



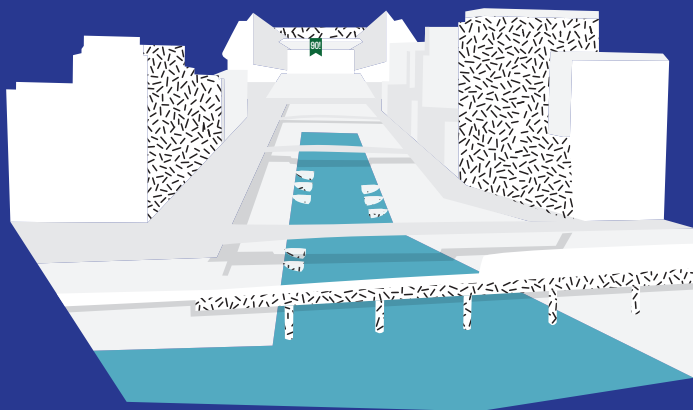
TOT

www.totbadalona.com
Del 20/03 al 27/03 '20

Gràcies!

MOLTES FELICITATS, PENYA!

PER 90 ANYS
FENT CIUTAT



#FelicitatsPenya

#AviatHoCelebrem
Plegats

EL PORT DE
BADALONA
INFORMA

Degut a les mesures preventives davant el COVID-19,
al Port de Badalona ens quedem a casa.
Seguirem oferint serveis mínims del 17 al 31 de març
i vetllarem per les instal·lacions del Port



#JoEmQuedoACasa

#FrenarLaCorba

#AlPortEnsQuedemACasa

#ServeisMínims17a31Març

#CapitaniaMarineriaVigilancia
VetllarPerInstal·lacions



Miguel Cuevas
FRUITES I VERDURES

NO TE LA JUGUIS



Miguel Cuevas
FRUITES I VERDURES



MADUIXOTS



Miguel Cuevas
FRUITES I VERDURES



**CALÇOTS
DE VALLS**



Miguel Cuevas
FRUITES I VERDURES



**CARXOFES
DEL PRAT**



Miguel Cuevas
FRUITES I VERDURES



Miguel Cuevas
FRUITES I VERDURES



FRUITES I VERDURES FRESQUES AMB DENOMINACIÓ D'ORIGEN



Servei a domicili gratuït

☎ 93 464 01 79 📠 93 464 25 79 📞 658 869 318 ✉ INFO@FRUTAWAY.COM

C. Del Lleó, 65 - 44. Badalona. www.frutaway.com

Cal tancar-se a casa

Ciutat | Redacció

Divendres 13 de març de 2020. L'Estat declara l'estat d'alarma. El president espanyol, Pedro Sánchez, va anunciar aquesta mesura extraordinària per combatre la crisi sanitària del coronavirus. Una mesura que afecta 15 dies, mínim, i que ha fet canviar la vida de tots. Dissabte, 14 de març, 24 hores més tard del primer anunci, i després d'un Consell de ministres, Sánchez anunciava les mesures d'aquest estat d'alarma que restringeix la mobilitat de la ciutadania en l'espai públic. Només es permet sortir de casa per anar a comprar productes de primera necessitat, passejar la nostra mascota, anar a treballar, tenir cura d'una persona dependent o bé per una

causa de força major. Les primeres mesures arribaven el passat divendres, amb el tancament de totes les escoles de Badalona, i de la resta de Catalunya i dissabte molts comerciants abaixaven les seves persianes. De fet, patrulles dels Mossos i de la Guàrdia Urbana estan posant sancions a comerciants i ciutadans que no fan cas d'aquest decret. Només aquest dimarts, la Guàrdia Urbana sancionava a 106 persones per no complir l'ordre de confinament.

Activat el Pla d'Emergències Local de Badalona

Tot i que el decret d'alarma, activat pel govern espanyol, centralitza des de Madrid tot el protocol, des de Badalona s'ha activat el Pla d'Emergències

Local. L'alcalde, Àlex Pastor, va signar diumenge el decret que recull les mesures urgents d'adequació dels sistemes de treball a les emergències derivades de l'excepcionalitat d'aquesta situació. Aquest decret disposa els serveis mínims municipals fins al dia 31 de març. El consistori ha fet una redistribució dels efectes materials i personal de l'Ajuntament. Entre moltes altres mesures, s'han tancat tots els equipaments municipals, des de biblioteques, centres cívics, parcs infantils, el parc de Can Solei i Ca l'Arnús, zona blava gratuïta durant els dies d'estat d'alarma. En alguns àmbits, com la Guàrdia Urbana o Mossos s'han activat a tota la plantilla i Protecció Civil també ha està fent tasques a la ciutat.



Badalona, una ciutat fantasma en ple dia feiner

Menys cotxes circulant i voreres pràcticament buides a la ciutat de Badalona durant aquesta primera setmana de confinament a casa des que es va decretar l'estat d'alarma. Els pocs cotxes i furgonetes que estan circulant pels carrers de la ciutat no s'han trobat les cues habituals dels carrers més cèntrics.

Per altra banda, les voreres també estan més buides i les poques imatges que podem veure són d'alguna persona amb bosses a les mans o passejant un gos, però a molta distància entre ells. A les parades de l'autobús pràcticament no hi ha ningú i l'estació de tren o de metro,

com Pompeu Fabra, han quedat desèrtiques a partir de mig matí. Tots els usuaris, però, han intentat respectar la distància mínima per evitar propagacions, unes aglomeracions que només es van veure dilluns en hora punta. Els autobusos de Tusgsal van pràcticament buits i s'ha d'entrar per la porta del darrere. En carrers comercials, com el carrer de Mar, Passeig de la Salut o Centres Comercials hi ha molt pocs establiments oberts, només els que poden obrir per aquest decret d'alarma. Els ciutadans s'han acostumat a les cues, a fora dels establiments, per poder-hi entrar perquè s'ha limitat els aforaments. De cop, la ciutat s'ha aturat o tot va a mig gas.

