet
396026 Netejador/a (amb vehicle propi - cap de setmana)
395788 Treballador/a de la llar
395689 Operari/ària de premsa
395159 Administratiu/va comercial (sector immobiliari)
394983 Cuiner/a (sector geriàtric)

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.

## Comença l'asfaltat de diversos carrers del nucli urbà i dels barris Els Lledoners, Can Valls, La Font dels Enamorats i El Farell

A partir del 9 de novembre comencen els treballs per renovar l'asfalt a diversos carrers del nucli urbà i dels barris Els Lledoners, Can Valls, La Font dels Enamorats i El Farell.
Consulteu les zones afectades, el calendari previst i les afectacions al trànsit a www.caldesdemontbui.cat

## Taller: "Juga en català"

L'Oficina de Català de Caldes de Montbui conjuntament amb la Cooperativa 70 organitzen el taller: "Juga en català", que es farà el 12 de novembre, a les 18 hores. Hi pot participar qualsevol persona que vulgui practicar i aprendre català tot jugant. L'entrada és lliure i gratuïta amb inscripció prèvia a la Cooperativa 70

## 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/ Colon 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 gratuita
Volem ajudar-te.

# Què hem de tenir a la farmaciola d'una mascota?

Les mascotes són curioses per naturalesa. Durant un passeig, al jardí o fins i tot dins de casa, poden fer-se una rascada, clavar-se una espina o patir alguna petita lesió. En aquestes situacions, tenir a mà els estris necessaris ens pot estalviar nervis i facilitar les primeres cures.
Això sí, cal tenir present una qüestió important: la farmaciola serveix per fer unes primeres cures, no per substituir l'atenció veterinària. Davant d'una lesió important, un possible enverinament o un canvi sobtat en el comportament de l'animal, el més prudent és consultar un professional.

**Els imprescindibles que no poden faltar**
No cal omplir una capsa amb desenes de productes. El més important és disposar d'un material bàsic, ben conservat i adequat per a les necessitats de l'animal.

**1. Gases estèrils.** Són útils per netejar petites ferides o cobrir-les provisionalment. És preferible tenir gases de diferents mides i evitar utilitzar cotó directament sobre una lesió oberta, ja que pot deixar fibres adherides.

**2. Sèrum fisiològic.** Pot servir per rentar petites ferides superficials o netejar els ulls quan hi ha brutícia, sempre que no hi hagi una lesió ocular. És una de les opcions més pràctiques per tenir a casa.




**3. Benes i esparadrap adequat.** Poden ajudar a protegir una zona lesionada de manera provisional. Les benes no s'han d'estrènyer massa, perquè podrien dificultar la circulació. Si no sabem com fer una embenada, és millor demanar indicacions al veterinari.

**4. Guants d'un sol ús.** Permeten manipular el material de cura amb més higiene i evitar el contacte directe amb la sang o les secrecions d'una ferida.

**5. Tisores de punta arrodonida.** Poden ser útils per tallar una bena o ajustar el material de protecció. Cal utilitzar-les amb precaució, especialment si l'animal es mou o està espantat.

**6. Pinces de punta fina.** Poden ajudar a retirar una espina superficial fàcilment accessible. Si l'objecte està clavat, és profund o es troba a prop d'un ull, és millor no manipular-lo i acudir al veterinari.

**7. Compreses fredes instantànies.** Poden resultar útils en alguns cops o inflors, sempre embolicades amb una tela i durant períodes curts.

# Menjar ràpid quan no tenim temps: com afecta els nostres hàbits?

Per a moltes persones, l'hora de dinar ja no és una pausa, sinó un tràmit més de la jornada. Menjar davant de l'ordinador, fer-ho mentre consultem el mòbil o acabar un entrepà en pocs minuts són escenes habituals.
Aquesta manera de menjar també influeix en la relació que tenim amb els aliments. Quan mengem distrets o massa de pressa, ens costa més adonar-nos de si ja estem tips. Això pot fer que acabem menjant més del que necessitem o que, al cap de poca estona, tornem a tenir gana.
A més, si no planifiquem els àpats, és fàcil acabar escollint sempre el més còmode: una pizza, una hamburguesa, un producte de brioixeria o un plat preparat. Són opcions pràctiques per a un dia puntual, però no haurien de convertir-se en la base de la nostra alimentació.



Menjar de pressa no només afecta la qualitat dels aliments que triem. També pot tenir conseqüències en la digestió i en la sensació de sacietat. Quan mengem molt de pressa, masteguem menys i facilitem menys la feina al sistema digestiu. Això pot afavorir les digestions pesades, la sensació d'inflor o les molèsties abdominals en algunes persones.

