

TOT

www.totbadalona.com
Del 24/05 al 31/05 '19

Qui governarà?

TOUR '19
Happy
Food
TRUCKS

Food trucks, concerts i activitats familiars tot el dia!

HAPPY BADALONA

FESTES DE MAIG

31 MAIG, 1, 2 JUNY

PLAÇA POMPEU FABRA

Consulta la programació:
happyfoodtrucks.com
@happytrucks

Segueix la decisiva jornada electoral
del 26 de maig a

BDN
Badalona
Comunicació



Diumenge Informatius
14h i 20h per seguir l'actualitat

20.30 hores
Programa especial de
BDN Eleccions Municipals
per conèixer els resultats minut a minut
i les opinions dels protagonistes

BDN Televisió de Badalona
BDN Ràdio Ciutat de Badalona
 @bdncom

BDN
Badalona
Comunicació

Escola d'Idiomes

Nens-Joves-Adults



ENJOY
AND
LEARN

Casal

Aprenem
anglès
de manera
natural

juny, juliol,
agost i
setembre

Around
the world:

Cada setmana viatjarem a un
país diferent a través de
contes, treballs manuals,
teatre, cuina, cançons, jocs,
activitats esportives...

Grups
reduïts

Edats:
3-11 anys

Horari
de 9-17h

Acollida gratuïta
(matí, migdia i tarda)



C. Santiago Rusiñol, 35 · 08911 Badalona
931 371 481 / 656 525 329
englishforyourschoolofenglish@gmail.com

 english.for.you.school

Campus

Bodyboard, kayak,
paddlesurf i
basketball.
Viu un estiu únic!

3r/4t/5è/6è
PRIMÀRIA

English and sports

Diverteix-te i consolida els teus
coneixements potenciant l'ús
oral de la llengua, gràcies a una
combinació d'anglès i activitats
esportives.

De dilluns a divendres, de 8.30 a 13h,
de 8.30 a 15h o de 8.30 a 17h



1r/2n/3r/4t ESO

Californian summer

Dissenya i viu la teva pròpia aventura
californiana.
Mulla't tot practicant anglès i esports.

Dilluns, dimecres i divendres,
de 8.30 a 13h
(amb opció de menjador
fins a les 15h)



Courses

TEENS &
ADULTS

TEENS

Practice and enjoy

Consolida els teus coneixements
i potencia l'ús oral de la
llengua anglesa amb
activitats comunicatives.

Diverteix-te i passa
una bona estona!

1.30 h setmanal



ADULTS

Pack your bags

(A1/A2)

Practica tot el que
has après durant l'any.
Aplica els teus
coneixements
a situacions reals
de viatge.

1.30 h setmanal

Let's talk

(B1/B1+/B2/C1)

Continua practicant
l'anglès amb
activitats
comunicatives per tal
de guanyar confiança
a l'hora de parlar.

Organitzarem 5 sessions amb
temàtiques diferents en grups
reduïts.

1.30 h setmanal



Aquest diumenge podrem decidir el futur de l'Ajuntament de Badalona

26M | Carles Carvajal

Aquest diumenge, 26 de maig, 156.874 badalonins i badalonines estan cridats a les urnes per triar la composició de l'Ajuntament durant els pròxims 4 anys. A Badalona hi haurà 44 locals electorals repartits en 233 meses. Abans de diumenge, i de la jornada de reflexió d'aquest dissabte, la campanya electoral quedarà tancada la mitjanit d'aquest divendres. Enrere quedaran 15 dies de campanya on les 10 candidatures presentades a la ciutat han pogut fer la seva campanya. Els badalonins i badalonines podran disposar el seu vot entre els següents candidats i formacions; Xavier Garcia Albiol pel PP, Dolors Sabater per La Badalona Valenta, Àlex Pastor pel PSC, Aida Llaura-

do per Badalona en Comú Podem – En Comú Guanyem, David Torrents per Junts per Catalunya Badalona, Juan Miguel López per Ciudadans, Juan Manuel Wenceslao per Tú eres de Badalona, Pedro José Abril per Som Identitaris, Javier Cabrera per Gent Transparent i Juan Perán Ortega per Vox.

Una campanya més amable que fa 4 anys

A diferència de fa 4 anys, aquesta campanya ha estat molt més amable i menys agressiva que durant l'any 2015. Els principals candidats a l'alcaldia de Badalona han aguditzat l'enginy en aquesta campanya per intentar mobilitzar al màxim el seu electoral. Les del 26-M són les eleccions més imprevistes dels darrers anys i amb un major

volum d'indecisos, segons les diferents enquestes publicades. Per això, els principals aspirants a l'alcaldia han tingut una alta presència al carrer i ho han fet amb propostes originals, allunyats de les tradicionals carpes i passejades de mercat, tot i que també n'hem tingut. El candidat popular, Xavier Garcia Albiol, ha tingut la seva particular 'food truck'; la cap de llista de la coalició de La Badalona Valenta, Dolors Sabater, ha desplegat una petita terrassa de bar itinerant per fer tertúlies cafè amb veïns, i l'aspirant del PSC, Àlex Pastor, ha visitat els barris de Badalona amb un sofà 'chester' per conversar amb veïns. Pel que fa a En Comú Podem, Junts per Catalunya i C's han realitzat actes temàtics i també cafès tertúlia a diferents zones de la ciutat.



El resum de la campanya en imatges

Els sis partits amb representació municipal han fet un gran nombre d'actes a Badalona durant aquests dies de campanya. Amb imatges hem resumit l'acte central d'aquestes formacions.



Unes 3.000 persones donen suport a Garcia Albiol

El Parc del Turó del Caritg va acollir diumenge el acte central dels populars amb una botifarrada popular davant d'un es 3.000 persones.



La Badalona Valenta canta el seu himne a Llefià

La formació, encapçalada per Dolors Sabater, va realitzar dissabte el seu acte central al Parc del Gran Sol davant unes 150 persones.



El "chester" d'Àlex Pastor recorre els barris de Badalona

L'alcalde i candidat socialista, Àlex Pastor, ha recorregut els barris amb un sofà Chester de color vermell per conversar de tu a tu amb els veïns.



Badalona En Comú Podem organitza el seu acte central a Bufalà

La plaça Antonia Boada va acollir l'acte central de Badalona En Comú Podem encapçalada per Aïda Llauredó i també la resta de la seva llista electoral.



El president Torra dona el seu suport a David Torrents

L'acte central de Junts per Catalunya va aplegar força públic a la plaça Pompeu Fabra. El president Quim Torra va donar el seu suport al candidat badaloní David Torrents.



C's fa el seu acte central al Centre Cívic del barri de la Salut

La sala d'actes del Centre Cívic la Salut va acollir l'acte central de la formació taronja. Juan Miguel López, candidat a Badalona, va presentar part del seu programa electoral.

40 anys votant durant als regidors i alcaldes a l'Ajuntament

26M2019
ELECCIONS MUNICIPALS

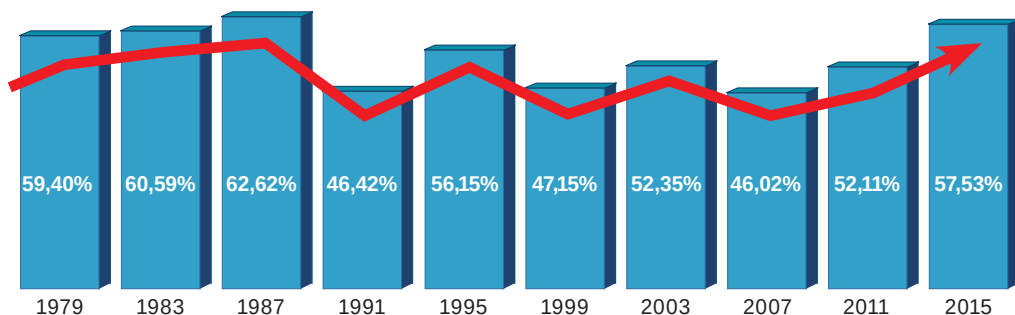


El 3 d'abril de 1979 van celebrar-se les primeres eleccions municipals a l'Estat. A Badalona, d'un cens d'unes 145.000 persones, van votar 86.000, un 60%

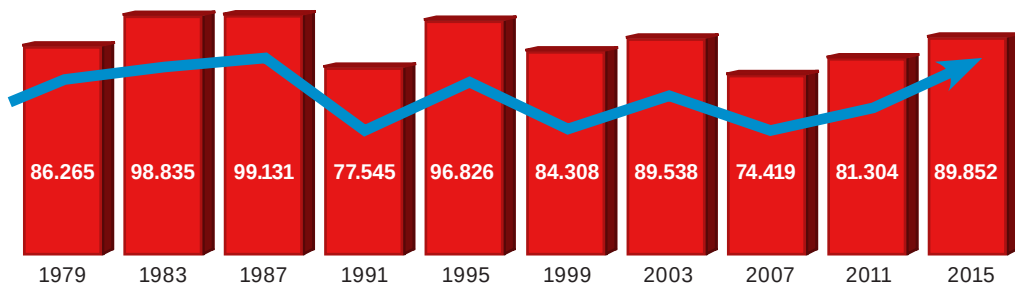
dels ciutadans cridats a votar. Les eleccions van portar la victòria al PSUC, encapçalat per Màrius Díaz, que va aconseguir 12 regidors. Des de llavors, els badalonins

hem estat cridats a les urnes en 10 ocasions per triar la composició a l'Ajuntament. Aquest diumenge, 26 d'abril, seran els onzens comicis locals.

Percentatge de l'índex de participació ciutadana durant les Eleccions Locals entre 1979 i 2015



Nombre de votants durant les Eleccions Locals a Badalona entre 1979 i 2015



Aquest diumenge també se celebren les eleccions europees

A part de les eleccions municipals, aquest diumenge també podrem votar la composició del Parlament europeu. Segons les dades del Ministeri de l'Interior, el

PSC-PSOE amb 13.396 vots, va ser la força més votada a Badalona en les darreres Eleccions Europees celebrades el mes de maig de 2014. A continuació es va situar ERC

amb 11.247 vots; CiU amb 8.161 vots; PP amb 8.119 vots; ICV-EUiA amb 7.907 vots; C's amb 5.273 vots i Podemos amb 4.480 vots. L'índex de participació va ser del 42,81%.

VIU EL PORT DE BADALONA!

EL PORT URBÀ D'UNA CIUTAT MARINERA

AMARRADORS DE 8 A 30M

RAMPA PÚBLICA — WIFI

MARINA SECA I ATRACAMENT EN SEC (amb remolc)

GASOLINERA — GEL— BUGADERIA— VIGILÀNCIA 24H

SERVEI TÈCNIC — ACADEMIES NÀUTIQUES — XÀRTER

AMPLIACIÓ 200 AMARRADORS DE 8 A 10M ACANAL (consultar)

ESPORTS I EXPERIÈNCIES NÀUTIQUES. ESCOLA DE VELA

RESTAURACIÓ PER A TOTS ELS GUSTOS I OCASIONS

VELA

PÀDEL
SURF

QUETX
CIUTAT BADALONA

REM

MOTOS
D'AIGUA

FLYBOARD

CAIAC

DRAGON
BOATS

 Port de
Badalona

 marina
badalona

Port de Badalona
Edifici de Capitania, 08912 Badalona.
T +34 933 207 500
port@marinabadalona.cat
events@marinabadalona.cat
www.marinabadalona.cat

VIU LES FESTES DE MAIG!



Festes de Maig

Badalona 2019

La porra del 26M a Badalona

Com cada quatre anys, des del TOT Badalona, hem demanat a periodistes badalonins o bé que treballen el dia a dia de la informació municipal una porra de cara a les eleccions d'aquest diumenge 26 d'abril a l'Ajuntament de Badalona.

							
	Javi Torres, periodista de la Vanguardia edició digital	10	7	6	1	2	1
	Jordi Pujolar, periodista de l'Agència Catalana de Notícies	11	8	5	2	1	0
	Jordi Ribalagüe, periodista del diari El Mundo	9	7	6	2	2	1
	Sara Muñoz, periodista del setmanari La República	8-9	7-8	6-7	2	2	1
	Montse López, periodista de Televisió de Badalona	10	7	6	2	1	1
	Jordi Gonzalo, periodista	10	9	5	2	1	0
	Carles Tornero, periodista de Ràdio Ciutat de Badalona	11	6	6	2	1	1

Seguiment de la jornada electoral a les xarxes del TOT

Aquest diumenge, 26 de maig, el TOT farà un seguiment durant tot el dia de la jornada electoral a Badalona a través de les seves xarxes socials, Twitter i Facebook. Des de primera hora del matí, la versió digital del TOT infor-

marà de qualsevol incidència i també dels índexs de participació de la ciutat. Un cop tanquin els col·legis electorals també informarà dels resultats. El fet de coincidir les eleccions municipals i també europees farà retar-

dar els resultats dels comicis locals, perquè primer anirem coneixent les dades de les eleccions d'Europa. També la versió digital de la revista, www.eltotbadalona.cat, trobareu totes les novetats de la jornada electoral.



Els montgatincs podran triar entre 8 candidatures

Un total de 8 partits polítics optaran a ocupar les cadires del consistori de Montgat. Rosa Funtané, ERC, optarà a revalidar l'alcaldia, en un Ajuntament que es preveu molt fragmentat. La resta de candidats i partits son Raül Abad per Som Montgat, Jordi Abad per Montgat Guanya-

Mès Iniciativa-Compromís, Andrés Absil pel PSC, Luis Antonio Fariña per C's, Ismael Santiago Gonzalez pel PP, Francesc García per Junts per Montgat i Daniel Fuentes per Montgat en Comú. En total estan cridats a votar uns 8.865 veïns i veïnes de Montgat.



Els tianencs també triaran entre 8 candidatures

A Tiana, igual que a Montgat, un total de 8 candidatures s'han presentat per tirar endavant el proper mandat a l'Ajuntament. L'actual alcaldessa, Esther Pujol, no repetirà al seu càrrec. El PSC presenta Albert Sales com a cap de llista. La resta de formacions i candidats son Mateu Hernández de Junts per

Catalunya Tiana, Isaac Salvatierra de Junts per Tiana, Marta Martorell d'ERC Tiana, Salva Bosch, de la CUP Tiana, Diego Parra del PP; Mari Carmen Esteve de Podem Tiana i Sonia Capilla, de Ciudadans. A Tiana podran votar un total de 6.728 podran exercir el seu dret a vot al poble de Tiana.



Samarretes
a partir de
0,89€

Bosses
a partir de
0,47€

Samarretes · Polars · Bosses · Gorres · Roba esportiva

VENDA A L'ENGRÓS

Roba laboral · Camises · Dessuadores · Armilles · Polos

www.
camisetas.info

c/ Garbí, 31
08310 Argentona
Pol. Ind. del Cros

936 190 262

a 10 minuts de Badalona!

La Setmana

Llencen ous durant el Concert de Marta Sánchez i l'Ajuntament suspèn l'acte

Ciutat | Carles Carvajal

El passat divendres, Badalona celebrava el Dia Internacional contra la LGTBIQFòbia amb una nova proposta, el Popstar by Brian Crooss LGBTI Edition a la plaça del Centenari. Tot i la fina pluja, els concerts van començar amb normalitat acompanyats de la música del dj Brian Cross. Després de pujar a l'escenari Ruth Lorenzo i Famous, cap a les 23h va ser el torn de Marta Sánchez. Just un cop va acabar la primera cançó, una pluja d'ous van arribar llençats des del públic a la cantant. Sánchez, i la resta de dj's, van optar per marxar de l'escenari. Després d'uns minuts, i a través d'una veu en off, l'Ajuntament i l'organització van decidir suspendre el concert de Marta Sánchez. Ràpidament, i a través de les xarxes socials, les reaccions no s'han fet esperar. Al moment de tancar aquesta edició ningú havia reivindicat el llançament dels ous i la Guàrdia Urbana no havia identificat a cap autor.