Editorial

Temps difícils, però entre tots tirarem endavant

L'Estat d'Alarma, activat fa una setmana, ha fet canviar les nostres vides. La lluita contra el coronavirus, on professionals sanitaris estan al capdavant, demostra que tenim una sanitat pública de primer nivell. Tot i que hi ha mancances, sobretot de material, els professionals sanitaris estan al peu del canó, en moltes ocasions doblant torn, i atenent a centenars de malalts que comencen a omplir tots els hospitals. Des d'aquí, volem recordar a part d'aquests professionals, a tots els treballadors que aquests dies difícils estan al peu de canó, des de personal del transport públic, bombers, personal d'ambulàncies o supermercats i el nostre petit comerç, entre molts altres. Nosaltres com a ciutadans també tenim una missió molt important, quedar-nos a casa per intentar que aquest virus no s'escampi més. Entre tots ho estem fent molt bé, llevat d'uns pocs, que estem confinats a casa. Des del TOT també us volem explicar que aquest número ha estat fet des del teletreball i amb un equip molt gran de tots els que formem la revista per treure aquesta edició al carrer. A tots, cuideu-nos molt.

Useu de forma responsable els recursos sanitaris



Informació sobre coronavirus

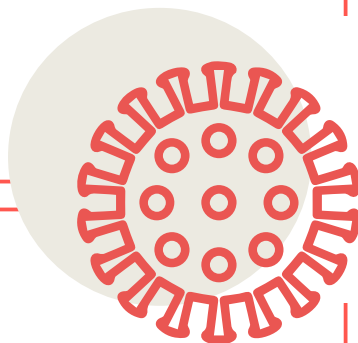
▶ **canalsalut.gencat.cat/coronavirus**
<http://canalsalut.gencat.cat/ca/inici>

Si tens **dubtes** si pots tenir coronavirus

▶ **Fes el test PUC ESTAR AFECTAT**
<http://canalsalut.gencat.cat/coronavirus-test/>

Consultes generals

▶ **012**



Emergències

▶ **112**

Urgències per coronavirus i sanitàries

▶ **061** /Salut
Respon



Jo actuo x

Amor als avis

Respectar els malalts

Donar exemple als fills

Jo actuo x

Ajudar els professionals sanitaris

Protegir els amics

I tu?

Queda't a casa i suma-t'hi!

Som 7,5 milions per
aturar el coronavirus

#JoActuo

joactuo.cat

/Salut

 Generalitat
de Catalunya

7,5 Milions
de futurs

Els hospitals badalonins reorganitzen espais per fer front al coronavirus

Racionalització del material al Germans Trias i Pujol

Tot i que alguns professionals sanitaris han denunciat manca de material, des de l'Hospital Germans Trias i Pujol s'ha volgut deixar clar que el material està arribant puntualment i actualment, segons l'hospital, no es pateix per l'estoc. Aquests dies s'està fent un ús racional i seguint els protocols perquè no falti aquest material, com mascaretes.

Col·lapse de tots els telèfons de salut, com el 061

Saturació total de tots els telèfons d'emergències i de Salut per la crisi del coronavirus. Molts ciutadans s'han queixat que els telèfons estan tan saturats que poden estar hores i hores sense atendre'ls. A més, en el cas del 061, queda tallat un cop estàs molta estona esperant resposta. El mateix col·lapse telefònic també el pateix, aquests dies, molts dels centres mèdics de Badalona.

Donació especial de Sang durant aquest dies

El Banc de Sang i Teixits de l'Hospital Germans Trias i Pujol continua rebellant al 100% perquè els hospitals no quedin sense reserves de sang. Per evitar anar a Can Ruti, el Banc de Sang ha activat diverses campanyes especials. Durant aquesta setmana es pot donar sang al Centre Cultural El Carme, abans cal reservar hora per motius de seguretat.



Imatge exterior de l'Hospital Germans Trias i Pujol

Salut | Redacció

L'Hospital Germans Trias i Pujol i l'Hospital Municipal de Badalona estan acollint malalts infectats pel coronavirus. Tots els professionals que hi treballen estan fent un esforç titànic per fer front a tots els malalts que hi arriben. Tant des de Can Ruti com el Municipal han reorganitzat diversos espais. Des de Germans Trias i Pujol, on es va produir la primera mort d'una pacient per coronavirus, una part dels professionals sanitaris que estaven en quarantena han tornat a treballar. Fons de Can Ruti han explicat que fins ara, dimecres

18 de març, no s'hi havien produït problemes per poder donar la millor atenció als pacients. Cada dia que passa, però, les urgències de tots els hospitals s'estan omplint de més pacients. A l'Hospital Municipal s'ha habilitat una planta pels pacients que han donat positiu en coronavirus o bé els sospitosos. D'altra banda, el Centre Sociosanitari el Carme s'ha adaptat una zona per aquests malalts i s'ha restringit les visites de familiars. Per la seva part, els ambulatoris de Badalona s'estan adaptant a la situació amb diversos nous protocols per atendre millor aquesta crisi.

Les farmàcies de Badalona doblen esforços aquests dies

Un altre col·lectiu que està treballant de valent són els farmacèutics. Fa molts dies que estan atenent molts dubtes de ciutadans. Mascaretes, gels, guants o termòmetres són els productes

més buscats, i esgotats des de fa temps. En molts establiments tenen llista d'espera. D'altra banda, algunes farmàcies de Badalona han activat un servei de WhatsApp per resoldre dubtes.