Un altre aspecte important és que el cervell necessita una mica de temps per registrar els senyals de sacietat. Si acabem el plat al cap de cinc minuts, és possible que continuem menjant sense haver donat temps al cos per adonar-se que ja n'ha tingut prou.
També cal tenir en compte què mengem. Una dieta basada habitualment en productes ultraprocessats pot aportar massa sal, sucres afegits i greixos poc saludables, i deixar de banda aliments importants com les fruites, les verdures, els llegums o els cereals integrals.

La bona notícia és que no cal passar hores a la cuina per alimentar-se bé. Amb una mica d'organització podem preparar àpats senzills, econòmics i equilibrats. Una de les claus és tenir alguns aliments bàsics sempre disponibles. Ous, llegums cuits, verdures congelades, arròs, pasta, conserves de peix, fruita i iogurts naturals poden convertir-se en grans aliats quan no tenim gaire temps.

També podem aprofitar una estona del cap de setmana per avançar algunes preparacions. Cuinar una mica més d'arròs, deixar unes verdures preparades o tenir llegums cuits a la nevera permet muntar un plat complet en pocs minuts.

saüc PSICOLOGIA
www.saucpsicologia.com
- psicologia infantil, juvenil i adults
- psicologia de l'esport
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 CONVINGUDES
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 DEL LLEÓ
farmacia_font_lleo 625.771.356 Forn 7, 08140, Caldes de Montbui

TOT Caldes
busca'ns a
Instagram

# Per què mengem panellets per Tots Sants? L'origen d'una de les tradicions més dolces de la tardor

La resposta té molt a veure amb els costums estacionals. Antigament, molts aliments es preparaven en moments concrets de l'any, quan els ingredients eren més accessibles o quan les celebracions marcaven una ocasió especial per consumir-los. En el cas dels panellets, la proximitat amb la Castanyada i Tots Sants ha consolidat el costum de menjar-los durant els darrers dies d'octubre i els primers de novembre. Igual que passa amb els torrons per Nadal o les coques per Sant Joan, el calendari ha contribuït a convertir-los en un producte associat a una festa determinada.

A més, la seva elaboració amb ametlla mòlta, sucre i ou —en moltes receptes tradicionals— permet obtenir un dolç compacte, energètic i fàcil de compartir. Els ingredients i les proporcions poden variar segons la recepta, però la base d'ametlla és una de les característiques que els diferencia d'altres dolços.

**Els panellets i el record dels difunts**

Tots Sants és una festivitat dedicada a recordar els sants, mentre que el 2 de novembre, Dia dels Difunts, està especialment vinculat a la memòria de les persones mortes. A Catalunya, totes dues dates formen part d'un període en què moltes famílies visiten els cementiris, porten flors i es reuneixen per mantenir les tradicions. En aquest context, els aliments també han tingut un paper important. Compartir dolços i preparar un àpat especial forma part de moltes celebracions tradicionals, i els panellets s'han convertit en una de les expressions gastronòmiques més conegudes d'aquests dies.

Tanmateix, cal distingir entre els costums documentats i les interpretacions populars. No hi ha una única explicació històrica demostrada que relacioni directament els panellets actuals amb un ritual funerari concret. El que ha perdurat és la seva vinculació amb les dates de Tots Sants i la seva presència en les trobades familiars. Amb el pas dels anys, el significat religiós de la festivitat ha anat convivint amb una celebració cada vegada més gastronòmica i familiar.



**De pinyons, coco o xocolata: com han evolucionat?**

Si hi ha una varietat que destaca per damunt de les altres, és la de pinyons. La seva cobertura daurada, lleugerament torrada després de passar pel forn, és una de les imatges més típiques de les pastisseries durant aquests dies. Però la varietat de panellets és molt més àmplia. Els d'ametlla, els de coco, els de cafè, els de llimona i els de xocolata també tenen molts seguidors. Algunes pastisseries elaboren versions amb festucs, taronja confitada o altres ingredients que donen un toc diferent de la recepta clàssica.

Aquesta diversitat demostra com una preparació tradicional pot evolucionar sense perdre la seva identitat. Les versions més innovadores conviuen amb els panellets de tota la vida, que continuen sent els preferits de moltes famílies.

**Fer panellets a casa: una tradició que passa de generació en generació**

Preparar panellets a casa és una de les activitats habituals dels dies previs a Tots Sants. En moltes famílies, la recepta passa de pares a fills i es converteix en una excusa per reunir-se a la cuina. La base tradicional s'elabora amb ametlla mòlta i sucre, i algunes receptes hi incorporen patata o moniato bullit per donar-hi una textura diferent i facilitar-ne el treball. L'ou també es pot utilitzar en la preparació o per ajudar a adherir-hi determinades cobertures. Un cop feta la massa, es formen petites boles o altres figures i es cobreixen amb pinyons, ametlla o coco. Després es couen al forn durant poca estona, controlant-ne el punt perquè no quedin massa secs. Perquè surtin bé, és important no excedir-se amb la cocció. Els panellets poden semblar encara tous quan surten del forn, però s'endureixen una mica a mesura que es refreden. Més enllà del resultat, fer-los a casa permet mantenir viva una tradició culinària i adaptar les receptes als gustos de cada família. I, si hi participen els més petits, també és una manera senzilla d'explicar-los d'on venen els costums de Tots Sants.