Els ous contra Sánchez esquitxen també la campanya

L'incident va provocar la reacció de gairebé tots els polítics de les diferents formacions amb representació municipal a l'Ajuntament de Badalona. El candidat del PP, Xavier Garcia Albiol va acusar les "joventuts" de la CUP de "rebenotar" el concert de Marta Sánchez. Albiol va acusar "d'intolerants" els autors del llançament d'ous. Per la seva part, la candidata de la Badalona Valenta, candidatura de Guanyem i ERC, va piular



Moment després de la suspensió del concert de Marta Sánchez

a les xarxes que "és molt trist i lamentable que la intolerància faci acte de presència i precisament en un acte que és per promoure la sensibilització contra la LGTBifòbia". Sabater va lamentar aquests fets i va donar tot el seu suport. El candidat del PSC, i actual alcalde de Badalona, Àlex Pastor, present durant els fets, va declarar que "Badalona és una ciutat plural i tolerant i condemnem clarament aquests fets i aquesta manca absoluta de respecte a la diversitat. No ens representen com a ciutat i no ens cansarem de repetir-ho: el futur és igualtat, és respecte i és convivència". Des de Badalona En Comú Podem, a través de la seva candidata Aida Llauredó també va condemnar els fets. Per la seva part, el candidat de C's, Juan Miguel López creu que l'atac amb ous a Marta Sánchez respon al fet que la cantant va posar lletra a l'himne d'Espanya. López va acusar als independentistes d'estar al

darrera d'aquests fets. Els ous contra Sánchez han omplert, durant aquesta setmana, molts minuts de televisió i ràdio i espais als diaris de tot el país.

Fa 30 anys un altre llançament d'ous va protagonitzar també les Festes de Maig

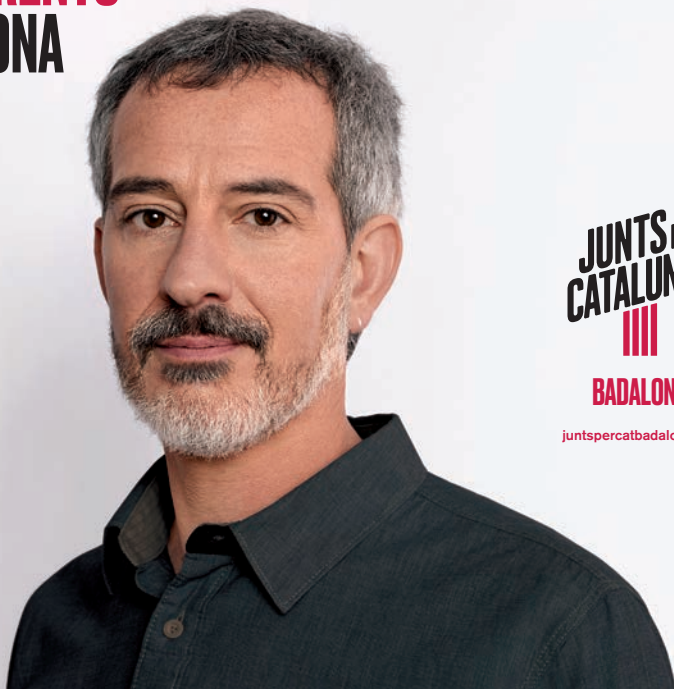
L'incident del passat divendres recorda, salvant les distàncies, els fets que van passar durant les Festes de Maig de l'any 1989, ara fa just 30 anys. L'alcalde d'aquella època, Joan Blanch, va decidir que l'actriu Bibiana Fernández, més coneguda com a Bibi Andersen, pronunciés el pregó de les Festes de Maig. Tot just començar a parlar, Andersen va rebre una pluja d'ous per part d'un grup de ciutadans que estaven en contra que l'actriu fes el pregó de Festes de Maig. De fet, durant molts anys, la resta d'ous eren visibles a la façana de la Casa de la Vila, fins que l'Ajuntament va pintar-la de nou.

**VOTEM PUIGDEMONT
A EUROPA**



**JUNTS PER
CATALUNYA**
III

**VOTEM TORRENTS
A BADALONA**

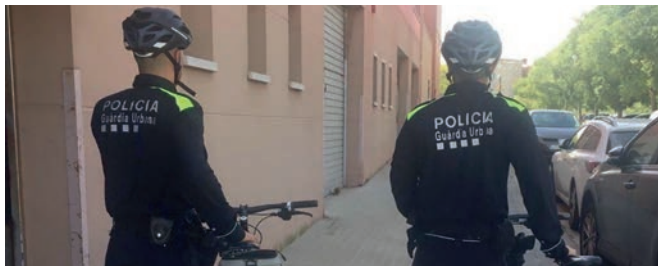


**JUNTS PER
CATALUNYA**
III

BADALONA

juntspercatbadalona.cat

Detingut un home per masturbar-se davant de menors a la Platja dels Pescadors



Els fets van passar, aquest dilluns, al barri del Centre

Successos | Carles Carvajal

Agents de la Unitat Ciclista d'aquesta Guàrdia Urbana van detenir aquest dilluns a la tarda un home, de 50 anys quan, segons els testimonis, va començar a masturbar-se davant un grup de menors que es trobaven a la Platja

dels Pescadors. Els agents van ser requerits per diverses persones que van donar la descripció de l'individu quan fugia davant la presència dels agents. Finalment va poder ser interceptat al carrer Ribes i Perdigó, al barri del Centre, segons va informar la Guàrdia Urbana.

Treballs de manteniment al Pont del Petroli i al passeig Marítim

Via Pública | Carles Carvajal

L'Ajuntament de Badalona està efectuant aquests dies diverses tasques de manteniment en el passeig Marítim. Els treballs que s'estan duent a terme consisteixen en la reparació de tots els elements de fusta que estiguin trencats. També es neteja tota la superfície amb aigua dolça i posteriorment s'hi aplica una capa d'oli especial que protegeix la superfície. Aquesta darrera actuació es fa sobretot per evitar el desgast que provoca el pas de les persones amb sorra als peus. De fet, la



Imatge dels treballs de manteniment al Passeig Marítim

darrera actuació d'aquest tipus s'havia realitzat durant el mes de maig del 2014, i les fustes presentaven un estat realment deplorable. El mateix procés també s'ha aplicat a les fustes del Pont del Petroli.

Ferit greu un home en un tiroteig al barri de Sant Roc

Un home va resultar ferit greu divendres en un tiroteig al barri de Sant Roc. Els fets van tenir lloc a l'avinguda Maresme. Els Mossos d'Esquadra van rebre l'avís per part de diversos testimonis que hi havia un home ferit a terra per arma de foc. El SEM va evacuar el ferit a un centre hospitalari en estat greu.

Ajornen el judici contra els sis regidors pel cas del 120

El judici contra els sis regidors de l'Ajuntament de Badalona de Guanyem Badalona i ERC que el 12 d'octubre de 2016 van decidir anar a treballar, s'ha ajornat i tindrà lloc els propers 4 i 5 de setembre. La cita s'havia de celebrar el dies 23 i 27 de maig, en plena campanya municipal, al jutjat penal 25 de la ciutat de Barcelona.

Veïns de Bufalà netejaran una plaça del barri

L'Associació de veïns de Bufalà ha convocat per aquest diumenge, coincidint amb les eleccions, unes jornades de treball veïnal, on han convidat als veïns a les 11h a la plaça Aragó (Doctor Robert cantonada amb carrer Alcalde de Móstoles) a una acció reivindicativa on entre tots els assistents netejaran el parc i la mateixa plaça.

Partit benèfic a favor de la Daniela de Pomar

Solidaritat | Redacció

Aquest pròxim diumenge, 26 de maig, s'ha organitzat un partit benèfic per a poder obrir una línia de recerca a la Vall d'Hebron per la malaltia "estranya" de la Daniela, una veïna de 4 anys del barri de Pomar. Amb el lema #lasonrisadedaniela, s'ha obert una pàgina a la xarxa social de Facebook amb la informació d'aquest acte i també de la Daniela. El partit d'aquest diumenge s'ha organitzat amb els veterans del primer equip del Futbol Club Barcelona i amb els veterans del Badalona. Durant el partit hi haurà el sorteig de samarretes dels jugadors Jordi Alba o Ricky Rubio, entre d'altres. El partit



El partit tindrà lloc al Camp Municipal del barri de Pomar

serà aquest diumenge 26 de maig, a les 12h, al camp del Pomar.

La Salut Alta reivindica els espais per a la infància

La plaça Antonio Machado es va quedar petita, el passat dissabte, en la 'Diverfesta', el certamen que celebra anualment la Fundació Salut Alta per fomentar la cohesió social al barri. La celebració, va servir per reivindicar la poca oferta d'espais per a la infància a la zona.

Torna el programa "Estudiem de nit" a les biblioteques

Fins el 13 de juny, el programa "Estudiem de nit" permet l'obertura de dues biblioteques de Badalona, Can Casacuberta i Llefià, fins a les 12.30 hores de la nit.

@BdnEnComuPodem

badalonaencomu.cat

AIXÒ VA DE FUTUR

Badalona EN COMÚ PODEM

Si quieres que sigamos mirando al futuro
y votaste socialista el pasado 28 de abril,
¿por qué no hacerlo ahora?

ÁLEX PASTOR PEDRO SÁNCHEZ

LA BADALONA QUE QUIERES

Este 26 de mayo,
Vota por la Badalona que quieres

VOTA PSC / ❤️



L'Estudiantes, últim escull de la lliga regular

Bàsquet | Jordi Creixell

La Lliga ACB tancarà aquest cap de setmana la seva fase regular. Diumenge, en horari unificat (12.30h), es disputarà la darrera jornada on el Divina Joventut s'enfrontarà al Movistar Estudiantes a l'Olimpí. Els madrilenys arriben a la cita sense jugar-se res, després d'assolir la salvació matemàtica, i aquest és un factor que afavoreix els interessos de la Penya, que s'està jugant l'accés als "playoffs". Els badalonins van tenir el primer "match ball" per segellar la classificació el dimecres a la pista del Baskonia (a l'hora de tancar aquesta edició el partit encara no havia acabat), però en cas de no haver pogut vèncer estaran obligats a fer-ho contra l'Estudiantes. És cert que fins i tot perdent aquests



Nico Laprovittola contra l'Estudiantes / Foto: Patricia Rojas

dos partits els badalonins podrien assolir el bitllet per als "playoffs", però els de Carles Duran intentaràn fer la feina per no haver de dependre dels seus rivals. El Tecnycconta i el BAXI Manresa protagonitzaran en la darrera jornada un duel decisiu, mentre que l'Iberostar jugarà a la pista del Fuenlabrada i el Morabanc Andorra ho farà a

Màlaga contra l'Unicaja. D'altra banda, dissabte es va tancar la votació popular per escollir l'MVP del curs i Nico Laprovittola va ser el més votat pels aficionats. El base verd-i-negre es va enfilar fins als 11.389 vots, per davant del jugador del Breogán Volodimir Gerun (9.339). La votació popular representa el 25% del total.

Triomf europeu dels Dracs abans d'afrontar la final de lliga



Nova gesta dels Dracs en competició europea. Els badalonins, després de caure amb els Viena Vikings (8-38), ja no tenien opcions de passar ronda en el Campionat d'Europa de Clubs, però tot i així es van voler acomiadar de la competició amb un bon regust, tombant els danesos Triangle Razorbacks per 38-54. Aquest dissabte els Dracs jugaran la final de la lliga a Múrcia contra els Black Demons (20 h). / Foto: @BDN_Dracs.

El Badalonès i l'Ademar s'avancen en els quarts de final de la Copa Catalunya

El Badalonès-Fruits Secs Corbera va imposar-se a la pista del Bisbal Bàsquet (81-82) en l'anada dels quarts de final de la Copa Catalunya. Els de Xavi Riera van arribar a tenir 14 punts de renda però finalment només van poder obtenir un triomf mínim que hauran de defensar en la tornada a Badalona. Pel seu cantó, l'Ademar anirà a Lliçà d'Amunt amb dos punts de renda després de guanyar el primer assalt (66-64). Oriol Franch, amb 19 punts, va ser un dels líders del triomf badaloní.

La millor manera de tancar el curs



Els jugadors, saludant als aficionats al final de partit. / Foto: Eloy Molina

Futbol | J. C.

No hi havia res en joc però el CF Badalona va arrodonir el seu bon final de temporada amb una victòria a l'Estadi davant del tercer classificat, el Vila-real B (3-2). Albert Estellés, Robert Simón i Néstor Albiach van marcar els gols del conjunt escapulat, que tanca la lliga en una meritòria setena posició amb 56 punts. Natalio, màxim golejador escapulat del curs amb 6 dianes, va rebre el primer

Trofeu Joan Saisó. Un cop acabada la temporada arriba el moment dels despatxos i una de les primeres decisions a prendre serà si Juanjo García segueix o no a la banqueta. El tècnic, després del partit amb els castellanencs, va expressar la seva voluntat de continuar. "Trigaria un minut i mig a signar la renovació", va dir García, que va agafar l'equip arran de la destitució de Ramon Maria Calderé aconseguint capgirar la mala dinàmica de resultats.

Mireia Belmonte obté quatre ors i una plata al Meeting de Pardubice

La nedadora Mireia Belmonte va viatjar a la República Txeca per participar al Meeting de Pardubice. Belmonte es va penjar la medalla d'or en els 1500, els 800 i els 400 lliures i va repetir triomf en els 400 estils, mentre que va acabar segona en els 200 papallona. No va fer grans marques però va sumar més rotatge de cara a preparar el Mundial d'aquest estiu.

Badalona acull la Trobada Final d'Escoles de Bàsquet i Escobol de Barcelona

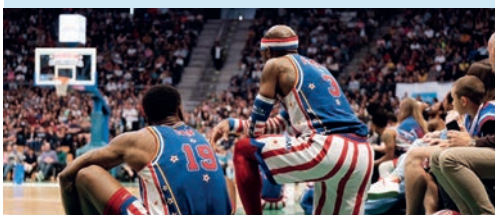
El Màgic Badalona i el pavelló Olímpic seran l'escenari aquest dissabte de la tradicional Trobada Final d'Escoles de Bàsquet i Escobol de la província de Barcelona que organitza la Federació Catalana de Basquetbol (FCBQ). A part de jugar, els nens i nenes participants podran gaudir de diferents activitats lúdiques.

El millor rugby a 5, a Badalona



Les pistes Paco Àguila van ser l'escenari del Mundial de Rugby Five Touch, modalitat de rugby a 5, que va comptar amb la participació de 10 equips de diferents països. L'equip francès "La Cantina della Pasta" va ser el guanyador, mentre que el Rugby Club Badalona va aconseguir la setena plaça. / Foto: Paul & Ludo

Els Harlem Globetrotters omplen l'Olímpic



Els Harlem Globetrotters tornen a estar de gira i diumenge passat van fer parada a Badalona. L'Olímpic es va omplir de gom a gom per gaudir una vegada més de l'espectacle inimitable d'aquest mític equip nord-americà, que ja té més de 90 anys d'història. Els Globetrotters van néixer el 1926 a la ciutat de Chicago. / Foto: Laia Martínez

La imatge

15 anys de l'arribada del Trambesòs a la ciutat de Badalona

Ara fa 15 anys, el maig de l'any 2004, la línia de tramvia que cobrirà la part nord de la ciutat de Barcelona, el Trambesòs, es va posar en marxa. Coincidint amb la inauguració del Fòrum i amb l'objectiu de cobrir una demanda de 4 milions de passatgers a l'any, la línia arribava a Badalona. El tramvia arribava a la ciutat, un cop s'acabaven les obres de Marquès de Montroig aturades des de feia gairebé 1 any. El Trambesòs té actualment dues parades a la ciutat, una situada al barri de Sant Roc i



l'altra, final de parada, al Gorg i comunica Badalona amb Sant

Adrià de Besòs i la capital catalana.