Can Ruti participa en un assaig clínic per frenar la transmissió del coronavirus



Imatge d'un laboratori del Germans Trias i Pujol

Salut | Redacció

Primer estudi que es fa a Catalunya per tractar la malaltia del coronavirus i buscarà que les persones afectades no puguin transmetre-la i que els seus contactes no arribin a desenvolupar-la. La consellera de Salut, Alba Vergés, ha explicat que l'assaig permetrà prendre decisions en l'àmbit assistencial per reduir el contagi. Diu que s'iniciarà en dues zones concretes per garantir-ne la fiabilitat. L'estudi parteix de la premissa que la malaltia és molt transmissible. De fet, una persona amb coronavirus és infecciosa durant 14 dies i pot contagiar entre el 5 i el 15% dels seus contactes. L'objectiu de l'estudi és aturar les cadenes de transmissió amb un medicament retroviral que s'administrarà a les persones amb coronavirus. El metge investigador del Servei de malalties infeccioses de l'hospital Germans Trias i Pujol de Badalona, Oriol Mitjà, ha explicat que a hores d'ara, cada persona contagiada n'infecta a tres més i assegu-

ra que la intenció és reduir la reproductivitat del virus. Mitjà ha assegurat que els primers resultats de l'assaig podrien arribar en 21 dies. En aquest assaig, Can Ruti tindrà un paper molt destacat i part de les persones que hi participaran són de la zona del Barcelonès Nord.

Comença la campanya #JoEmCorono per recaptar fons per a la prevenció i cura del coronavirus

Aquest dimecres ha començat la campanya #JoEmCorono per recollir diners contra la malaltia del coronavirus. Els donatius fets a través de la pàgina web www.joemcorono.com es destinaran als projectes de recerca del doctor Oriol Mitjà, que tenen com a objectiu el tractament precoç i la prevenció de la Covid-19. L'equip d'investigadors també col·labora amb l'IrsiCaixa, el BSC i l'IRTA-CReSA per desenvolupar una vacuna contra el coronavirus SARS-CoV-2. La campanya està impulsada per la Fundació Lluïta Contra la Sida, IrsiCaixa i l'Hospital Germans Trias i Pujol.

93.483.29.25 : telèfon d'informació municipal sobre el coronavirus

L'Ajuntament de Badalona ha habilitat el telèfon 93 483 29 25 per atendre consultes relacionades amb les mesures preses per l'Ajuntament en relació amb la prevenció del coronavirus. L'horari d'atenció és de 8.30 a 15h. **En aquest telèfon no s'atén cap consulta sobre salut, sinó informació sobre el municipi de Badalona relacionada amb el virus.**

Activat telèfon de Protecció Civil per coordinar entitats i col·lectius

Protecció Civil de Badalona ha posat en marxa el telèfon 93 387 00 16 per tal de coordinar aquelles entitats i col·lectius que vulguin col·laborar durant l'estat d'alarma. L'objectiu és assegurar la coordinació i, sobretot, la seguretat d'aquelles xarxes solidàries que treballen a la ciutat per tal de poder donar un millor servei a les persones que ho necessiten.

Neix la Xarxa Solidària de Badalona

Membres de diverses entitats estan organitzant una xarxa de suport per organitzar voluntaris i donar suport als veïns amb més dificultats en els dies de confinament. Els coordinadors de la Xarxa estan en contacte amb l'Ajuntament i amb Protecció Civil per sumar esforços. Més informació al correu: xarxasolidariabdn@gmail.com

Comerços de primera necessitat oberts i carrers silenciosos a Badalona



Imatge d'un establiment tancat de Badalona per l'estat d'alarma

Ciutat | Redacció

Des del passat cap de setmana, Badalona té una altra imatge. Els comerços de primera necessitat, o aquells que poden obrir per l'estat d'alarma, poden aixecar les seves persianes. Gairebé tots els restaurants de la ciutat han tancat i només els que ofereixen servei a domicili estan funcionant, això si a mig gas. Moltes botigues d'alimentació han explicat que han vist com els clients han augmentat, però per seguretat no deixen estar molts clients dins les seves botigues. Altres establiments, com calçat, roba o basars fa dies que també estan tancats.

L'Ajuntament anuncia la suspensió d'impostos i taxes durant aquesta crisi

El consistori va anunciar, dimecres, noves mesures fiscals per reduir l'impacte econòmic del coronavirus a la ciutat. L'Ajuntament ha suspès el cobrament del conjunt d'impostos i taxes municipals subjectes a padró

Denuncien ciutadans per incomplir el confinament a Badalona

Els Mossos d'Esquadra i la Guàrdia Urbana estan sancionant a les persones que haurien d'estar a casa i estan passejant pel carrer. Només poden sortir les persones que han d'anar a treballar, comprar productes de primera necessitat o força major. Només aquest dimarts, la policia va aixecar 106 actes denúncia a Badalona per infraccions relacionades amb l'incompliment de l'estat d'alarma. També s'han multat a diversos establiments de la ciutat per estar oberts aquests dies.

que encara no s'han posat al cobrament, per la paralització de terminis. Entre les taxes i impostos ajornades hi ha IBI, Impost sobre activitats econòmiques o els preus públics d'instal·lacions esportives, entre molts altres.

Els Mercats Municipals de Badalona canvien els seus horaris

Des d'aquesta setmana, els Mercats Municipals de la ciutat han modificat els seus horaris reduint els seus horaris. El Mercat Maignon obre de 8h a 14h, de dilluns a dissabte, i la resta, Torner, Pomar, la Salut i Sant Roc de 8h a 15h, de dilluns a dissabte. El de Llefià obrirà els divendres de 8h a 16h, i la resta de dies fins a les 15h. L'horari seguirà durant els dies d'Estat d'Alarma.

Supermercats de Badalona limiten l'aforament i adapten l'horari

Els establiments d'alimentació de la ciutat han adaptat mesures per limitar el nombre de persones que poden estar a l'interior dels locals. En molts casos, els clients han de fer cua a fora. També passa a moltes botigues de Badalona. D'altra banda, els supermercats Condis obren a les 9h del matí per a persones majors de 65 anys. A partir de les 10h, tothom pot entrar a comprar.

Tots els serveis han estat adaptats a la situació actual

Gairebé tots els serveis públics han modificat el seu funcionament. Pel que fa al transport públic, Tugsal ha tirat endavant una sèrie de mesures de seguretat, com entrar per la porta del darrera o que els conductors no poden vendre bitllets. El metro, tram i Rodalies Renfe també han pres mesures. Altres serveis, com deixalleries, biblioteques o oficines municipals, han estat tancades.