RESTAURANTE CHINO
PEKÍN
COMIDA CHINA i SUSHI
A DOMICILIO
i PARA LLEVAR
Tels. 93 862 63 99
93 865 40 09
Menú del día 11,95 i 13,95 euros
c/ Aparici, 4 - CALDES

Rosàs
CANSALADERIA
XARCUTERIA
CA L'AMÀLIA 1917
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
elpatorratdecaldesdm@gmail.com
El Pa Torrat de Caldes

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
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

Petits anuncis, GRANS RESULTATS!
TOT Caldes
Truca al 938 651 721 i t'informarem!

Es busca fregaplats
i ajudant de parrilla
a jornada completa.
**Tel. 93 864 89 41**

# La Biblioteca dedica el Club de Lectura de Còmic Jove a «Abby & Walton»

La Biblioteca Municipal de Caldes de Montbui acollirà aquest divendres 6 de novembre, a les 18.30 h, una nova sessió del Club de Lectura de Còmic Jove, que aquest mes estarà dedicada a l'obra Abby & Walton.

L'activitat, a càrrec de Freakland, està adreçada a joves d'entre 9 i 13 anys i proposa compartir la lectura i descobrir el còmic a través del debat i l'intercanvi d'impressions amb altres lectors.




La sessió planteja què passa quan llegir es converteix en una aventura compartida i en una experiència de grup.

Com és habitual en aquest club de lectura, al final de la trobada cada participant s'endurà el còmic que es llegirà en la propera sessió, que serà Buscadores de cadáveres, per continuar amb la iniciativa i preparar la següent trobada.
Les inscripcions es poden formalitzar a la Biblioteca Municipal de Caldes de Montbui.

# Reflexions

## Quan el desert reverdeix

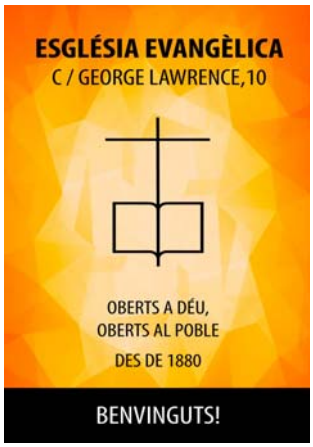
En general, al Sàhara Occidental del Marroc a la primavera no fa calor, però el clima sempre és sec. No obstant això, l'any 2006 va ser excepcional, ja que va ploure en abundància. Mai s'havia vist res semblant! A causa de la humitat, les plantes van brollar de la terra amb una rapidesa increïble, i minúscules flors grogues van créixer en els arbustos que semblaven secs. Tot va canviar gràcies a aquella pluja vinguda del cel.
La nostra vida també pot assemblar-se a un desert a causa de relacions que es degraden, a la sequera del cor, als pensaments negatius, en tancar-se a un mateix... Ens falta l'aigua que dona la vida. Tenim set d'aquesta aigua viva, d'un veritable refrigeri espiritual on trobem compassió, perdó i veritat en l'amor.
Prop d'un pou, Jesús va poder dir a una dona que venia a buscar aigua: "Tots els que beuen aigua d'aquesta, tornaran a tenir set, però el qui begui de l'aigua que jo li donaré, esdevindrà dintre seu un doll d'aigua que brollarà per a vida eterna" (Joan 4: 13-14). Aquesta vida porta els seus fruits. Si la rebem podem, com un desert que creix i floreix, donar als altres amor, alegria, pau, paciència i bondat.

Que tinguis un feliç dia!

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

**c/ GEORGE LAWRENCE, 10**
**- CALDES DE MONTBUI -**

PROGRAMES DE TELEVISIÓ :
**. Néixer de Nou:** darrer diumenge de mes a partir de les **10h** a **TV3**.
**. Buenas Noticias TV**:
Cada diumenge a les **9,45h** per **La 2**.



**FIBRA+ FIXE**

FIBRA **300Mb** FIXE **INCLÒS**

**35‘85** €/mes

FIBRA **600Mb** FIXE **INCLÒS**

**39‘85** €/mes

FIBRA **1Gb** FIXE **INCLÒS**

**45‘85** €/mes



# La teva **Fibra** i el teu **Fixe** amb **cingles**

cingles

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

cinglescomunicacions.com