#totbadalona a Instagram



Carles @carles_fotos

Etiqueta les teves fotos de Badalona, Montgat i Tiana amb l'etiqueta #totbadalona. Cada setmana triarem una imatge a la nostra secció d'Instagram.

Aquesta setmana @xirriquiteu-la participa al @springfestival i ho fa amb tres espectacles: Papius, Girafes i Laika. A triomfar!
[@FMobba](#)

Otra pelea más en Pau Piferrer por parte de los que siempre se pegan. Botellas de cristal de por medio y hasta un robo a una persona que pasaba por allí aprovechando el despiste
[@16danielo](#)

Me parece totalmente inaceptable lo sucedido en #Badalona mientras @Martisima_SoyYo realizaba el concierto... Qué triste que haya tan poco respeto entre las personas
[@Patt0323](#)





JENN DÍAZ **DOLORS SABATER**
LLUÍS LLACH **ORIO L LLADÓ**
MARTA SIBINA
JOAN IGNASI ELENA **NORA SAN SEBASTIÁN**
JOAN TARDÀ **DAVID GUERRERO**
DAVID COMPANYYON **EDUARDO ALESSANDRIA**
CARME MARTÍNEZ

ACTE FINAL
DE CAMPANYA

DIVENDRES
24 MAIG

19H PLAÇA ALCALDE XIFRÉ

LA BADALONA
VALENTA

 **Guanyem**
BadalonaEnComú

 **ESQUERRA**
REPUBLICANA
Badalona
◉ AVANCEM MOVIMENT D'ESQUERRES

El personatge

Una alumna del col·legi Badalonès és embaixadora d'Erasmus per Catalunya



La Laia Ramírez Peña té 17 anys i és alumne de CFGM de Gestió Administrativa del Col·legi Badalonès. Ramírez ha estat seleccionada com a embaixadora Erasmus en representació de tot Catalunya dins del programa EuroaApprentices 2019, que va tenir lloc a Malta els passats dies 8,9 i 10 de maig. L'alumne del Badalonès va

realitzar pràctiques de FP Dual a la Fundació badalonina Open Arms en la que actualment treballa amb contracte laboral a temps parcial al Departament de Comptabilitat. L'objectiu general de xarxa EuroApprentices és que els antics estudiants que han cursat un Erasmus mostrin a la resta de joves la seva experiència.

Ho hem vist al Facebook del TOT



Maribel Mabel

A los otros cantantes se les trato genial, les hicieron repetir canciones y súper entregados el público.. Marta era la ultima

Xavi Agustí

Y me imagino que habrá sido por ponerle letra al himno de España no?

Joan Izquierdo Cap acte de les festes populars d'una ciutat ha d'estar malmesa amb aquests tipus d'actuacions

Enquesta

via Twitter @totbadalona

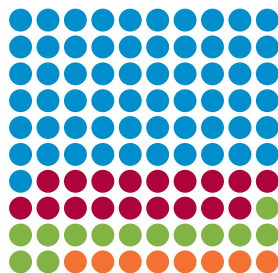
234 vots

Tens pensat anar a votar el pròxim diumenge 26 de maig a les eleccions municipals i europees?

Sí, aniré a votar **91%**

M'ho estic pensant encara **5%**

No, no aniré a votar **4%**



Pròxima pregunta:

Pròxima pregunta: Com valores la programació que s'ha fet enguany de les Festes de Maig?

Molt positiva

Negativa

Com sempre

Els nostres seguidors han opinat!

Fa més d'un mes que hi és. A l'avinguda Caritg, a prop d'un parc infantil hi ha amiant, provoca càncer
[@Sergialcalde](#)

Natalio gana el primer trofeu Joan Saisó como máximo goleador del CF Badalona, gracia a todos
[@saiso1](#)

Huevos a Marta Sánchez. No es orgullo que por estas noticias salga Badalona
[@isalunamina](#)

VOTA Cs



Juan Miguel López

Candidato a la alcaldía de Badalona

¡Vamos!

On és?

Descobrim un racó quotidià de Badalona



Cada setmana, el TOT Badalona et proposa un petit joc. En aquesta secció trobaràs una imatge actual d'un racó quotidià de la ciutat, de qualsevol barri. Cada setmana hauràs

de descobrir on és i durant el següent número de la revista trobaràs la resposta del racó que us proposem i també una imatge nova. Volem que descobreu racons de

Badalona que potser mai has parat atenció. Per això et proposem, on és?

Setmana anterior:
Carrer Sant Felip i d'en Rosés

Entitats



Diablers kapaoltis de Llefia

El 1987 neix Grup de Diables Kapaoltis de Llefia amb la voluntat de donar a conèixer la cultura del foc dins i fora del barri.

Fet a Badalona

Happy Pills



Empresa de llaminadures que té part de la seva seu a Badalona, en una nau ubicada al polígon de les Guixeres.



HAPPY BADALONA

FESTES DE MAIG

31 MAIG, 1, 2 JUNY

PLAÇA POMPEU FABRA

PROGRAMACIÓ

DIVENDRES 31

19:00 - 22:00 // **DJ Chimi Hendrixx** (Deep-house)

22:30 - 00:30 // **Concert Karaoke amb "De Mortimers"**

DISSABTE 1

13:30 - 14:30 // **"Tubs del món" amb Xavi Lozano** (Espectacle familiar)

18:30 - 19:30 // **Concurs de picants amb Miquel Sala** (Inscripcions obertes durant l'esdeveniment)

20:00 - 21:30 // **Concert amb "Simbiosi"** (Reggae-Fussió)

22:30 - 00:30 // **Concert amb "HFT Band"** (Versions)

DIUMENGE 2

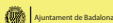
13:30 - 14:30 // **"Ouh Yeah!" amb Dr. Fever** (Espectacle Familiar)

18:30 - 20:00 // **Concert amb "Jordi Belza"** (Versions en acústic)

20:30 - 22:00 // **Esteve Genís amb EGT Band i Game of Tones BCN** (Jazz)

FOODTRUCKS

Good Mood (Entrepans i tapes) · **Región Pampa** (Argentina) · **Mon joli** (Crepes) ·
UnaPizza (Pizzas) · **La Piccola di Sandro** (Italiana) · **Beercat Bcn**
(Flexitariana/Vegana) · **Dreams** (Hot Dogs, Sandwich) · **Gala Urban Food** (Burgers) ·
Noodles BCN (Asiàtica) · **Mandonga** (Entrepans) · **Pebre Negre** (Entrepans
gourmet i tapes) · **La Pulponeta** (Pop)



Hi col·laboren



Agenda

Badalona

Divendres 24 de maig



Festes de Bufalà, torneig de domino, a les 11h, a la residència Can Serentill



Tribut a Joaquín Sabina, amb El Bulevar del Pirata Rojo, a les 23:30h, al Sarau 08911

Dissabte 25 de maig

Carrera i caminada La Sonrisa de Daniela, a les 9h, al carrer Masnou. Organitza: AV Pomar



Festes de Bufalà, torneig 3x3 de bàsquet, durant el dia, al poliesportiu del carrer de Campoamor

Festes de Bufalà, Free Style a les 10:30h i de Dance Party

a les 11:30h, al Gimnàs 7 de Fitness

Sortida cultural del Museu de Badalona a les cases singulars de Barcelona, durant el matí. Inscripcions al Museu

Curs Intensiú d'Improvisació Teatral amb Mario Katxibatxe, durant tot el dia, al Círcol



Festes de Bufalà, xocolatada infantil, a les 17:30h, a la plaça Antonia Boada



Festa a Baix a Mar, a les 20h, a la platja dels Pescadors

Concurs Sàpies Chascar, a les 21h, al pavelló de la Plana

Festes de Bufalà, cinema a la fresca, a les 21h, a Can Barriga



Cantada d'havaneres amb el

grup Barca Mitjana, a les 22h, a la plaça Constitució



Concert amb Hotel Cochambre, a les 24h, al Sarau 08911

Diumenge 26 de maig



Festa del Dibuix, de 10h a 14h, al parc de Can Solei i Ca l'Arnús

Dimarts 28 de maig



Festes de Bufalà, contacontes, "L'Anastasi i el Dimoni", a les 17:30h, a l'AV Bufalà

Dimecres 29 de maig

19a Trobada de Nens i Nenes Dansaires de les Escoles de Badalona, de 10h a 12h, al Palau Municipal d'Esports

Visita guiada a l'exposició "Intermitències. Judit Gil /



Corina Oproae", a les 19h, a l'Espai Betúlia

Dijous 30 de maig

Narració d'un conte de seguretat i educació viària, a les 19h, a la Biblioteca de Lloreda

Divendres 31 de maig



Happy Food Trucks, dies 31, 1 i 2 de juny, durant tot el dia, a la plaça Pompeu Fabra

Montgat



Festival Curtcirkít 2019 de Montgat



"Adoro" de la cia Alta Gama a les 11.15 h a l'escola Salvador Espriu

"Adoro" de la cia Alta Gama a les 15.30 h a l'escola Marina

Divendres 31 de maig

Le (doux) Supplice de la Planche de la cia. Le Doux Supplice a les 10.15 h al Poliesportiu municipal (pels



alumnes de l'institut Thallassa)



Taller de circ per a petits i grans 17 a 19 h a la plaça de la Mare al Mercat de Montgat

Som líders, gràcies a tu!

EL TOT és el mitjà escrit més llegit a Badalona i també el que més seguiment guanya. Més lectors i més seguidors a les xarxes socials, on som el mitjà líder de Badalona



**Dades Baròmetre municipal maig 2018*

Nova edició de la Festa del Dibuix als parcs de Ca l'Arnús i Can Solei



Imatge d'arxiu de la Festa del Dibuix

Festes de Maig | Redacció

L'any 2014, i gràcies a una proposta de l'Obrador de la Riera, va néixer la Festa del Dibuix al parc de Ca l'Arnús i Can Solei. Amb la sisena edició, del tot consolidada, la festa arriba aquest diumenge, 26 de maig, al mateix

espai. Abans o després de votar, podreu passar per aquest espai verd del Centre de Badalona i gaudir de l'art del dibuix. Aquest any de nou hi haurà integrada a la festa la proposta del Bioblitz Metropolità, on s'unirà una observació científica i art, incloent-hi el coneixement de la biodiversitat del parc

a través de la programació regular de la Jugatecam-biental. Com en les darreres edicions, hi haurà propostes vinculades al fet de dibuixar, crear i compartir. Tot plegat a càrrec de l'Associació Festa del Dibuix i el suport de l'Àrea Metropolitana. La festa començarà a les 10h i s'allargarà fins a les 14h.

StCristCan Cabanyes
Plaça del Quinze
de Juny

Carrer a carrer

Commemora les primeres eleccions generals democràtiques celebrades després del franquisme, el 15 de juny de 1977.

Tots els carrers de Badalona. Museu de Badalona, 2003. Margarida Abras, Montserrat Carreras i M. Dolors Nieto



Concurs solidari per millorar la sala de jocs de la planta de Pediatria de Can Ruti



El Concurs tindrà lloc aquest dissabte a la Plana

Concursos | Redacció

Aquest dissabte, 25 de maig, tindrà lloc al pavelló de La Plana una festa i concurs solidari destinat a recaptar fons per millorar la sala de jocs de la planta de pediatria de l'Hospital Germans Trias. Es tracta d'un Sapiens, un concurs per equips a l'estil del tradicional Trivial que serveix d'excusa per mostrar el cantó més solidari de tots nosaltres. Les portes del pavelló obriran a les 19h, hora en que començaran els primers concerts. El sistema de competició és per equips i la inscripció per jugador

és de 10€. Podeu fer les inscripcions en aquest enllaç. També hi ha la possibilitat de sopar en el mateix recinte. El Sapiens és una experiència sensorial, un concurs audiovisual tipus Trivial per equips de, com a màxim, 8 persones. Una estona per riure amb amics, sopar, xerrar, discutir, compartir coneixements i passar-ho bé. Un concurs solidari que pretén, de manera distesa, promoure el pensament racional i humanista. Un espectacle on la música i la imatge condueixen les diferents temàtiques d'un esdeveniment que no deixa a ningú indiferent.

El Museu restaura un sostre modernista de La Sopera

Patrimoni | Redacció

Quan el 1989 l'establiment de venda i fàbrica de pastes de sopa, La Sopera, situat al carrer de Francesc Layret, 69, va tancar, el Museu de Badalona –gràcies a la voluntat de les germanes Eulàlia i Esperança Busquets– va endur-se'n la maquinària que havia servit per elaborar la pasta i la fusteria de la botiga, on hi havia els taulells de venda. Igualment es van

traslladar unes quantes plaques del sostre de guix pintat que tenien una mostra que simulava un camp de blat amb roselles, fet l'any 1912 quan es van dur a terme importants obres de reforma i construcció a la finca, projectades pel mestre d'obres Josep Codina Clapés. Aquest material, conservat als dipòsits del Museu, s'ha restaurat per poder-lo incorporar a l'exposició El Modernisme i les flors, que s'inaugurarà el 27 de juny.

Curs Intensiu d'Improvisació Teatral al Círcol

Aquest cap de setmana tornen els Impro-shows al Círcol amb un Curs Intensiu d'Improvisació Teatral obert a tothom. A càrrec de Mario Katxibatxe, de la companyia Doctores de la Impro, oferirà una classe magistral d'improvisació amb un Match Teatral. El curs, de 12 hores de durada, tindrà sessió de matí i tarda tant dissabte com diumenge.

Presentació del llibre "Canciones de cuna para demonios"

El proper divendres, 31 de maig, l'Espai Betúlia acollirà la presentació del llibre Canciones de cuna para demonios, de José Manuel Vara, a les 19h. José Manuel Vara (1965) treballa en l'àmbit de la salut mental. A més de col·laborar en revistes o fanzines contraculturals (Vinalia Trippers, Triade Magazine, etc.) i participar en diverses antologies literàries

19a Trobada de nens i nenes dansaires

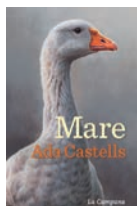
Els propers dimecres, 29, dijous 30 i divendres 31 el Palau Municipal d'Esports acollirà la 19a Trobada de nens i nenes dansaires de les escoles de Badalona. L'acte va a càrrec del Grup de Treball de Mestres de música de Badalona i tindrà lloc durant dues hores, des de les 10h i fins a les 12h del migdia al mateix Palau Municipal d'Esports.

Editorial

Mare

Ada Castells

La Campana



Mentre la Sara espera que li passin a recollir els últims mobles de la mare, li cau a les mans una llibreta daurada amb un títol que la desconcerta: Confeccions Vidal. Són les memòries que ha escrit l'excèntrica de la seva mare els dos últims anys de vida.

Germà Gran

Güven, Mahir

Bromera



El germà gran és conductor de VTC. Tancat onze hores al dia a la seva "cabina", connectat permanentment a la ràdio, reflexiona sobre la seva vida i sobre el món que s'estén a l'altre costat del parabrisa. El germà petit ha viatjat a Síria mogut per l'idealisme.

Facilitat per Saltamartí Llibres



Canonge Baranera, 78
08911, Badalona
93.384.00.71
www.saltamarti.com

Estrenes de Cinema



Consulta
tota la
cartellera
dels Cinemes
Màgic Badalona:



Casi imposible



Direcció: Jonathan Levine
Intèrprets: Charlize Theron, Seth Rogen, June Diane Raphael, O'Shea Jackson Jr., Ravi Patel

Charlotte Field és una de les dones més influents del món. Intel·ligent, sofisticada i molt preparada, és una poderosa diplomàtica amb talent per a gairebé tot. Fred Flarsky és un periodista dotat i desenfadat, amb facilitat per ficar-se en embolics.