La Setmana en imatges

- 1 Empresaris xinesos del polígon Badalona Sud entreguen material, als sanitaris badalonins
- 2 Donacions de sang especials durant aquests dies difícils arreu de Badalona
- 3 Ciutadans xinesos reparteixen mascaretes a diversos indrets de Badalona. Foto: Mariela Mariela
- 4 Personal del sindicat SATSE de l'Hospital Municipal de Badalona surten al carrer per reclamar més material de protecció. Foto: Sílvia Quesada



La crisi del coronavirus allarga l'aturada de l'ACB fins al 24 d'abril

Bàsquet | Jordi Creixell

D'entrada l'ACB va decidir suspendre la lliga durant dues jornades pel coronavirus, però finalment l'aturada serà molt més llarga, de moment fins al 24 d'abril. Així ho van decidir dilluns els dirigents dels clubs que prenen part en la competició, en una reunió per videoconferència on també hi va participar el president verd-i-negre Juanan Morales. Les mesures preventives del govern espanyol, que dissabte va decretar l'estat d'alarma, i l'increment dels contagis han obligat a prendre aquesta decisió, que afectarà a cinc jornades més. Així, a més dels partits contra l'Obradoiro i el BAXI Manresa, la Penya també veu ajornats els duels contra el València, el Bilbao, el Betis, el Barça i l'Herbalife Gran Canària.

Momentàniament els clubs ACB mantenen la intenció d'intentar acabar la competició, malgrat que comença a planar la possibilitat que s'hagi de suspendre definitivament tota la temporada, com ja ha fet la



El parquet de l'Olímpic seguirà buit les pròximes setmanes. / Foto: J.C.

El primer equip, a casa

Un cop es va anunciar l'aturada de la Lliga Endesa, la Penya també va decidir suspendre els entrenaments del primer equip, afegint-se a tota l'aturada de l'activitat del

bàsquet base. A través de les xarxes socials, molts jugadors s'han sumat a les campanyes de conscienciació perquè tothom es quedi a casa.

FIBA amb l'Eurolliga i l'Eurocup femenines. En un comunicat, el president de l'ACB, Antonio Martín, va expressar que "la voluntat de tots els clubs segueix sent reprendre

la competició i finalitzar la Lliga Endesa 2019/2020", admetent, però, que tot dependrà de com evolucioni la situació en les pròximes setmanes.

Els estrangers dels Dracs marxen



La incertesa pel coronavirus ha provocat que alguns dels jugadors estrangers dels Badalona Dracs hagin decidit tornar als seus països, a l'espera de saber si es podrà acabar la lliga, que també s'ha aturat. De moment la suspensió és per dues jornades, però s'entreveu que s'allargarà encara més. / Foto: FEFA

Mireia Belmonte interromp la preparació



La nedadora badalonina Mireia Belmonte, que estava entrenant al CAR de Sierra Nevada, també ha hagut d'interrompre la seva preparació de cara als Jocs Olímpics de Tòquio que teòricament s'han de celebrar aquest estiu. Des de casa, Belmonte s'ha afegit a la crida de no sortir al carrer per reduir la corba de contagis. / Foto: @UCAM_Deportes

El Badalona tampoc s'entrena, a l'espera del que pugui passar amb la lliga



Una imatge de l'Estadi. / Foto: Eloy Molina

Futbol | J. C.

La lliga de Segona B, com tota la resta de competicions de futbol, també està suspesa temporalment pel coronavirus i el CF Badalona ha paralitzat tota l'activitat mentre duri la situació de confinament general. Els

futbolistes treballen a casa seva, segons una rutina marcada pel cos tècnic, i diàriament els preparadors estan en contacte amb tots ells per controlar les càrregues de treball i comprovar com les van assimilant. De moment s'han ajornat dues jornades, però tot indica que en seran més.

La resta de l'esport badaloní, també a l'expectativa

La situació generada pel SARS-CoV-2 també està provocant molta incertesa en la resta de clubs i entitats esportives de la ciutat. Equips com el Seagull, el Rugby Club Badalona o el Tennis Taula Badalona també han vist interrompudes les seves lligues i estan a l'expectativa de saber si podran tornar a competir en les pròximes setmanes. A banda de tot això, també s'han hagut de posposar algunes de les curses previstes. Fa uns dies es va ajornar la Cursa "Ponle Freno", programada per aquest diumenge 22 de març, i el mateix li ha passat a la 9a edició de la Màgic BDN Running, que s'havia de disputar el 5 d'abril i s'ha ajornat fins al 14 de juny.


Dietética Sandra
Come sano vive bien

Aliments ecològics, productes naturals, olis essencials i cosmètica ecològica
A partir de 30€ "DEMANA EL TEU REGAL" TOT L'ANY

DESCOMPTE EN GELEA REIAL



**DIETA ACTIVA
ET VOLS APRIMAR?
TENS ANSIETAT?
LA TEVA SOLUCIÓ?
AURICULOTERÀPIA I
DIETES
PERSONALITZADES**

Avda. Catalunya 45-47
933 872 824

Fa 85 anys era notícia a Badalona

La ciutat actualitzava el seu padró en 45.788 habitants

Ara fa just 85 anys, durant el mes de març de l'any 1935, l'Ajuntament donava a conèixer el seu padró municipal. A diferència d'ara, que es fa cada any, abans només s'actualitzava cada 5 anys. L'Eco de Badalona, del dissabte 23 de març de l'any 1935, actualitzat ara pel Museu de la ciutat, publicava l'actualització d'aquest darrer padró. A la ciutat, 85 anys enrera, hi vivien 45.788 habitants, d'aquests 22.144 eren homes i 23.644 eren dones. D'aquests, 16.981 eren majors d'edat o caps de

Un envelat, desplomat, l'estiu de 1935. Foto: Museu de Badalona. Arxiu Josep M. Cuyàs.



casa, com explicava l'Eco de Badalona, (11.926 eren homes i 5.055 eren dones) i eren menors uns 28. 807

menors d'edat, 10.128 homes i 18.589 dones, segons les dades d'aquest padró de l'any 1935.