Crítica: ★★☆☆☆ **Públic:** ★★★★★

Hellboy



Direcció: Neil Marshall
Intèrprets: David Harbour, Milla Jovovich, Ian McShane, Sasha Lane, Penelope Mitchell

La societat secreta Club Osiris recorre al Hellboy per acabar amb uns gegants que sembren el pànic a Anglaterra. Mentrestant, un mal encara pitjor s'està forjant a Londres: la Nimue, la Reina de Sang, ha tornat d'entre els morts amb la intenció d'acabar amb el món.

Crítica: ★☆☆☆☆ **Públic:** ★★☆☆☆

La última locura de Claire Darling



Direcció: Julie Bertucelli
Intèrprets: Catherine Deneuve, Chiara Mastroianni, Alice Taglioni, Laure Calamy, Samir Guesmi

A Verderonne, Claire Darling es desperta el primer dia d'estiu decidida a desfer-se de totes les seves pertinences. Organitza un mercat al jardí de la seva mansió amb totes les seves antiguitats i objectes de valor.

Crítica: ★★☆☆☆ **Públic:** ★★★★★



Dipòsit Legal:
B 11724-2015
Núm. 185

La redacció no es fa necessàriament responsable del contingut dels articles, opinions, i missatges comercials en l'edició. Queda terminantment prohibida la reproducció total o parcial d'aquesta publicació. L'empresa editora no actua com a mitjancera en les transaccions que puguin derivar-se d'aquesta publicació, ni es responsabilitza de la vericitat de les dades facilitades pels anunciants.

Posa't en contacte amb nosaltres: **651 976 517** comercial@totbadalona.com

Anècdota a punt de convertir-se en desgràcia

Gina Manzano

Estic convençuda que malauradament molts de vosaltres haureu comprovat el lliscós paviment de bastants carrers del centre. Jo he patit una caiguda, he recollit persones de terra i he vist relliscar motos, però l'ensurt de divendres passat em va fer veure quant perillós pot ser. Un senyor gran travessà el carrer de Mercè cantonada Sant Pere i tant el conductor del davant com jo mateixa vam frenar. No

era cap maniobra difícil però no vaig evitar donar un cop a l'altre cotxe per culpa de la pluja i el sòl lliscós. Conduïem a una velocitat d'uns 15 km/h; sortíem de l'stop del carrer Canonge Baranera, fins i tot vaig tenir temps a posar el fre de mà. L'altre conductor, va justificar la meua frenada fallida explicant que a ell també l'hi havia passat.

Per sort, no ens vam fer mal, però l'incident va atraure l'atenció de veïns que comentaven la freqüència d'accidents.

Qui no semblava haver-se donat compte de la sort que havia tingut, era el senyor que travessà el carrer i que podia haver pres molt mal.

Em pregunto: algú pensa posar-hi remei?, quants cotxes més han de topar?, quantes motos més per terra?, i el més greu de tot: Haurem de lamentar els atropellaments d'un vianant per culpa d'un sòl lliscant?

Estem parlant d'un tema de seguretat viària que l'Ajuntament hauria de posar-hi remei.

Eduquem en comunitat?

Eduarne Alvarez, mestra

M'agradaria pensar que sí, però després de digerir el vídeo que vaig veure l'altre dia d'uns nens i nenes "perreando" a la carpa de Titus em pregunto si tots remem en la mateixa direcció? Estem en l'era del feminisme, intentem des de les escoles, les famílies... trencar amb tots aquells estereotips sexistes que ens envolten, i amb què hem crescut en major o menor mesura. Llegim contes als nostres fills petits perquè siguin conscients de la lluita que han hagut de fer moltes dones per ser valorades per la seva feina, pels seus èxits. Malauradament, totes i tots sabem

que la música que escolten molts i moltes adolescents va en contra de tots aquests valors que tant ens costa transmetre. A les aules veig a moltes nenes sexualitzades des de ben petites. Assumeixen rols que inculca una societat sexista, exemples hi ha molts: ungles postisses a primària, disfresses sexis... sempre per agradar als nens/homes. La meua pregunta és: un lloc tan emblemàtic per a tots els badalonins, mongatins, masnovins i tianencs ha de seguir aquesta onada? O podria presumir de ser un lloc on aquestes pràctiques denigrants per a les noies no fossin acceptades?

Estic segura que és part d'una coreografia, però és escandalós veure un vídeo on les nenes adopten una postura de submissió. Torno a dir, són nenes i nens. Són joves que tota la societat ens pot ajudar a educar, a educar en valors d'igualtat i respecte. La carpa de Titus té molt a dir i a fer respecte a això. Jo sóc una excarpera, m'he passat la meua adolescència allà, i sempre han presumit de ser un lloc selecte. Quants amics s'han quedat a la porta perquè portaven bambes? Bé, era l'excusa, a les noies mai no ens havien dit res!!

I torno a preguntar-me: no poden ajudar-nos? Hem de normalitzar el perreo?



**COMUNICA'T AMB EL WHATSAPP DEL TOT 651 976 517 DES DEL TOT
US CONVIDEM A ENVIAR-NOS EL QUE CREIEU QUE POT SER NOTÍCIA A
BADALONA.**

651 976 517



Campaments d'estiu: una experiència d'alt valor

faros.hsjdbcn.org

Els campaments d'estiu són d'una utilitat vital per als infants, adolescents i joves en el seu procés vivencial, de creixement i de maduració respectius.

No es tracta tan sols d'un espai d'entreteniment o de mantenir ocupats els nens i

nenes: aprendre a l'aire lliure, lluny de casa i al costat d'altres nois i noies de la seva edat, augmenta la seva capacitat d'aprenentatge. Durant aquest tipus d'estades educatives s'aconsegueixen molts dels objectius pedagògics que es completen amb els de l'escola o institut.

De fet, un campament és una

aliança entre el que és lúdic, la diversió, el joc i el procés educatiu. La implicació dels infants en aquest aprenentatge és molt més gran que la que tenen a classe. Parlar en públic, orientar-se, protegir-se de la pluja o del fred, passar aquests dies sense l'ajuda dels pares, muntar la tenda de campanya, llançar-se per

HORARIS A CONVENIR · CLASSES PERSONALITZADES · INDIVIDUALS O EN PETIT GRUP

IDIOMES PER A TOTES LES EDATS

Anglès, francès, alemany,
català, espanyol
per a estrangers

CURS INTENSIU PREPARACIÓ FIRST CERTIFICATE

CURS SET THE BASIS
Per resoldre definitivament
tots els teus dubtes

GOING ON HOLIDAY

Nocions bàsiques d'anglès
per anar de vacances

CASAL INFANTIL EN ANGLÈS

Canta, cuina i juga en anglès!

PREPARACIÓ SELECTIVITAT

CLASSES DE REFORÇ

Tots els nivells des de primària
fins a la universitat

A
ACCENTS

C. Prim, 73 08911· 609 109 211 / 686 248 024



SUPLEMENT CASALS

L'ASSAIG

ESCOLA DE DANCE I ARTS ESCÈNIQUES
CRISTINA MIRALLES

CLÀSSIC

MODERN JAZZ

CONTEMPORANI

TEATRE

HIP-HOP

CANT

JAZZ

TEATRE MUSICAL

MAQUILLATGE

CASAL D'ESTIU

Més informació a l'escola:

Carrer de la Mercè 58, 08911 Badalona

658 39 43 34 - info@lassaig.cat

WWW.LASSAIG.CAT

GRUPS:

5-7 anys

8-11 anys

12-15 anys



una tirolina, fer servir el sac de dormir o saber de què poden prescindir a la motxilla són processos de formació que tenen a veure amb moltes de les àrees en què es formen durant els seus anys escolars. Al campament, els qui són educats i els educadors s'impliquen per igual. Però, quins són els motius pels quals els nens es comprometen i alhora aprenen d'aquest tipus d'experiències?

Hi ha normes i responsabilitats més grans que les que els nens assumeixen a casa. No hi ha exàmens. Participen en activitats

inusuals per a ells. S'afavoreix el contacte i l'intercanvi entre els nens. Es fomenta la creativitat. Es respecta i es potencia el fet diferencial i l'originalitat. Els monitors, el personal de servei i els mateixos nens participants realitzen una tasca educativa molt important, ja que tots ells transmeten als altres algun tipus de coneixement o habilitat. Un dels elements més significatius que incideix en el gran potencial formatiu de les colònies d'estiu és el monitor, un o una jove (i com a tal, en procés continu de formació) amb una capacitat adquirida per potenciar els

recursos educatius que té a l'abast. Encara que qualsevol edat, a partir dels quatre anys, és bona perquè els nens vagin als campaments, els adolescents són els que en trauran més profit.

Quins són els beneficis dels campaments pels nens?

Diversió: gairebé tothom procura ocupar el seu temps lliure amb activitats que resultin entretingudes, recreatives, però sobretot, divertides. Cercar diversió no significa negar-se a plantejaments seriosos ni eludir responsabilitats.

Acció: les activitats programades en un campament han de motivar o promoure el moviment. Els jocs, les rutes i els tallers aconseguen que la ment i el cos estiguin ocupats i potencien el moviment, l'exercici, l'activitat física i la concentració.

Aprenentatge: els adolescents hi aprenen tècniques i conceptes nous i, a més, busquen constantment, experimenten, innoven i replantegen les seves idees.

Convivència: un campament compta amb activitats que tenen per objectiu potenciar el sentit de grup, però també moments de llibertat que permeten que



School for kids

mimic

The future in your hands

Casal de verano en inglés

Una forma diferente de aprender inglés mientras se divierten.

Disfrutarán con nuestras semanas temáticas durante todo el mes de JULIO

de 9 a 13.30 h - 85 €/1 semana
de 9 a 17.30 h - 105 €/1 semana

Inscripciones abiertas

606 034 710

E-mail: mimicforkids@gmail.com

No os lo podéis perder!



SERVEI MENJADOR

badamúsica

CASAL D'ESTIU

Endinsa't en el món dels **musicals**

Cada setmana un de diferent, on treballarem:

Cant coral / Expressió corporal / Expressió artística
i podreu gaudir de **jocs musicals, jocs d'aigua, karaoke...**

Dilluns a divendres de 9.30h. a 13.30h.

Servei de menjador amb canguratge fins 15.30h. Informa't!

Per a més informació: www.badamusica.com

C. Santa Maria, 56 · 08911 Badalona

T. 93 008 40 04 · M. 646 962 151 · 636 360 453

JULIOL



CASAL DE VERANO

RESERVA TU PLAZA

DEL 25/06 AL 31/07

HORARIO

a) de 09:00 a 13:00

b) de 09:00 a 17:00

con posibilidad de horas de acogida

C/ Guifré, 255 · Tel. 93 397 87 25 · badalona@mugendo.es · www.mugendo.es

els participants s'agrupin a la seva manera i neixin possibilitats d'aprofundir en el coneixement de l'altre.

Respecte: els nois que s'apunten per voluntat pròpia a unes colònies tendeixen a evitar el conflicte i a fer aportacions pròpies al grup segons la seva personalitat, sense alterar els principis dels altres.

Alternatives: assistir a un campament és també una forma de trencar amb la rutina, ja sigui practicant esports diferents als habituals o realitzant activitats fora del normal.

Afirmació personal: aquest és un bon marc perquè els adolescents guanyin seguretat en si mateixos, a més de ser l'àmbit ideal perquè tinguin la possibilitat de fer aportacions espontànies però també enriquidores per a ells mateixos i per a la societat.

LA PLUJA PROTAGONISTA, COM MOLTS ANYS, DE LES FESTES DE MAIG



El mes de maig arriba al seu final i amb ell els darrers actes de les Festes de Maig. La pluja ha fet acte de presència en els tres caps de setmana de festes, des del dia del pregó, que va obligar a traslladar al Principal l'acte, i l'aplaçament d'algunes activitats, com la Nit del Mono o la Projectió dels Forjadors de la festa. La pluja també va fer acte de presència la nit de la Cremada del Dimoni, que va afectar puntualment el Seguici de Ciutat, però no pas la Cremada i també el passat cap de setmana, amb l'aplaçament fins el divendres 31 de maig de la Nit del Mono, la suspensió dels concerts previstos després del Correfoc o el Maig en Dansa. La resta d'actes, com la Cerca-bèstia, els correfocs infantils i de gran o la Fira de l'Arrop van tenir una gran resposat de públic. També s'ha destacar el concert de la Banda Simfònica de Badalona, a la Plana o el Festival que Jotes, que la segona part també va quedar afectat per la pluja. Tot i el mal



temps, habitual durant molts anys, les Festes de Maig han tingut un gran èxit de participació. Per aquest cap de setmana encara queden els darrers actes de festes. Aquest dissabte serà el torn de la Festa a Baix a Mar, a la platja dels Pescadors, i el Concurs Sàpiens Chascar, a la Plana, a partir de les 21h. Diumenge, a part d'anar a votar, podreu passar per la Festa del Dibuix, durant tot el matí, al Parc de Ca l'Arnús i Can Solei.

La tradicional sardinada a Baix a Mar

Un any més, l'Associació de Veïns del Centre organitza aquest dissabte la 41 edició de la Festa a Baix a Mar, una convocatòria amb havaneres, sardinada i cremat que s'ha convertit en la cloenda oficiosa de les Festes de Maig. A l'edició d'enguany de la sardinada, que arrancarà a les 8 del vespre a la platja dels Pescadors, escalfarà l'ambient el punxadiscos Samfaina, hi haurà l'actuació d'un dels grups d'havaneres amb més projecció, Els Cremats, i acabarem amb un cremat de rom mentre cantem amb el grup local Cantaquex.



Caritat, 29 · Badalona · 933 895 003
www.hostalsolimar.com
info@hostalsolimar.com



RECUPEREM UN BADIU PER LA CIUTAT

BONES FESTES DE MAIG!



BADALONA UN INFINIT DE POSIBILITATS



ÀLBUM DEL CAP DE SETMANA CENTRAL DE LES FESTES DE MAIG



Concert Popstar by Brian Cross FTBI Edition



Cercabèstia, On són els Dragolins?



XXI Correfoc infantil



XXXVII Correfoc de les Festes de Maig



XXXIX Fira de l'Arrop al carrer del Temple



XLII Festival de Jotes a la Plana



Una iniciativa mundial promou l'exercici físic abans d'entrar a l'escola

L'activitat física entre els nens de la majoria dels països desenvolupats ha experimentat un fort descens durant dècades. Les directrius nacionals sobre exercicis als Estats Units recomanen que els nens i adolescents dediquin almenys una hora d'exercici cada dia, però amb prou feines el 20% dels joves és tan actiu. Alhora, segons el Centre per al Control i Prevenció de Malalties (CDC, per les seves sigles en anglès), els índexs d'obesitat entre nens i nenes de 2 anys ronden el voltant del 17%. Diferents experts en aquesta qüestió han suggerit diver-

ses intervencions pel que fa a activitats físiques, des de més programes esportius dins les escoles, fins a l'ús de videojocs "actius" que permetin als nens moure's sense renunciar a les pantalles i joysticks. Però moltes d'aquestes iniciatives són costoses, complexes pel que fa a la logística, requereixen temps o no són pràctiques.

La iniciativa d'un grup de mares

El 2009, un grup de mares de Massachusetts va organitzar un programa d'activitats senzill, que es duia a terme a l'escola, abans que els nens entressin

a classe. D'aquesta manera, afegien temps d'activitat física en els seus fills, sense comprometre les hores lectives, ni afectar les extraescolars. També va ajudar a conciliar l'horari laboral i escolar de molts pares i mares treballadors. Les sessions, originals d'una hora, estaven dirigides per pares voluntaris. Els entrenaments van resultar ser tan populars que altres pares van començar a preguntar-se si podrien iniciar un programa similar a les escoles dels seus fills. Avui, el programa ha obtingut un currículum formal, i un nom: Build Our Kids 'Success



C/. Flurvià, 37 - 08911 Badalona
Tel. 933 844 855

www.escolatabalet.cat - tabalet@escolatabalet.cat

(BOKS), així com una subscripció corporativa del fabricant de sabates Reebok. (La similitud de la nomenclatura és intencional.) També s'ha convertit en un dels programes d'exercicis escolars gratuïts, de major difusió a nivell mundial. Segons una portaveu de BOKS, es realitza a més de 3.000 escoles de tot el món.