#totbadalona a Instagram



lupelovebdn
Badalona

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

Moltes gràcies a tot l'equip del centre d'atenció primària de dalt la vila! #quedatcasa #Badalona
[@avvdaltlavlila](https://www.instagram.com/avvdaltlavlila)

El repte #MagicBDNRunning té nova data: 14/06 a #Badalona i has d'arribar en plena forma! Et proposem una rutina per entrenar a casa amb una esterilla una cadira i poc més!
[@MagicBDNRunning](https://www.instagram.com/MagicBDNRunning)

A veure, si tots estem confinats a casa, per què a l'obra del costat es treballa com si res? Així no ens en sortirem #Badalona
[@jmaurira](https://www.instagram.com/jmaurira)



El personatge

Gràcies, gràcies i més gràcies a tots els professionals sanitaris



Mentre els hospitals i ambulatoris no paren de rebre malalts per coronavirus els professionals sanitaris estan treballant al 200% per poder atendre totes les necessitats. Des de dissabte, centenars de badalonins han sortit, cada vespre, a finestres, balcons i terrasses de casa seva per agrair als sanitaris la feina que estan fent per combatre el coronavirus. Aquest gest s'ha fet notar

arreu de la ciutat, en barris com Lloreda, Bufalà, el Centre o el Gorg, entre molts altres. Es tracta d'una convocatòria que ha circulat a través de Whatsapp i que de seguida ha comptat amb el suport de molts ciutadans d'arreu del territori. A Badalona, molts professionals sanitaris, com els que treballen al CAP Centre Dalt la Vila, han fet vídeos per agrair aquests homenatges ciutadans.



Ho hem vist al Facebook del TOT



Salut engaga un assaig clínic per frenar la transmissió del coronavirus.
L'hospital de Can Ruti tindrà un paper destacat
https://www.eltotbadalona.cat/salut-engaga-un-assaig-clini...



ELTOTBADALONA.CAT
Salut engaga un assaig clínic per frenar la transmissió del c...
El Departament de Salut ha informat, aquest dijous al matí, del primer es...



Purificación Gómez

Esta noche también aplaudir por todos los que están investigando

Marina Martinez

Estoy segura que en can Ruti van a encontrar un remedio al coronavirus, soys muy grandes increíbles profesionales

Pepi San

Ojalá de resultados, lo necesitamos. Gracias por el trabajo que estais haciendo.

Enquesta

via Twitter @totbadalona

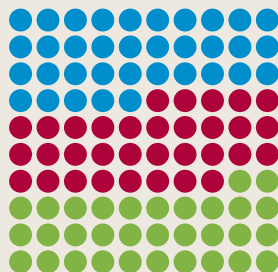
326 vots

Creus que les diferents administracions estan actuant bé davant la crisi del coronavirus?

Sí, estan actuant bé **35%**

No, no ho estant fent bé **33%**

Podria ser millor **32%**



Pròxima pregunta:

Creus que els ciutadans estem sent responsables durant la crisi del coronavirus?

Sí, ho estem sent

No, no estem sent

Podria millorar

Els nostres seguidors han opinat!

De que sirve la distancia de seguridad si luego cojen el bus para volver a casa con la compra

@AlexhxZu

La gente no entiende? Que no estamos de vacaciones!

@Maribel08707929

Amb aquest panorama estarem confinats fins el mes de maig...

@xavimabril1

Suspesos tots els actes de la Setmana Santa a Badalona



Imatge d'arxiu de la Processó del Dijous Sant

Setmana Santa 2020 | Redacció

No hi haurà cap acte oficial de Setmana Santa a Badalona. Totes les celebracions religioses i culturals han estat suspeses. Ja diumenge, les diferents entitats badalonines que organitzen la Setmana Santa a la ciutat.

Tots els actes han quedat suspesos, menys la Moixiganga que tindria lloc durant el mes de maig, si la situació ho permet. En un comunicat, l'Associació Processó del Dijous Sant ha explicat que "vista la situació excepcional en què ens trobem arran de la proliferació virus COVID-19 entre la població i els seus efectes a la salut a nivell assistencial i seguint les indicacions de les autoritats competents en matèria de salut pública tant per part de la Generalitat de Catalunya com de l'Ajuntament de Badalona i

la Parroquia de Santa Maria, s'ha cregut oportú suspendre tots els actes programats de Setmana Santa a la ciutat de Badalona fins a nova ordre".

La Processó de Llefià també queda suspesa

La "Hermandad del Santísimo Cristo Redentor y nuestra señora de la Soledad de Badalona" ha emès un comunicat on anuncia que queden suspesos tots els actes que s'havien de celebrar durant la pròxima Setmana Santa. Això vol dir que queden anul·lats la Santa Missa de la Germanat, la processó de la "Borriquita" i la tradicional Processó del Sant Enterrament del barri de Llefià. La Germanat ha comunicat que convocarà cultes extraordinaris un cop passi aquests dies de confinament a casa pel coronavirus.

Teatre badaloní online per aquests dies

Aquests dies confinats a casa, la companyia badalonina teatral Món Animal, creada l'any 2011, ha animat a tothom qui ho vulgui a poder veure les seves creacions a través d'internet. De fet, moltes companyies han penjat les seves obres a través de l'etiqueta Teatre al Sofà.

Primera edició del festival BalcóFest a Badalona

El confinament a casa ha portat a la ciutat algunes idees originals per fer des del balcó o terrassa de casa. Una d'aquestes és el primer Festival artístic de balcó de Badalona. Alguns ciutadans han llençat aquesta proposta per les xarxes per sortir cada tarda a les 18h i demostrar alguna acció.

Totes les entitats culturals de la ciutat s'han aturat

Des de divendres passat, totes les entitats culturals de Badalona, i de la resta del país, s'han aturat. De fet, han quedat ajornats, o bé anul·lats, festivals com el Bues i Ritmes, la Dansa Metropolitana o les obres que s'havien de fer als teatres municipals. En tots els casos no hi ha data per tornar a fer els actes.

Editorial

A Barcino

Maria Carme Roca

Planeta



Amb gairebé vint-i-cinc anys, la Minícia pateix el rebuig del seu pare, Luci Minici. El motiu: quan era molt jove, la Minícia havia estat amant d'en Teseu, l'home que va mortificar la vida del noble Minici.

L'he matat jo?
Amaro Correia
a Barcelona

Planas i Comes,
Francesc



Un dia de febrer de 1985, Carla Vidal, l'esposa d'un famós traumatòleg de Barcelona, confessa haver mort el seu marit. Ingressada per una crisi mental, la mantenen a recer de la policia. Quan es recupera de l'estrès i la sedació, no recorda el que ha passat en els darrers dies.

Facilitat per Saltamarti Llibres



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

Estrenes de Cinema a les plataformes digitals

Spenser: Confidencial



Direcció: Peter Berg
Intèrprets: Mark Wahlberg, Winston Duke, Alan Arkin, Iliza Shlesinger, Bokeem Woodbine, Marc Maron, Austin Post, Colleen Camp, Michael Gaston

Spenser, un expolicia i exconvicte, s'alia amb Hawk, un aspirant a lluitador, per destapar una sinistram trama relacionada amb les morts de dos agents de Boston.

NETFLIX

El Hoyo



Direcció: Galder Gaztelu-Urrutia
Intèrprets: Ivan Massagué, Zorion Egileor, Antonia San Juan, Emilio Buale, Alexandra Masangkay

Una plataforma amb menjar per a tots ells. Ets dels que pensen massa quan estan a dalt? O dels que no tenen coratge quan estan sota? Si ho descobriexes massa tard, no sortiràs viu de l'Hoyo. Has de veure-la per treure conclusions.

NETFLIX

Stuber Express



Direcció: Michael Dowse
Intèrprets: Dave Bautista, Kumail Nanjiani, Betty Gilpin, Mira Sorvino, Iko Uwais, Natalie Morales

La vida d'un plàcid conductor d'Uber, Stu, canvia de sobte quan es puja al seu vehicle un passatger que resulta ser un policia que segueix la pista a un brutal assassí. Stu es veu obligat a lluitar per salvar la vida.

Movistar+



Dipòsit Legal:
B 11724-2015
Núm. 221

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

Novetats

Estrenes de sèries a les plataformes digitals

Carta al Rey



Creada per: William Davies
Intèrprets: Amir Wilson, Ruby Ashbourne Serkis, Thaddea Graham

Un jove aprenent de cavaller brega amb profecies ancestrals, poders màgics i companys vel·leïtosos mentre empren una missió èpica per salvar el seu regne.

NETFLIX

Un juego de caballeros



Creada per: Julian Fellowes
Intèrprets: Edward Holcroft, Kevin Guthrie, Charlotte Hope

La sèrie explica els orígens del futbol, i malgrat les diferències de classes, tant els treballadors com els membres de l'alta societat van ser capaços de crear i portar a un nivell més alt aquest esport.

NETFLIX

Vampiros



Creada per: Benjamin Dupas, Isaure Pisani-Ferry
Intèrprets: Oulaya Amamra, Suzanne Clément, Kate Moran

Una jove parisenca (meitat humana, meitat vampira) gestiona com pot els seus nous poders i el seu embolic familiar mentre és perseguida per una comunitat secreta de vampirs.

NETFLIX

La Forense (T2)



Creada per: Adrienne Mitchell
Intèrprets: Seneca Aaron, Morwyn Brebner, Wendy Motion Brathwaite, Noelle Carbone, Nathalie Younglai

Basada en els reeixits llibres de M.R. Hall, la sèrie gira entorn Jenny Cooper, qui estrena treball com a metge forense a Toronto, on investigarà diverses morts sospitoses.

CALLE 3

Documentals

Cholitas

Dirigit: Pablo Iraburu i Jaime Murciego



Aquest documental dirigit per Pablo Iraburu i Jaime Murciego, retrata l'expedició de cinc dones bolivianes que es van rebel·lar contra la discriminació. Vestint la seva faldilla tradicional van protagonitzar una expedició única a la muntanya més alta d'Amèrica.

Movistar+

La chica de oro

Dirigit: Denisa Morariu-Tamas, Adrian Robe



Aquest documental recorda la història de la gimnasta d'elit romanesa Andreea Raducan, guanyadora de l'or a Sydney 2000. Tres dies després queia espectacularment de podi quan va donar positiu en el control antidopatge.

HBO

Infantil

Short circuit

Disney

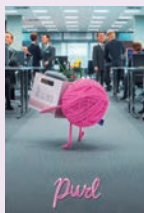


Qualsevol empleat de Disney va tenir un temps per presentar idees innovadores d'històries, i sobre ells la companyia ha construït aquesta sèrie de curts experimentals que busquen descobrir nous talents. Compararà amb 14 curtsmetratges de diferents artistes.



Sparkshorts

Pixar



Els empleats de Pixar reben sis mesos i un pressupost limitat per crear un curtmetratge personal d'animació i provar-se en Disney + El primer lliurament d'aquest projecte és "Purl", obra de la directora Kristen Lester.



The Mandalorian



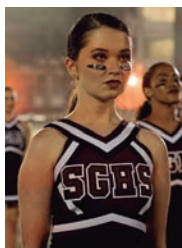
Creada per: Jon Favreau

Intèrprets: Pedro Pascal, Gina Carano, Carl Weathers, Werner Herzog, Nick Nolte, Giancarlo Esposito

La primera sèrie en l'univers 'Star Wars' de Disney + segueix els passos d'un mandaloriano solitari després de la caiguda de l'Imperi, en els confins de la galàxia.



Rétame



Creada per: Megan Abbott, Gina Fattore

Intèrprets: Herizen Guardiola, Marlo Kelly y Willa Fitzgerald

Les relacions i lleialtats de l'equip d'animadores liderats per Beth i el seu inseparable Addy s'enfonsen amb l'arribada d'una gèlida entrenadora a l'institut.