Però la popularitat no és cap garantia d'eficàcia. Així, els investigadors de la Universitat de Harvard i de l'Hospital General de Massachusetts, alguns dels quals tenen nens inscrits en un programa BOKS, van començar a preguntar-se sobre els impactes mesurables de l'exercici físic.

L'exercici, sotmès a estudi

Diversos centenars d'estudiants des de l'escola bressol fins a vuitè grau, i els seus pares, van participar en un estudi mentre altres nens, que no es van unir al programa d'exercicis, van acordar servir de grup de control. Els investigadors

van mesurar les alçades, els pesos, els índexs de massa corporal (IMC) de tots i, a través d'enquestes psicològiques breus, els nivells de felicitat general, el vigor i altres signes de benestar. Durant dotze setmanes, els estudiants van dur a terme el programa jugant i corrent, practicant exercici abans d'entrar a classe. En algunes escoles, el programa es va oferir tres vegades a la setmana, mentre que en altres es feia dues vegades.

Els estudiants que havien practicat exercici abans d'entrar a escola tres vegades per setmana havien millorat el seu IMC i es detectava un nombre menor d'obesos. També van informar sentir connexions socials més profundes amb els seus amics i una major felicitat i satisfacció amb la vida.

Els estudiants que havien dut a terme el programa dues vegades per setmana també van dir que se sentien més feliços i més enèrgics. Però els investigadors no van trobar

cap reducció de la seva massa corporal. Els estudiants del grup de control tenien els mateixos IMC o superiors i no tenien canvis en el seu sentiment de benestar. El resultat és que un programa d'exercici d'una hora abans de l'escola sembla millorar la salut i la felicitat dels joves, diu Elsie Taveras, professora a Harvard i cap de pediatria general a l'Hospital General de Massachusetts, que va supervisar l'estudi i els fills dels quals han participat en BOKS. (L'experiment va ser finançat parcialment per la Fundació Reebok, així com els instituts nacionals de salut i altres fonts. Cap dels finançadors va tenir el control del disseny o dels resultats, segons el Dr. Taveras.) Però els beneficis són més notables si els nens fan exercici "almenys tres vegades per setmana", diu. A més "En la meua experiència com a pediatre i mare, als nens els agrada moure's", diu Elsie Taveras, i la pràctica física els ajuda a socialitzar-se millor".

INSTITUT POMPEU FABRA

ESO
BATXILLERATS

- CICLES FORMATIUS DE GRAU MITJÀ I SUPERIOR
- CAS (Curs d'Accés a Cicles de Grau Superior)

- HUMANITATS I CIÈNCIES SOCIALS
- CIÈNCIES I TECNOLOGIA

- FABRICACIÓ MECÀNICA
- TRANSPORT I MANTENIMENT DE VEHICLES
- QUÍMICA

**PERÍODE DE PREINSCRIPCIÓ DE CICLES FORMATIUS
DE GRAU SUPERIOR - del 29 de Maig al 5 de Juny -**

C/ Molí de la Torre, 34 - 58 · 08915 Badalona · Tel. 93 383 63 11

Operació ventre pla! Et revelem sis consells per a presumir de melic aquest estiu

bellezaactiva.com

Presumir d'un ventre pla és tot un repte ara que l'estiu sembla que ens trepitja els talons. Des de fa temporades, el món de la moda ens convida a lluir els 'crop top', samarretes i bruses que deixen el nostre melic a l'aire.

Si vols preparar-te per a l'operació bikini, no et perdis aquesta entrada sobre el ventre pla.

Sis consells a tenir molt en compte

Des de Barceló Hoteles & Resorts, ens han donat algunes pistes per a mantenir un ventre pla. Unes pistes que nosaltres hem condensat en sis claus.

1. Res de begudes carbonatades ni edulcorants. El gas d'algunes begudes, encara que no tinguin ni calories ni sucre, provoquen l'acumulació d'aire en la zona del ventre i la seva inflamació. Aquest efecte també l'aconsegueixen els edulcorants,

que, per part seva, són difícils de digerir i causen una mala digestió.

2. Deixem el xiclet i les palletes.



CENTRE DE TERÀPIES
ORIENTALS



Centro de Terapias Orientales

**Acupuntura,
Massatges
i més**

Mercè, 45 - Badalona

Tel. 663 389 839

www.acupunturabadalona.com

OR MUNDIAL
OR MUNDIAL COMPRA-VENDA OR I PLATA

**TASACIÓ
GRATUÏTA
SENSE
COMPROMÍS**

**T'OFERIM EL
MILLOR PREU**

BADALONA

Avgda. Martí i Pujol, 270-272

Metro Pompeu i Fabra - Salida Martí i Pujol



930 10 32 10



Encara que no s'ingereixi, el xiclet aconseguix que el nostre estómac s'infla i, a vegades, causa sensació d'incomoditat. Ocorre alguna cosa semblant amb les palletes: s'incorpora en l'organisme una gran quantitat d'aire que provoca que el nostre ventre s'infla.

3. Més fruita, ull amb les amanides i molta fibra. Si cinc fruites al dia és un consum molt recomanable, per la seva alta dosi de fibra, els batuts no són tan recomanables perquè aquest nutrient es destrueix i el que

sobreviu és la glucosa. Pel que fa a les amanides, cal tenir molt en compte les verdures que inflen el ventre com les monges, la coliflor, el bròcoli o els fesols.

4. Menja més lent. Quan digerim a un ritme tranquil, no acumulem tant aire en l'estómac, a més de sadollar-nos abans i evitar menjar més del necessari.

5. Pren molta aigua. Dos litres d'aigua és una bona dosi per a garantir que el teu sistema digestiu funcioni correctament i s'eviti la retenció de líquids.

6. No perdre el pas: caminar, córrer o pedalar. Com t'hem comentat en més d'una ocasió, per a sentir-nos bé amb nosaltres mateixos i aprimar-nos de forma sana és imprescindible fer una mica d'esport (el recomanable és, almenys, 30 minuts al dia).

Aquesta activitat física es pot practicar de formes ben diferents, realitzant caminades diàries, fent petits passejos en bicis o practicant running en qualsevol lloc de la ciutat, o amb companyia.



¿QUIERES MEJORAR TU SALUD?

La quiropràctica ajuda a restaurar la funció normal de la columna lo que puede disminuir el dolor y mejorar la salud en general.



quiropacticabadalona
 quiro_puravida



El disseny de sofàs i butaques

**SERVEI TÈCNIC MÀQUINES DE COSIR
REPARACIONS A DOMICILI**

ALFA SINGER wertheim PFAFF
REFREY SIGMA BERNINA brother

A. RAMOS



687 701 933

tecnicmaquinacosir@gmail.com

Redacció / amic.cat

La sala d'estar és la part de la casa on passem més hores durant el dia, i per això necessitem seients confortables i funcionals que, a més, aportin un bon disseny i que no desentonin amb la decoració de la resta de la sala. Per això, les típiques butaques d'orelles han deixat pas a butaques que s'elevan



**URGENCIAS
24H**

**93 147 70 00
615 90 32 48**

**DESATASCOS DE TUBERÍAS
DESDE 80€**

**INUNDACIONES Y
VACIADO DE FOSAS SÉPTICAS**



admin@grifells.com

**El teu ordinador és
molt lent?**



**tenim la SOLUCIÓ
93 460 31 10**

www.integer.cat



sobre peanyes de metall o a butaques amb braços encoixinats que aporten funcionalitats tan pràctiques com un endoll i un port per connectar-se a Internet. Darrerament s'havia posat de moda el cuir en sofàs i butaques, però les darreres tendències

proposen una àmplia diversitat de colors, formes i teixits, com per exemple la barreja de dos tons, sobretot de grisos, així com el vellut i les panes llises. MPer a un estil més tradicional hi ha les butaques Lluís XVI i el sofà Chester, que s'ha reinven-

tat en versions ultramodernes. Trobareu també col·leccions amb dissenys moderns, on la chaise longue ha adquirit molt de protagonisme, ja que és útil tant per a famílies nombroses, com per a aquells a qui els agrada poder gaudir de l'espai.

**Gaudeix del sol
a l'ombra**

NOVELTY
TOLDOS DE CALIDAD

**Pressupostos
GRATIS**

**TENDALS
MOTORITZACIONS
AUTOMATISMES**

**TOLDOS
ZABALLOS**

Tel. 93 399 01 00
Baldomer Solà, 63 local Badalona
Tel. 93 392 07 30
Bruc, 58 Sta Coloma de Gramanet
www.toldoszaballos.com

Hipercolesterolemia

Farmàcies

FARMÀCIA AGUILAR

Francesc Lavret. 83 · 93 389 52 08

FARMÀCIA BELENGUER

Concòrdia, 1 local B-41 (C.C.Màgic)
93 224 55 58

FARMÀCIA CAIRÓ

Canonge Baranera. 60 · 93 384 04 53

F. EDUARD CONDÓN

Ptge. Riu Ter. 18-20 · 93 460 28 55

F. FERRÉ-CLAPÉS

Av. Martí Puiol, 133 · 93 384 48 06

FARMÀCIA GAY

Av. Martí Pujol, 6-8 · 93 389 53 03

F. J. SALLA FUSTER

Salvador Sequí. 4 · 93 387 39 16

FARMÀCIA LLOREDA

Av. Catalunya, 60-62 · 93 388 18 41

FARMÀCIA P. RELAT

Antiga de València. 31 · 93 399 92 76

FARMÀCIA PUCHOL

Antiga de València. 31· 93 399 92 76

FARMÀCIA SERENTILL

de Mar. 23 · 93 384 12 33

FARMÀCIA VIVES

Juan Valera. 197 · 93 388 05 04

FARMÀCIA VIAYNA

President Companys, 45

FARMACIA MASNOU

Llefià, 15-17 · 93 387 42 98

FARMÀCIA OLÍMPIC

Av.d'Alfons XIII nº 127

93 387 93 50

La hipercolesterolèmia es produeix quan la quantitat de colesterol en sang és més gran que la que l'organisme necessita.

El colesterol és un element essencial per al bon funcionament de l'organisme. Forma part de les membranes cel·lulars de tots els nostres òrgans com, per exemple, el fetge, els ronyons i el cervell, entre d'altres. També té un paper clau en la formació de les hormones, la vitamina D i les sals bilars.

Els nivells de colesterol en sang provenen en un 70% de la formació al fetge i el 30% restant s'ingereix amb els aliments. Quan

la quantitat de colesterol en sang és superior a la que l'organisme necessita, es diagnostica una hipercolesterolèmia. L'excés de colesterol es diposita a les parets arterials i, al llarg dels anys, dona lloc a l'arteriosclerosi. Aquest fet implica que les artèries es facin més dures, rígides i estretes. Els dipòsits fins i tot poden arribar a impedir el pas de la sang per l'artèria.

Tipus de colesterol

El colesterol és una substància insoluble en aigua que circula per la sang com a part de les lipoproteïnes, que són les encarregades de transportar-lo.

T'ajudem a casa?



Edades
Badalona.com

933 949 690

933 949 690
www.edadesbadalona.com

Ajuda a Domicili
Per a Gent Gran i
menors
Internes 24h
Acompanyament
hospitalari

Agència de col·locació N°000000283 autoritzada
pel Servei d'Ocupació de Catalunya.

SOC Servei d'Assessoria Social
Generalitat de Catalunya
Departament de Treball



Hi ha diferents tipus de lipoproteïnes, tot i que dues són molt importants:

Lipoproteïna de densitat baixa o colesterol LDL (coneguda com colesterol dolent): S'encarrega de transportar el colesterol des del fetge a totes les cèl·lules de l'organisme perquè l'utilitzin. En general, és el tipus de colesterol més abundant i això vol dir que com més elevat sigui més risc hi ha de patir una malaltia cardiovascular.

Lipoproteïna de densitat alta o colesterol HDL (coneguda com colesterol bo): S'encarrega de recollir el colesterol dels teixits i transportar-lo al fetge, on és eliminat a través de la bilis. Els nivells alts de colesterol HDL tenen un efecte protector i, al contrari, nivells baixos augmenten el risc cardiovascular.

Riscos

Tenir el colesterol alt és un factor de risc per desenvolupar una malaltia cardiovascular.

La malaltia cardiovascular, que és la causa principal de mort

arreu del món, s'acostuma a produir pel desenvolupament lent però progressiu de l'arteriosclerosi. L'arteriosclerosi sovint és conseqüència dels nivells alts de colesterol LDL. Altres factors de risc cardiovascular són el tabaquisme, la

hipertensió arterial, la diabetis, l'obesitat, el sedentarisme, els nivells baixos de colesterol HDL i el tipus d'alimentació.

L'arteriosclerosi pot afectar diferents territoris arterials i donar lloc a diferents malalties:

Les artèries coronàries. Amb risc d'infart agut de miocardi o angina.

Les artèries cerebrovasculars. Pot manifestar-se en forma d'infart cerebral o d'ictus isquèmic.

Les artèries perifèriques. Pot produir dolor al panxell, que s'inicia en caminar i desapareix en reposar (síndrome de claudicació intermitent).

Davant la hipercolesterolèmia, cal calcular el risc cardiovascular, és a dir, la probabilitat de patir una malaltia cardiovascular.



Bm
Boramar *Serveis*

Av. President Companys, 57 local
08911 Badalona
Tel. 93 464 21 34
info@boramarserveis.com




Persones que cuiden de persones

Els serveis domèstics i d'assistència domiciliària de la teva zona

Empresa Registrada amb el núm. S03775 en el Registre d'Entitats, Serveis i Establiments Socials del Departament d'Acció Social i Ciutadania de la Generalitat de Catalunya



cular en els propers 10 anys. Per aquest motiu, els professionals de la salut han de tenir en compte altres factors de risc, com per exemple l'edat, el sexe, la pressió arterial, l'hàbit tabàquic, el perímetre de cintura, els antecedents familiars i les xifres de colesterol HDL.

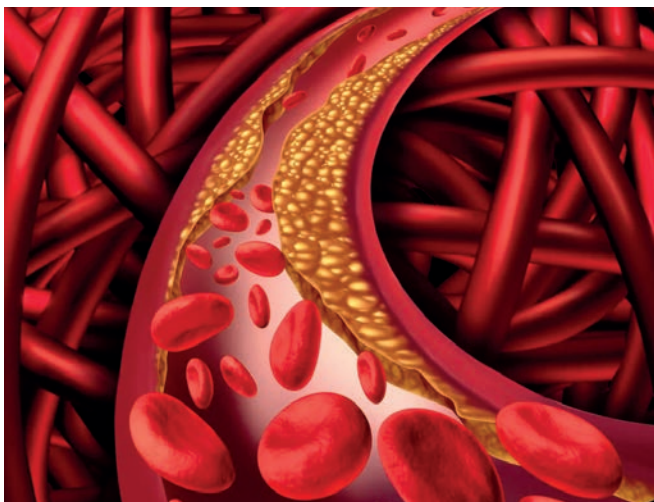
Tractament

En absència de malalties cardiovasculars, el tractament de la hipercolesterolèmia depèn del risc cardiovascular global que tingui cada persona. En la majoria de casos es recomana:

Mantenir una alimentació equilibrada, del tipus de la dieta mediterrània, fent èmfasi en les recomanacions següents:

Limitar al màxim el consum d'aliments rics en greixos saturats i transformats (carns grasses, lacticis sencers, embotits, brioixeria, aliments precuinats, snacks fregits...).

Consumir aliments rics en fibra (verdures, fruites, llegums, pa, arròs i pasta integrals, fruites seques i fruites dessecades...). Utilitzar oli d'oliva verge per cuinar i per amanir.



Consumir un grapat de fruita seca (crua o torrada, sense sal) al dia.

Incloure el consum de llegums unes 3-4 vegades/setmana.

Incorporar el peix blanc i blau en 2-3 racions/setmana.

Escollir preferentment carn blanca (pollastre, conill) en lloc de vermella (vedella, be, porc).

Substituir la llet sencera per la desnatada o semidesnatada i moderar la ingesta de formatges.

Es poden consumir ous, encara que és recomanable no fer-ho

cada dia. Practicar activitat física de manera regular: caminar, anar en bicicleta, nedar, pujar escales... durant uns 30 minuts al dia, almenys 5 dies a la setmana. Mantenir un pes adequat. Cal consultar els professionals sanitaris si es pateix excés de pes.

Evitar el tabac. Controlar altres factors de risc cardiovascular, com ara la hipertensió arterial, la diabetis o l'obesitat.

Quan ja hi ha alguna malaltia cardiovascular provocada per l'arteriosclerosi o quan el risc cardiovascular és molt elevat, pot ser necessari prendre algun medicament per reduir els nivells de colesterol. El grup de fàrmacs més utilitzats són les estatinas, que necessiten la prescripció mèdica.

Controlar altres factors de risc cardiovascular, com ara la hipertensió arterial, la diabetis i l'obesitat.



FISIOTERÀPIA · OSTEOPÀTIA · SOL PELVIÀ
PSICOLOGIA · ACUPUNTURA · GRUPS DIRIGITS

NOUS SERVEIS!

- * PSICOLOGIA INFANTS, JOVES I ADULTS
- * PSICONEUROIMMUNOLOGIA - PNI
- * IOGA I RELAXACIÓ PER NENS

PRANA
CENTRE DE SALUT

c/ PROGRÉS N.28
BADALONA
633.901.023



A close-up photograph of a baby's feet, showing the soles and toes. The baby is wearing a blue and white plaid outfit. The background is blurred, showing more of the baby's clothing.

La importància que els nens visitin al podòleg

Carles Escalona i Marfil
Podòleg col·legiat n. 1932
Director clínic de Podocad SL

Els nens no són adults en petit, sinó que són persones en desenvolupament. Per aquest motiu, cal tenir en compte no només com és la seva estructura (si tenen els genolls massa junts, o si el peus són massa plans, per exemple), o la seva forma de moure's (com caminen, com corren...), sinó també el moment de maduració en què es troben. Perquè és important tenir en compte que, el que en un moment o a una edat pot ser normal i només cal fer-ne un seguiment, pot ser patològic en un altre moment o fase de creixement.

Per tant, des d'una perspectiva podològica, cal realitzar un seguiment de l'evolució dels peus, però tenint en compte la globalitat del cos i, especialment, les seves extremitats

inferiors: cal valorar la pelvis, el maluc, els genolls o els turmells, ja que algunes alteracions que es manifesten en els peus poden tenir un origen en altres parts de les cames.

Un exemple molt habitual en les consultes són aquells nens i nenes que caminen amb les puntes dels peus endins. Cal tenir una visió global i experiència clínica per poder valorar si aquesta "característica" pot esdevenir un problema, si és normal per la seva edat, quina és la causa, i finalment quina és la millor acció: realitzar un seguiment

de la seva evolució, aplicar algun tractament en forma d'exercicis, o bé realitzar unes plantilles o suports plantars que ajudin les estructures a un millor creixement, compensant les càrregues o estrès que reben els tendons, lligaments i fins i tot els seus ossos.

Els podòlegs, en tant que tenim les competències necessàries i una visió alhora general i específica, som professionals de la salut perfectament capacitats per diagnosticar i tractar les patologies relacionades amb els peus i el creixement dels infants.



PODOCAD
CENTRE DE PODOLOGIA AVANÇADA

ESTEM A AVDA. PRESIDENT COMPANYS, 8
(al costat de la floristeria Ventura)
DEMANA CITA AL 93 156 05 44
www.podocad.net



Nou Nissan Leaf E+: més autonomia i més equipament

ciutatdelmotor.com

La firma japonesa acaba de presentar la nova versió i + del Nissan LEAF, que permet augmentar la potència i autonomia del cotxe elèctric més venut del món. Serà al llarg de l'estiu quan s'iniciarà la comercialització del LEAF i +, acompanyat d'interessants novetats en matèria de mobilitat intel·ligent.

La marca nipona vol fer arribar la propulsió elèctrica a tot tipus de conductors, siguin quines siguin les seves necessitats. Si el LEAF actual és perfecte per a recorreguts urbans o distàncies mitjanes, la nova versió e+, recentment presentada a Tòquio i Las Vegas, vol donar resposta també a aquells que volen cobrir distàncies més llargues. L'autonomia WLTP

en cicle combinat del LEAF e + és de 385 Km (pendent d'homologació final), un 43% més que la del LEAF estàndard (270 km). La diferència clau es troba a la bateria, que passa de 40 kWh a 62 kWh i de 192 a 288 cel·les.

També millora la potència del motor, que passa de 110kW a 160 kW amb un parell disponible des parat de 340 Nm. La major

ACCESSORIS I RECANVIS PER MOTORISTA



BOTIGA: Baldomero Solà, 4 Badalona

Tel.93 399 26 92

TALLER: Guixeres, 52 Badalona

info@paddockbdn.es

www.paddockbdn.es

acceleració possibilita una sortida de corba més ràpida i fluida i facilita la incorporació al trànsit. El compromís de Nissan amb els vehicles elèctrics i el seu ús per als trajectes de llarga distància és ferma. Amb l'objectiu de facilitar l'ús de cotxes elèctrics en aquests desplaçaments, al llarg dels propers 18 mesos la marca instal·larà 100 punts de càrrega ràpida a les principals carreteres espanyoles. L'objectiu és cobrir tot el territori peninsular i que hi hagi, com a mínim, un punt de recàrrega de cotxes elèctrics cada 150 quilòmetres.

La mobilitat intelligent de Nissan

El nuevo e+ incorpora todas las tecnologías que han convertido al LEAF en el icono de la

movilidad inteligente de Nissan, tales como el avanzado sistema ProPILOT. Esta primera fase de la conducción autónoma de la marca usa la dirección, los frenos y el acelerador para ayudar al conductor en situaciones de tráfico lento: desacelera y para de manera autónoma cuando el tráfico se detiene, y reanuda la marcha y sigue al coche de delante cuando el tráfico vuelve a fluir.

En autopista permite mantener una velocidad de cruceo o seguir al coche de delante si este va más lento, manteniendo además la dirección dentro del carril. Por último, el sistema ProPILOT Park estaciona de manera totalmente autónoma, en batería o en paralelo, con solo pulsar un botón. Però l'aposta

més innovadora és l'e-Pedal, que permet conduir utilitzant un únic pedal. Tan sols canviant la pressió sobre l'accelerador, el conductor pot arrencar, accelerar, desaccelerar i frenar el vehicle. A més, l'e-Pedal utilitza l'energia de frenada per recarregar la bateria.

El nou Nissan LEAF e+ també veu millorada la seva connectivitat i infoentreteniment amb una pantalla TFT de 8 polzades que incorpora un sistema de navegació actualitzat i funciona de manera similar a un telèfon intel·ligent. Aplicacions, mapes i microprogramari poden actualitzar sense fils i els sistemes Android Auto i Apple Car Play permeten veure el contingut del telèfon mòbil a la pantalla del vehicle de manera fàcil i segura.



Consum mitjà combinat de 3,8 a 4,2 kg / 100 km (GNC) i 5,1 a 6,5 l / 100 km. Emissions de CO₂ de 104 a 151 g/km. (Valors WLTP). Emissions ponderades de CO₂ de 98 a 115 g/km. (Valors NEDC). Imatge acabat Arona Xcellence amb opcionals.

abadalona.seat

Nou **SEAT Arona.**



Abadalona L.M.

C. L'acer, 10-12 - Pol. Ind. Les Guixeres - Badalona - Tel. 93 113 60 23



Cruixent de peix amb crema de marisc

Recepte gentilesa de:
FORQUILLABADALONA

RESTAURANT CAN MARIO'S
Carrer Indústria, 164 | 93 387 26 42
Carrer Indústria, 190 · 93 172 63 21

Ingredients:

Per la crema de marisc

2 peces de porro
1 peça de patata mitjana,
2 branques d'api
½ kg de cranc de mar

2 gots de vi blanc
150 grams de tomàquet fregit
1 rajolí de conya
1 rajolí d'anís (del mono)
1 cullerada sopera de farina

Per fer la Farça

½ kg de lluç
½ kg de reig
200 grams de salmó
250 grams de gamba pelada
½ kg de musclos
150 grams de nata de cuinar
1 cullerada sopera de farina
2 peces de porro
1 peça de ceba (gran)
una mica de sal
una mica de pebre, mantega

El Petit
Ca l'Olives
Carrer de la Mercè 13 · 08911 Badalona (Bcn)
Mòbil 68904455

Esmorzars de forquilla
Carns a la brasa · Menú diari
Obert de dilluns a
divendres de 8 a 19h.
i divendres i dissabtes nit

Carrer de la Mercè, 13 · 08911 Badalona
689 594 455

**Les**
Guixeres
BAR · RESTAURANT

SALÓ PRIVAT PER FESTES

93 465 28 16 · 679 58 14 62
Electrònica, 26
Pol Ind. Les Guixeres · Badalona
RESTAURANT LES GUIXERES 

Preparació:

Primer començarem per la crema: Sofregirem el porro tallat en trossos petits, la patata i les branques d'api. Quan agafin color, afegirem els crancs i ho remenarem tot. Passats uns 8 minuts hi posarem el vi blanc, el rajolí de conyac i el rajolí d'anís. Ho deixarem 5 minuts i hi afegirem el tomàquet fregit i la farina. Tot això ho haurem de remenar molt bé, ho cobrirem d'aigua i ho posarem a bullir. Passats uns 45 min o 1 hora ho triturarem i ho colarem.

Per fer el Farcit: Tallarem la ceba i el porro a daus molt petits i ho sofregirem amb oli ben calent, hi afegirem la sal i fins que ens quedi escalfat. Mentrestant, bullirem els musclos en una olla sense excés d'aigua. Quan estiguin bullits, reservarem l'aigua i els musclos sense closca. Agafarem els peixos sense espines i els tallarem

a daus. Els musclos els tallarem a trossets. Tot seguit ho afegirem a la paella on tenim la ceba i el porro i hi afegirem una mica més de sal. Ho sofregirem tot i quan veiem que estigui tot ben treballat hi posarem la cullerada de farina i per lligar-ho hi afegirem la nata de cuinar i un got d'aigua d'on hem bullit els musclos. Ho remenarem bé i baixarem el foc al mínim fins que ens quedi un farcit ben lligat i ho deixarem reposar. Amb la crema i el farcit fet, agafarem la Pasta Filo. L'estirarem i la tallarem a mida per fer tipus canelons. On ens posem a treballar aquesta massa, ho untarem d'oli i després estirarem la pasta al damunt. Posarem doble capa de massa de filo per evitar que se'ns desfaci. Disposarem sobre la masa 70 gr de farcit i ho enrotllarem com si fos un caneló, però amb les puntes cap endins. Seguirem el mateix procés fins que tinguem els

canelons desitjats utilitzant tot el farcit.

Preescalfarem el forn a 200 graus. Pintarem els canelons amb una mica de mantega desfeta i ho posarem al forn durant uns 7 minuts o fins que ens quedin daurats. Un cop al plat, afegirem la crema al gust.

Presentació:

Posarem la crema de marisc al plat i al damunt els 2 cruixents de peix. La decoració a gust de cadascú. Bon profit.

Maridatge:

3 jornals Xarel·lo, vi blanc elaborat en unes vinyes situades a la vall del Pla de la Creu, a tocar a les costes del Garraf. Una hectàrea de vinya triada per a Can Mario's, un xarel·lo fresc i jove, amb notes lleugerament cítriques amb un postgust rodó i agradable.

Maridatge musical: Pepet i Maria · Corre l'estiu.



POLLASTRES A L'AST
MENJARS PER EMPORTAR
MENÚ DIARI 6,90 €

Obert de dilluns a
diumenge de 10h. a 15.30h.



Canonge Baranera, 121 | Tel. 93 464 19 76



Recepte gentilesa de:
FORQUILLABADALONA

RESTAURANT LA FARÀNDULA
Carrer Arnús, 38 | 651 729 529

Ingredients

Per l'amanida:

Espinacs frescos, Canonges, 100 grams de salmó, ½ peça de mango, ½ peça de pera, Parmesà

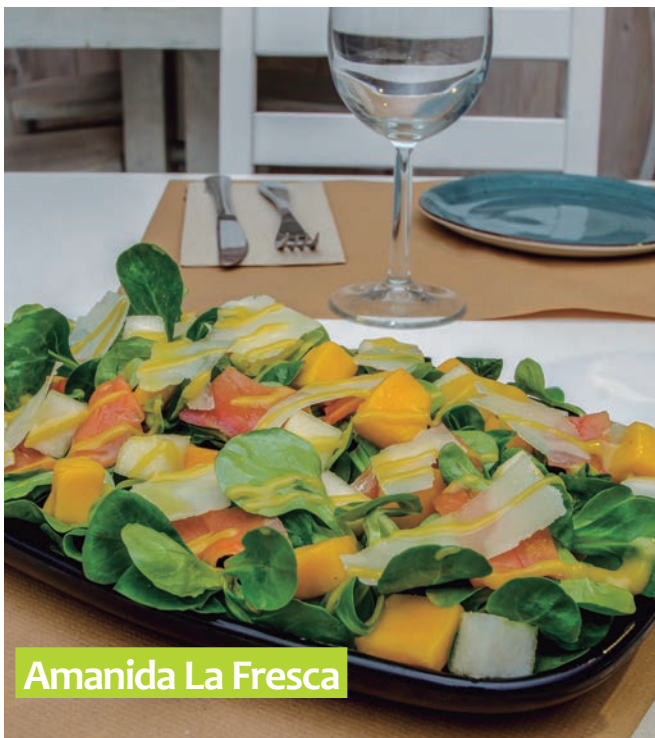
Per la vinagreta:

1 peça de mango, Pell d'una llima ratllada, Una cullerada de celiandre picat, Una cullerada d'oli d'oliva verge extra, Sucre al gust (opcional)

Preparació

Començarem preparant la vinagreta. En un pot de vidre posarem tots els ingredients ben picats i els barrejarem. Si ens agrada ben dolç, hi afegirem una mica de sucre abans de remenar. Ho reservarem.

A continuació, tallarem el mango a quadrats i la pera a tires gruixudes i passarem a muntar el plat. Posarem les fulles d'espinacs i els canonges com a base i hi afegirem el salmó tallat a trossos junta-



Amanida La Fresca

ment amb el mango i la pera. Ratllarem formatge parmesà a làmines fines per sobre i ho amanirem amb la vinagreta de mango. Un plat senzill però molt saborós. Bon profit!

Maridatge:

Minius - D.O. Monterrei - 100% Godello.

Maridatge musical:

Quin festí-Banda sonora de La Bella i la Bèstia



Tels. 93 127 55 38
654 71 38 76

L'Antic Cal Rap
C. Roger de Flor, 52

Horari:

De dimarts a diumenge de 9 a 17 h.
Dijous menú paella i arròs caldos

Cuina de proximitat

Menjars per encàrrec
(paella, fideua, canelons, etc.)

SERVEI DE TICKET RESTAURANT SODEXO

Organització de festes, aniversaris,
grups, comiats, reunions familiars, etc.