NETFLIX

Roswell: New Mexico (T2)



Creada per: Carina Adly Mackenzie

Intèrprets: Jeanine Mason, Heather Hemmens, Nathan Parsons, Tyler Blackburn, Lily Cowles

La protagonista és una jove procedent d'una família d'immigrants, que es veu obligada a tornar a la seva ciutat natal, Roswell, per descobrir que el noi que li agradava a l'institut és ara policia.



The Wall



Creada per: Patrice Sauvé

Intèrprets: Isabel Richer, Alexandre Landry, Alexa-Jeanne Dubé, Eveline Gélinas, Patrick Hivon

Fermont és un petit poble miner situat al nord-est del Quebec on es troba el cadàver d'una jove ballarina. La policia del Quebec envia a la detectiu Céline, una de les seves professionals més experimentades, per investigar el cas.



Ens en sortirem, no tingueu cap dubte

Marta Martí

Aquests darrers dies estem tots vivint aquesta situació d'una manera molt similar. Tancats a casa, molts no-més anant a treballar, ens

enfrontem a la por de no saber que passarà. Els polítics van a marxa més lenta que la mateixa societat. Des del minut 1, els ciutadans ens hem organitzat, amb xarxes per ajudar els més vulnerables,

amb idees per fer a casa, sortir al balcó per aplaudir i donar les gràcies als professionals sanitaris. Son temps difícils, però hem d'anar endavant i aviat veurem la llum a tanta foscor. Ànims a tots.

Nius de rates al barri de la Morera

Marcel Reverter

Us envio una foto dels nius de rates al carrer Ferrer i Basses, al barri de la Morera. Cada dia hi ha més terra, això vol dir que el niu es fa més gran i més raten habiten.



ARA POTS ENVIAR-NOS LES TEVES
CARTES, FOTOS DENÚNCIES I INFORMACIÓ
SOBRE NOTÍCIES QUE PASSIN A BADALONA
AL WHATSAPP DEL TOT

651 976 517

St. Antoni de Llefià
Plaça de l'Amistat

Carrer a carrer

El nom d'aquesta plaça és un homenatge a les relacions amistoses entre les persones de diferents cultures, religions i creences. Aquest espai era conegut popularment com a plaça de l'amistat i per aquest motiu l'Ajuntament adoptà el seu nom, el 1984.



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

Preparats per salvar el clima

Tots tenim un paper a exercir en la lluita contra el canvi climàtic i el de l'aigua, el nostre recurs més preuat, és essencial

Els efectes de l'escalfament global ja arriben a tots els racons del planeta. Temporals com el Glòria ens fan viure en primera persona escenes que abans semblaven ficció. La força dels elements es desferma i produeix precipitacions torrencials (fins a 220 litres per metre quadrat

a l'àrea metropolitana de Barcelona), onades gegants i danys a tot el litoral. Al mateix temps, la primavera s'anticipa i els ametllers floreixen al febrer. Necessitem més senyals? La Terra ens envia un missatge clar: el canvi climàtic és una realitat i ha arribat el moment d'actuar. No en podem permetre el luxe

d'esperar.

La lluita contra el canvi climàtic és el repte col·lectiu més important que ha afrontat mai la humanitat. Però també és una batalla en la qual els nostres petits gestos juguen un paper definitiu. Fer un ús responsable de l'aigua i l'energia, apostar pels mitjans de transport sos-

tenibles, racionalitzar el consum i escollir aquells productes i serveis amb menor impacte ambiental són eleccions personals diàries que ajuden a combatre l'escalfament global.

L'edició d'enguany del Dia Mundial de l'Aigua posa el focus pre-



Aigües de Barcelona està compromesa amb el desenvolupament sostenible, l'economia circular i les baixes emissions

L'edició d'enguany del Dia Mundial de l'Aigua posa el focus precisament en la relació entre el canvi climàtic i el risc d'escassetat de recursos hídrics.

La lluita contra l'escalfament global requereix un esforç conjunt de les administracions, les empreses i la ciutadania.

cisament en la relació entre el canvi climàtic i el risc d'escassetat de recursos hídrics. Sense aigua no hi ha vida. És l'element bàsic per fer front a l'increment del 70% en la producció d'aliments que caldrà per alimentar la població mundial, que arribarà als 9.000 milions de persones el 2050 enfront dels 7.000 milions del 2011. El 92% del consum diari d'aigua està lligat a la producció d'aliments (agricultura i ús en processos industrials com refrigeració, dissolució de matèria i neteja, entre d'altres). Es necessiten 109 litres d'aigua per produir una copa de vi, 560 litres per aconseguir un quilo de taronges i 4.325 litres per a un quilo de pollastre. És l'anomena-

da petjada hídrica i ens obliga a apostar per l'alimentació més sostenible. La lluita contra l'escalfament global requereix un esforç conjunt de les administracions, les empreses i, de manera destacada, la ciutadania. L'aigua, el nostre recurs més preuat, pot ajudar a combatre el canvi climàtic. Un ús més responsable i eficient contribueix a la protecció dels recursos naturals i la reducció dels gasos d'efecte hivernacle. Aigües de Barcelona, amb una llarga experiència en la gestió d'aquest recurs, està compromesa amb el desenvolupament sostenible, l'economia circular i les baixes emissions. La companyia ha reduït les seves emissions de CO₂ en un 41,2% respecte del 2015. A més, aposta decididament per la reutilització

del 100% de l'aigua, completant el cicle integral i com a mesura per lluitar contra el canvi climàtic.

La conversió de les estacions de depuració d'aigües residuals en ecològiques és una altra línia bàsica, que forma part de la filosofia del residu zero. Es tracta d'aconseguir l'autosuficiència energètica mitjançant la producció d'energies renovables (biogàs procedent de residus rics en matèria orgànica i plaques fotovoltaïques) i l'aplicació d'elevats nivells d'eficiència energètica. La reducció de residus, donant-los una segona vida, inclou altres iniciatives innovadores d'Aigües de Barcelona, com la reutilització de la terra extreta de les rases de les obres de canalització, que arribarà al 50% del total l'any 2020.