Badalona Recuerdos

 /BadalonaRecuerdos   @BdnRecuerdos

Anys 80, fàbrica del lleixiu Conejo,
situada entre Badalona i Montgat.
Foto antiga: Fons municipal
Foto Actual: Facu Martínez

*Si voleu enviar imatges antigues
pots enviar-nos un correu a:
recuerdosbdn@gmail.com*





Prestacions que pots demanar per a sufragar el teu habitatge

api.cat

En ocasions, les situacions se'ns compliquen i necessitem d'ajuda per poder afrontar el nostre dia a dia. El fet de perdre la nostra feina o haver de sol·licitar una baixa laboral, pot provocar que la nostra capacitat econòmica es vegi considerablement afectada. Aquesta situació pot arribar a resultar

ORIOl AGUILERA **CÈDULA I CERTIFICAT** **ENERGÈTIC**

Cèdula 100€

Cert. Energètic 100€

Pack cèdula + Certificat: 160€

Tel. 696 687 826

tremendament problemàtica si, a més, has de fer front a uns pagaments mensuals fixos. Aquesta problemàtica que fa uns anys, pràcticament, romanía oculta de cara a la societat, s'ha incrementat considerablement en els últims anys. De fet, tots tenim gravat a la retina alguna escena d'algun desnonament que hagi sortit al telenotícies. Aquesta circumstància i calat que ha tingut en la societat, ha promogut que les autoritats pertinents comencin es sensibles a aquestes situacions. Raó per la qual es van aprovant algunes ajudes que els ciutadans poden sol·licitar per fer front al pagament del seu habitatge. Pel que fa al lloguer, per una banda, ens trobem amb les prestacions

municipals derivades de la mediació. En aquest cas, els ajuts es destinen a aquells arrendataris que no poden abonar les quotes del lloguer i que han passat per un procés de mediació entra els afectats i l'ajuntament. La quantia de la ajudeu variarà segons el contracte i la seva durada màxima serà de 12 mesos.

De l'altra, hi ha els ajuts al pagament dels deutes del lloguer. Concretament, el que persegueixen és evitar l'embargament de l'habitatge i l'exclusió social Raó per la qual es poden aportar fins a 3000 euros d'ajuda.

En qualsevol cas, et recomanem que visiti la pàgina web de l'ajuntament i et informes dels requisits de cadascuna d'elles.



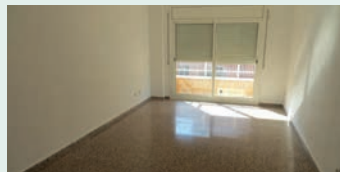
PROGRÉS-CASA Ref B- 2781: Preciosa casa situada a 2 min de la platja! 220 m² repartits en PB + pis + golfes, 3 hab., bany compl, cuina office, de PATI de 40 m².

380.000 €



FRONT MARITIM Ref B-2928: Pis de 70 m², 2 hab dobles+traster, bany compl amb duba+cuina office, menjador 18 m² ext a balcó, calefacc i a cond. Finca seminova! Preciós!

342.000 € (Pk +traster opcionals)



PEP VENTURA Ref B-2930: 105 m², 4 hab (2 dobles), 2 banys compl, cuina office, menjador 22 m² ext a balcó, a cond amb bomba de calor. Finca amb asc.

330.000 €



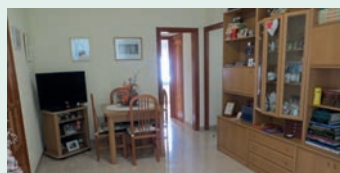
BUFALÀ-DÚPLEX Ref B- 2931: 150 m², 4 hab., 2 banys compl., cuina office, menjador 25 m², terra gres, calefacc, alumini.

310.000 € (Pk inclòs)



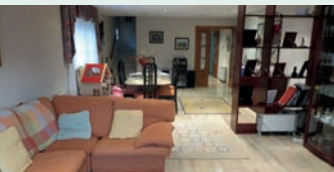
DÚPLEX-PEP VENTURA Ref B- 2862: Obra seminova! 95 m²+2 TERRASSES de 35 m² i 12 m², 3 hab., 3 banys compl., cuina office. menjador 24 m², calefacc. TOT EXTERIOR!!! Preciós!

370.000 € (Pk i traster opcionals)



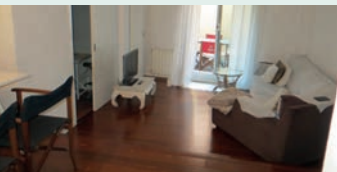
ST CRIST Ref B-2934: Pis de 55 m², 3 hab., bany compl i cuina arreglats, menjador de 16 m², galeria, balcó. TOT EXTERIOR, ideal parelles!!!!

96.000 €



CASA PEP VENTURA Ref B 2932: Fantàstica casa de 4, 80 m x 20 m. Edificats Sòtan+PB+2 pisos+estudi, TERRASSA de 40 m² + 3 balcons. Per entrar a viure!

925.000 €



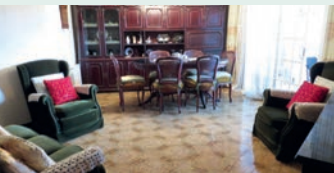
PEP VENTURA Ref B-2879: 60 m², 2 hab., bany compl + cuina ref, menjador 20 m² ext a terrassa de 15 m², calefacc, asc. Per entrar a viure!!

199.500 €



PROGRÉS-ESTUDI Ref B-2936: Estudi de 36 m², 1 hab doble exterior, cuina americana, bany cpmplert, parquet, calefacció. Ideal per independitzar-se. Obra seminova.

109.000 €



BUFALÀ Ref B-2923: 100 m², 4 hab.(1 doble), bany i cuina en molt bon estat, menjador de 22 m² ext a balcó de 7 m², calefacc. TOT EXTERIOR, ascensor!

185.000 €



EDIFICI EN VENDA-PEP VENT Ref B- 2921: : Edifici en vanda, 450 m² útils repartits en 4 pisos+àtic d'entre 80-90 m² + terrassetes de 10m²-20 m². Oportunitat única!

750.000 €



CENTRE-CASA EN VENDA Ref B- 2916: : Per entrar a viure!! 205 m² repartits en PB+2, 6 hab, 3 banys, menjador ext a PATI de 45 m², 2 terrasses. Preciosa!!!

575.000 €

Horòscops

Facilitat Imma del Destí AMIC



ÀRIES
(20/3 al 18/4)

Estareu molt suaus i encara que us vulguin fer enfadar no ho aconseguiran perquè li veureu el costat positiu a tot. Heu de mantenir aquesta postura tant temps com sigui possible.



CRANC
(21/6 al 21/7)

Tindreu facilitats en el camp de la parella, sobretot per poder manar vosaltres i fer les coses a la vostra manera. Tot i així no us passeu que no cal, ni fa falta abusar dels moments.



BALANÇA
(22/9 al 22/10)

Us pot anar molt bé viatjar o si mes no fer un canvi d'aires. Us fa falta una mirada diferent al vostre món per poder veure que hi ha maneres de fer-ho més fàcil i productiu tot plegat.



CAPRICORN
(21/12 al 19/1)

Estareu molt riallers i amb ganes de festa, serà un plaer tenir-vos al costat i riure amb vosaltres. En el camp laboral tindreu bones idees i us sentireu ben recolzats per poder fer el que us sembli.



TAURE
(19/4 al 19/5)

Hi ha moltes probabilitats de que us vulgueu fer un canvi d'imatge, la veritat és que no us aniria pas malament, tampoc cal fer animalada però una mica de renovació sempre va bé.



LLEÓ
(22/7 al 21/8)

La capacitat de seduir a qui vulgueu serà gran i no us costarà gens trobar maneres d'aconseguir el que us proposeu. És bo aprofitar aquesta condició per encarrilar projectes de la feina i del vostre camí.



ESCORPI
(23/10 al 22/11)

Aquella expressió de caga dubtes se us escau aquests dies, ja que prendre decisions se us pot fer complicat i costós. De vegades és millor demanar opinions alienes.



AQUARI
(20/1 al 18/2)

Heu d'estar al cas dels capritxos que tingueu perquè se us escaparan els diners de mala manera i això pot ser un problema. La sort és que trobareu solucions fàcils per tot.



BESSONS
(20/5 al 20/6)

En el camp de la feina tindreu facilitat de que tot surti bé i que pugueu sentir-vos realitzats i segurs, de totes maneres no caiguen en l'equivocació de creure que l'amistat mou les coses de feina.



VERGE
(22/8 al 21/9)

Posareu seny i assegurareu tot el que teniu entre mans, necessiteu sentir-vos tranquils i això us comporta que poseu ordre a les coses. Sempre és bo sentir que ho tens tot lligat i controlat.



SAGITARI
(23/11 al 20/12)

En el que heu d'estar atents és en la conducció en estais propers o trajectes curts. La confiança us farà tenir alguna errada o ensopegada, cal que estigueu concentrats amb les vostres accions.



PEIXOS
(19/2 al 19/3)

Us sentireu com a peix a l'aigua, tot us sortirà de manera fàcil i fluirà sense cap esforç de cap mena. Cal gaudir d'aquesta situació i agrair que la teniu.

Frases cèlebres

«Per a obtenir èxit en el món, cal semblar boig i ser savi»

Montesquieu



«Tant de bo visquis tots els dies de la teva vida!»

Jonathan Swift



La météo setmana del 13 al 19 de maig

Mirant al cel

Envia'ns les teves fotografies a totmeteo@gmail.com les hi esperem!



Aprofitem aquesta secció per mostrar la deixadesa amb què es troben alguns punts de la Serralada de Marina, com és el cas de l'entorn de l'escola de Natura, segons ha denunciat per les xarxes socials l'Associació de Veïns de Bufalà. Ser nets i respectuosos amb l'entorn és ben fàcil! Imatge de @AVVBufala.

Meteorologia | Oriol Rodríguez

Sembla ben bé que hàgim anat enrere en el temps. Si dilluns de la setmana passada el termòmetre es va arribar a enfilars fins als 18 °C, durant el cap de setmana amb prou feines s'arribava a una màxima de 16 o 17 °C, amb matinades força més fresques del normal. De fet, durant els primers vint dies de maig la temperatura mitjana va ser de 15,5 °C, gairebé dos graus per sota del que tocaria. Enguany, després d'un hivern poc fred, està costant que arribi la calor. A més, la segona meitat de la setmana passada el temps va ser mogut. El pas d'un front durant divendres va portar pluges que, localment, varen anar acompanyades de tempestes. En total es van acumular poc més de 10 l/m2. Tant dissabte com diumenge es van repetir els xàfecs i les tronades. Malgrat

que a Badalona no van deixar massa aigua, a comarques com el Vallès Occidental i el Baix Llobregat les precipitacions van ser localment intenses i van anar acompanyades de calamarsa i pedra. Finalment, vam acabar la setmana havent recollit 14,5 l/m2, i des de l'1 de maig ja portem 46,4 l/m2, que és gairebé la precipitació mitjana per al cinquè mes de l'any.

Temp màx	18,4 °C el dia 13
Temp mín	11,1 °C el dia 19
Hr màx	89% el dia 17
Hr mín	44% el dia 16
Press atm màx	1021,4 hPa dia 13
Press atm mín	1002,3 hPa dia 17
Vent màx	49,9 km/h (est) el dia 15
Precipmàx 24h	10,4 l/m2 dia 17
Precip anual	91,2 l/m2

**Dades de l'estació meteorològica Badalona - Centre*

Sudoku

Nivell fàcil

		1		4		8		2
	4	8			6		1	
				8	9	7		3
6		4		5				1
7		2	8			9	5	
	3		6			4		7
					2		3	8
					8	1		
	8	9	5		3		7	4

Nivell difícil

			7					
		1		6				5
	8	5		4	9		3	
	1					9		
						5		2
		7		3				
	6			7		3		
	4	8			5		9	6
			8				1	

Anuncis per paraules

IMMOBILIARIA

DALT DE LA VILA, pis 70 m², 3 hab, ext, 9 veïns, bona situació 188.500€ Particular 663 820 397

PASSEIG DE LA SALUT-Ref B-2913: Pis de 100 m², 3 hab (2 dobles), , 2 banys compl., cuina arreglada, menjador de 25 m² ext, terra gres, calefacc. Asc. 249.000 € Tel 933 832 806

MONTGAT-CAN CIURANA-Ref B- 2922: Pis de 80 m², 3 hab., bany compl i cuina arreglats, menjador de 28 m² ext a balcó, calefacc. Terrassa a dalt de 30 m². 300.000 € (PK+ traster inclosos) Tel 933 830 468

PEP VENTURA-Ref B- 2920: Pis de 80 m², 2 hab dobles (una ext a balcó), bany compl + cuina americana ref., menjador de 25 m², parquet, calefacc. Per entrar a viure!!! 229.000 € Tel 933 832 806

PEP VENTURA -Ref B- 2924: 70 m², 3 hab.(1 doble), bany i cuina ref., menjador de 18 m², balcó gran, calefacc. Finca amb asc, per entrar a viure! a 2 min Metro. 188.000 € Tel 933 830 468

PEP VENTURA-CASA Ref B- 2925: Casa de 170 m² repartits en PB+2, + PATI de 75 m² + terrassa de 30 m², 4 hab., 2 banys compl., menjador de 25 m², garatge. 430.000 € Tel 933 832 806

CENTRE-Ref B-2912: Fantàstic pis de 170 m², 4 hab dobles(1 tipus suite), 3 banys compl, cuina office ext a galeria de 8 m², menjador de 48 m², parquet, calefacc. Asc. 475.000 € Tel 933 830 468

TREBALL

CHICA BUSCA trabajo para cuidado de personas mayores,

niños y limpieza. Fija o por horas. 612 219 151

SEÑORA BUSCA trabajo para limpieza del hogar. Por horas. Tel 632 053 695

CHICA SE OFRECE para cuidado de personas mayores, niños o limpieza. Fija o por horas. 666 074 518

CHICA BUSCA trabajo para cuidado de personas mayores, niños o limpieza. Fija o por horas. 698 326 197

SEÑORA ESPAÑOLA con experiencia se ofrece para limpieza y plancha. 691 093 823

SE OFRECE CHICA para labores domésticas, cuidado de niños y personas mayores. 722 770 326

CHICA SE OFRECE para cuidado de personas mayores, niños y limpieza. Fija o por horas. 612 433 431

CHICA BUSCA TRABAJO para cuidado de personas mayores, niños y limpieza. Fija o por horas. 631 348 877

SEÑORA SE OFRECE para cuidado de personas mayores. Experiencia en Primeros Auxilios. 690 623 779

CHICA RESPONSABLE se ofrece para cuidado de personas mayores, niños y limpieza. Fija o por horas. Con referencias. 622 707 964

EN VENTA RESTAURANTE "EL BADIU DE LA FIGUERA"

Por Jubilación - Licencia en vigor de 28 años
Badalona Centro

C/ De la Caritat, 35 C.P. 08911 Tel. 629 335 301

INSERTA EL TEU CLASSIFICAT AL TOT A LLOREDA:

Preu: 0,35€/paraula

prink

Cartuchos
y Tóner
para todas
las impresoras

Horari: dilluns a divendres de 10h. a 14h.
i de 16.30h. a 20.30h.
Dissabtes de 10h. a 14h.

AVD. DE CATALUNYA, 91 TEL. 931 507 015

ESPECIAL A L'AIRE LLIURE

PROMOCIONA ELS TEUS SERVEIS:
COMERCIAL@TOTBADALONA.COM
651 976 517



Necrològiques

22 de maig

- Enrique Romero García
- Asunción Nuez Espallargas
- Isabel Poveda Jiménez
- Albert Buenaventura Ramon
- Trinidad Herrería Sala
- Mercè Estebe Viralt

21 de maig

- Catalina Cano Zamora

20 de maig

- Pere Màlaga Ortega
- Isabel Ruíz Araque

19 de maig

- María Reverte García
- Mercè García Tijerín

18 de maig

- Antonio Modesto Delgado Sierra
- José López García
- Juan Ponce De León Colomé
- Pedro Moreno Tarín
- Ladislá López Lozano
- Enrique Gevani Carrubé
- Pedro Herrero García

17 de maig

- Maria Josefa Pardo García
- Concepción Remacho García
- Pedro Andrés Fernández García
- Juan Antonio Ferrón Toledo
- Rafaela Guzmán Gómez
- Isidra Yuste Santa Cruz
- José María López Valera
- Manuel Espinosa Barragán
- Antonia Mondejar Hernández

INSERTA EL TEU CLASSIFICAT AL TOT AL CENTRE:

Preu: 0,35€/paraula



Dimonidolç



Horari: Dilluns a divendres de 16.30 a 20.30h.
Dissabte i diumenge de 11 a 20.30h.
Ara també a Facebook.com/dimoni.dolç

LLAMINADURES, REGALS I MOLT MÉS...

SANT JOAQUIM, 44 BADALONA TEL. 687 73 50 63

Anuncis per paraules

SE NECESITA para la zona de Hóspitalet (parada metro Santa Eulalia) Plegadora para camiseria de hombre con experiencia mínimo dos años y planchadora con experiencia mínima un año, y aprendiza para taller de plancha, edad de 17 a 20 años. Contrato 6 horas 600 euros. Llamar de 4 a 7 tarde. 675 677 113

CHICA BUSCA trabajo para cuidado de niños y limpieza, por horas. 658 622 607

CHICA BUSCA trabajo para cuidado de niños y limpieza, por horas. 698 833 308

SEÑORA SE OFRECE para cuidado de personas mayores, niños o limpieza. Interna o externa. 693 523 733

CHICA BUSCA trabajo para cuidado de personas mayores, niños y limpieza. 681 646 147

CHICA BUSCA trabajo para

cuidado de personas mayores, niños y limpieza. Con referencias. 631 854 564

CHICA SE OFRECE para cuidado de personas mayores, niños y limpieza. 634 855 195

VARIS

COMPRO ANTIGUEDADES: muñecas, Scalextrics,

Geyperman, Madelman, tebeos, comics, objetos religiosos y militares puros plumas licores libros y mucho más pago inmediato 627 937 101

COMPRO COMICS, álbumes de fútbol, Playmobil, Scalextric, Geyperman, Madelman, muñecas, Tente, Rico, Paya y antigüedades en general. 679 736 491

**ES NECESSITA CUINER@ A JORNADA
COMPLERTA PER A ROSTISSERIA AL
CENTRE DE BADALONA**
Disponibilitat immediata
Experiència demostrable
Enviar curriculum a
rostisseriabadalona121@gmail.com

Horari Misses

Església/Comunitat/Lloc de Culte	Feiners	Dissabtes	Diumenges i festius
Sant Josep	11/20	11/20	9/11/12:30/20
Santa Maria	estiu 8:30/20 hiv. 8:30/19	estiu 8:30/20 hiv. 8:30/19	est. 9/11:30/20 h.9/11:30/19
San Francesc d'Assís	19:30	19:30	12:30
Salesians	7:10	i vigílies 20	9/12
Sant Crist de Canyet			11:30
Santa Clara	dimarts i dijous 18:30	18:30	10:30
Sant Sebastià	19	19	11 (Mas Ram)/12 (Pomar)
M. De Déu de Lourdes	19:30	19:30	11 Castellà/12:30 Català
M. De Déu de Montserrat	19:30	19:30	diumenges 9/12 festius 19:30
Sant Joan Baptista De Montgat	divendres 19:30	19:30	12
Pares Claretians	7:30	19	11:30
Sant Cebrià de Tiana	20	20	12
Providència	7:30	7:30	10
P. Carmelites Descalços	8/9/19:30	9/19	11:30/12:30/19
Carmelites de Tiana	8:30	8:30	10
Cartoixa de Tiana			10:30
Club Sant Jordi de Montgat	9:15/dijous 10		
Roca i Pi	10	10	10
Can Banús	dijous 19:30		
Sant Jeroni			13:15
Hospital Can Ruti	10		11
Franciscanes de Tiana	8	8	8
Hospital de Badalona		17	
Centre Socio-Sanitari El Carme		quinzenal a les 12	

Nou distribuïdor

Gubern
SABATERIES

Del Mar, 54
933 845 003

Horari:

De dilluns a dissabte de 9.30h a 20.30h
(No tanquem al migdia)

Home - Dona - Esportives

Per què et fas distribuïdor del TOT?

És el millor setmanari de Badalona i agrada molt a la clientela.



Renovació distribuïdor

Ca la fina
forn de pa - degustació

Avd. Lloreda, 55 · 93 603 06 15

Horari: De dilluns a divendres de 7 a 20.30h.
Dissabtes, diumenges i festius de 7.30 a 14h.

Forn de pa i degustació

Per què renoves com a distribuïdor del TOT?

Perquè estem molt contets del TOT i de poder donar-lo als nostres clients.



Vols distribuir el TOT al teu comerç?

Posa't en contacte amb nosaltres:

651 976 517

comercial@totbadalona.com



Distribuïdors oficials

Troba el TOT cada setmana
als nostres distribuïdors oficials

ARTIGUES

FORN DE PA FIGUERA

Crtra. de Santa Coloma, 2
93 399 02 06

BUFALÀ

BON ÀREA

Independència, 156
934 605 516

CARNISSERIES

I XARCUTERIES NOCETE

Independencia, 84
93 515 13 30

CONDIS

Independència, 186-188
933 886 508

FORN DE LLENYA

LA RIERA

Martí Pujol, 350 - 352
933 996 252

CONDIS

Martí Pujol, 495-519
934 970 125

CAN CLARIS

EL POLLASTRE ANGLÈS

Pau Claris, 1-3
933 877 997

CANYADÓ

TALLERES MARISTANY

Ctra. de Mataró
(Pol. Ribó -Nau 4)
934 640 769

CASAGEMES

PASTISSERIA

CATALUNYA

Sant Bru, 56
933 843 614

LA BOTA DE ARAGÓN

Santa Madrona, 122-123
933 893 080

RESIDENCIA DANAE

Santa Maria, 178-180
933 847 240

EL CELLER

Prim, 11 · 93 464 31 99

DAUD SUPER

Sant Josep Oriol, 56
612 212 247

LA TARTALETA

Santiago Rusinyol, 108
933 891 763

DIBUSTAMP

Sant Bru, 202
605 640 521

CENTRE

LA NOVA GRANJA

Prim, 177 · 933 841 153

O VELLO

Arbres, 5-7
934 640 097 · 633 544 313

KARNS FIBLA

Arnús, 26-28 · 933 846 654

JARDINERIA CONCEPCIÓ

Arnús, 29 · 933 844 059

MOLSA

Canonge Baranera, 10-12
933 848 240

EL VERMUT COROMINAS

Canonge Baranera, 45
647 520 697

FORN BERTRAN -1922-

Canonge Baranera, 46
933 840 352

ELS DIARIS

Canonge Baranera, 98
933 895 647

PASTISSERIA FERRER

Canonge Baranera, 101
933 842 718

CA L'ALBERT

Canonge Baranera, 106-108
934 642 127

LA BOTIQUE DEL PEIX

Canonge Baranera, 42
933 891 048

CUINEM

Canonge Baranera, 121
934 641 976

ORGÀNIC

Canonge Baranera, 90
933 844 150

GRANJA FIMONS

Colón, 68 · 934 643 386

CLINICA DENTAL

VILAGRAN

Enric Borràs, 1-3
93 464 77 76

CALÇATS VILALTA

Francesc Layret, 24
933 89 48 61

FLORISTERÍA MORERA

Francesc Layret, 40
933 842 653

PERRUQUERIA

BARBANY ART

Francesc Layret, 147
934 641 141

PRELUDI

Cadix, 4 · 934 642 677

PURA VIDA

QUIROPRÁCTICA

Francesc Layret, 171
933 843 775

XARCUTERIA ARGUDO

Carrer de Mar, 38
933 848 061

LA PARADA

Francesc Layret, 118
933 843 659

CASAL DE GENT GRAN

DEL CENTRE

Ignasi Iglesias, 38
933 892 948

FABRE GEMMÒLEGS

Lleó, 28 · 931 703 479
fabregemmoles.cat

FRUTAS CUEVAS

Lleó, 65 · 934 640 179

FORN BERTRAN

Mar, 5 · 93 384 60 52

DROGUERIA BOTER

Mar, 71 C. Baranera, 2e
933 845 464

FIMONS BAR

Mossen Anton, 29
93 389 11 38

CONGELATS

FANTASY FRED

Canonge Baranera, 54
933 894 619

CARNISSERIA

SARA I ESTER

Prim, 107 · 622 259 530
652 423 361

FERRETERIA PRIM

Prim, 113-117 · 933 844 151
ferreteriaprim.com

PAM I PIPA

LLAMINADURES

Prim, 195 · 936 111 466

FLORISTERIA

JOSEP Mª VENTURA

President Companys, 18
933 894 421

BAR REST. EL NIU

Ribas i Perdigó, 18
933 848 201

SÓN PEDAÇOS

Francesc Planas i Casals, 2
933 844 769

EL SABATOT

Riera Matamoros, 15
617 813 971

FLECA SANT PERE

Sant Pere, 38 · 659 220 589

J.CAMPS S.L.

Sta. Madrona, 45
931 184 232

MARGENAT

Santiago Rusinyol, 3
Martí Pujol, 131

COLL I PUJOL

EL ESCONDIRIJO

Coll i Pujol, 26 · 933 871 083

DALT LA VILA

PASTISSERIA LA VILA

Martí Pujol, 192 ·
93 389 36 25

LOTERIA MANOLITO

President Companys, 20
933 890 518

REP CADA SETMANA EL TOT A CASA TEVA DURANT TOT L'ANY

FES-TE SUBSCRIPTOR

651 97 65 17 · subscripcio@totbadalona.com

SMARTOPTICS

Avd. Martí Pujol, 211
931 164 674

ESTANC BENEYTO

President Companys, 57-61
933 845 554

CAFETERIA SANT JORDI

Via Augusta, 19-25
637 734 091

RESIDÈNCIA

GERIÀTRICA BALLE SOL

Av. Navarra, 2 · 934 641 372

FORN LAIA

Av. President Companys, 4-5
933 845 357

GORG

BAR REST. SANTA RITA

Ponent, 134
648 639 593

FARMÀCIA OLÍMPIC

Alfons XIII 127
933 879 350

LOTERIA SORS

Joaquim Ruyra, 1 - 3
933 871 797

REST. SHAN HAI CITY

Marqués Mont-Roig, 72-74
933 979 163

PATCHWORK

PUNTS I NINES

Joaquim Ruyra, 9-11 tda 2
619 837 714

LA SALUT

CLÍNICA DENTAL ROQUE

Antiga de València, 35
935 407 459

CARNISSERIA HERNANDO

Pau Pí Ferrer, 15
933 990 901

MARI-2

Quevedo, 18 · 933 839 706

LLEFIÀ

TOT POLLASTRE

Joan Valera, 18-22
Marqués Sant Mori, 116

KEBAB BOCATELI

Bellavista, 44 · 93 250 51 91
BOCATELI

BAR RESTAURANT

Circumval.lació, 22
93 399 80 98

BOCATELI

BAR RESTAURANT

Pérez Galdós, 26
93 382 10 85

PASTELERIA PASCUAL

Antiga de Valencia, 81
933 879 790

JOSE TOMAS

Marqués de Sant Mori, 112
933 877 977

QUEDA POLLO

Avda. St Salvador, 80-84
933 884 827

SAVIC PA

Rda. St Antoni de Llefià, 57
93 514 74 52

DROGUERIA

PERFUMERIA L. DIAZ
Avda. Sant Mori, 69

LES GUIXERES

RESTAURANT LES GUIXERES

Electrónica, 26 · 934 652
816 (Pol. Les Guixeres)

LLOREDA

FRUITERIA LA PERA

Rambla Sant Joan, 83
botiga 10 · 653 105 625
FORN DE PA CA LA FINA

Avda. Lloreda, 55
93 603 06 15

FORN SWING

Catalunya, 39
934 606 670

DIETETICA SANDRA

Avda. Catalunya, 45-47
93 387 28 24

CONGELATS ROSALIA

Avda. Catalunya, 77-79
651 11 86 10

GRUPO TOMAS

Rambla Sant Joan, 95
933 995 609

MANRESÀ

RESTAURANT BUKKET

Ctra. de Mataró, 101
933 842 688

MORERA

FORN MIREIA

Morera, 92
934 655 536

BON AREA (MORERA)

Morera, 101
933 955 012

POMAR

MERCAT POMAR

Avda. Primer de maig S/N

FORN DE PA ARTESÀ

Plaça Pomar, 3
645 45 00 32

PROGRÉS

FLORISTERIA

S. VENTURA

Plaça Pep Ventura, 13
LA BUHARDILLA

CAFETERIA

Guifré, 220
93 601 82 82

PASTISSERIA GUIFRÉ

Guifré, 259 · 93 387 5093

DON PELUT

Vaixell Ma. Assumpta, 8
935 144 185

LA BONA PAPERERIA

Guifré, 280 · 93 348 45 76

PIT I CUIXA

Güell I Ferrer, 33
934 643 087

PERRUQUERIA

ALFONS VIÑAS

Guifré, 95 · 933 837 507

CONDIS

Guifré, 100-108
934 646 989

JOIERIA LA PLANA

Guifré, 82 · 933 977 156

MANDALA

Providencia, 1-7

931 649 913

www.mandala-bdn.com

ALFA BADALONA

CENTRE - MAR

Industria 143 - 149 local
93 397 59 65

EL MICACO

Sagunt, 104
930 025 302

CONDIS

Torner, 5-7
934 610 770

CAN MIXO

Roger de Flor, 82
933 887 457

ULTRAMARINOS

MARTINA

Progres, 93
93 388 12 42

RAVAL

FORN MARENA

Baldomer Solà, 55
933 979 671

FONTISI PASTISSERIA

Miquel Servet, 202
93 387 49 42

SANT CRIST

BON ÀREA

Coll i Pujol, 185
934 610 405

SALUT PLENA

Coll i Pujol, 188
Tel. 932 504 623

CAL DANTE,

FRUITES I VERDURES

Coll i Pujol, 143
610 910 581

SAYEZ® .com

Tots els mobles al millor preu

399€



MENJADOR ROURE I POLAR DE 270 CM.

Combinació de mòduls en colors molt actuals i d'última tendència. Consulta a botiga la varietat de colors, mòduls i mides personalitzables de la col·lecció.



169€



SILLÓ RELAX JADE

Butaca relax acabada en jade marango. Disponible en model Power Lift (279€) que ajuda a assentar-se i incorporar-se sense esforç. Indica't per persones amb problemes de mobilitat i força a les cames.



CONJUNT DORMITORI COMPLET VINTAGE

Conjunt d'armari de 180 cm x 200 cm x 61 cm de portes corredisses, tauletes i capçal de 247 cm i estructura de lit (sense somier) amb 4 calaixos de 150 x 190 cm. Preu súper econòmic!

PREU DEL CONJUNT

629€



639€



LLIT ABATIBLE

Ample: 207 cm x Fons: 525 cm (tancat) 135 cm (obert) x Alt: 218,5 cm. Múltiples mides i colors, consulta'ns a botiga. Habitacions funcionals!

Busca la botiga més propera a SAYEZ.COM o truca al 93 388 16 91

Estem a BADALONA - BARBERÀ DEL VALLÈS - SABADELL - SANTA COLOMA DE GRAMENET - TERRASSA - CERDANYOLA - MARTORELL