La mobilitat sostenible és un altre pilar de la companyia, que va iniciar el 2014 la substitució de la seva flota de vehicles tradicionals (de combustió) per cotxes elèctrics 100%, un procés paral·lel a la transformació de les infraestructures dels seus edificis i equipaments. La flota elèctrica estava formada el 2019 per un total de 131 vehicles.

Un dels riscos més grans del canvi climàtic és la reducció de la biodiversitat, és a dir, la pèrdua d'espècies de la flora i fauna que habita el planeta. Aigües de Barcelona protegeix els ecosistemes naturals en els paratges on s'ubiquen les seves depuradores de Begues, Gavà-Viladecans i Vallvidrera.

Els nens i nenes de Badalona donen ànims a tothom

Troba tots
els dibuixos
al web



Aquests dies de confinament a casa, sense escola, molts nens i nenes no paren de jugar, dibuixar i fer activitats a casa. Des de les xarxes socials del TOT vàrem fer una crida perquè els més petits enviessin els seus dibuixos d'ànims a la nostra redacció. Hem rebut molts i molts dibuixos i hem tingut molta feina fent una tria. Aquí teniu alguns exemples d'ànims dibuixats pels més petits de la ciutat.



Leyre (4 anys)



Izan



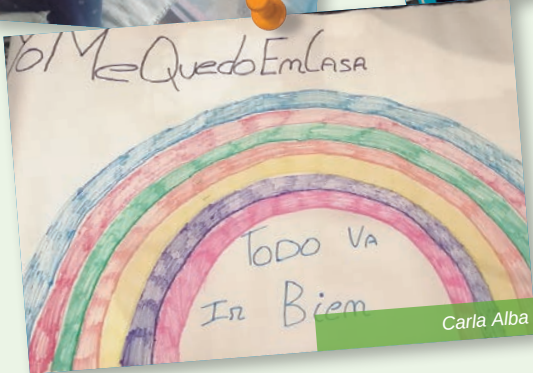
Alexandra



Eloy i Nil



Eric i Leire



Carla Alba



Jan Rodríguez (7 anys)



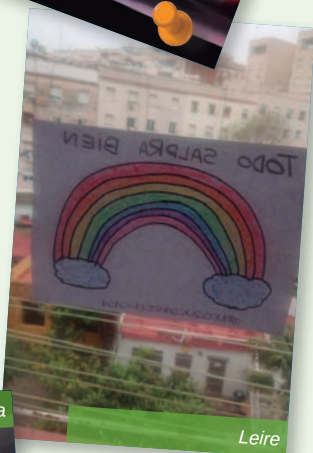
Julen i Ona



Enzo Ruiz (6 anys)



Mia (2 anys)



Leire



Martina i Inma



Max Rodríguez (3 anys)



Nerea i Maria

Sonia Barcelo



Daniela Molina



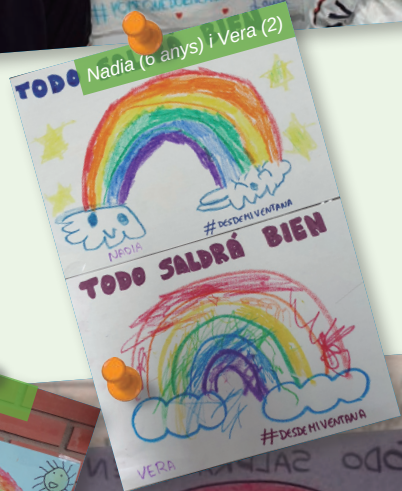
Natalia i Laura Sánchez



Ula Sajor



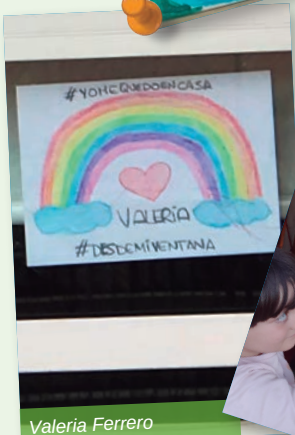
Nadia (o anys) i Vera (2)



Naira



Valeria Ferrero



Leire



A woman with dark hair, wearing a grey knit sweater and blue jeans, is sitting on a windowsill. She is looking out of a window at a red-roofed building. The scene is dimly lit, with light coming from the window.

EN AQUESTS MOMENTS
ON CAL ESTAR INFORMATS

EN AQUESTS MOMENTS
ON BUSQUEM QUÈ PASSA A LA
NOSTRA CIUTAT

EN AQUESTS MOMENTS
D'ESTAR A CASA CONFINATS...

EL TOT, HI ÉS! LA REVISTA VOL AGRAIR ALS ANUNCIANTS EL VOSTRE SUPORT.
GRÀCIES A ELLS AQUESTA SETMANA EL TOT ÉS A LES VOSTRES MANS.

MOLTES GRÀCIES!

TOT

Animalets



Els animals domèstics poden desenvolupar la malaltia COVID-19?

Col·legi Oficial de Veterinaris
de Barcelona · covb.cat

Amb les dades científiques de què es disposa actualment, no hi ha cap evidència que els animals domèstics puguin desenvolupar la malaltia, ni tant sols que es puguin infectar amb el virus. Els gossos i els gats poden patir malalties produïdes per altres tipus de coronavirus, i aquests no afecten l'ésser humà. A més, el coronavirus felí així com el que afecta als gossos són genèticament diferents al coronavirus (SARS-CoV-2) causant de la COVID-19. De fet, els primers pertanyen al grup dels alfa-coronavirus mentre que aquest

últim és un beta-coronavirus, de manera que es tracta de virus completament diferents a nivell genètic.

Els animals domèstics poden transmetre la malaltia a l'home?

No hi ha evidència que el coronavirus causant de la COVID-19 pugui infectar als animals de companyia i tampoc que aquests la puguin transmetre a persones ni altres animals. En tot cas, els animals poden funcionar com a portadors passius de partícules virals (a la seva pell, al nas etc.), és a dir, com el que es coneix com a fomites. Aquesta última situació es podria donar en cas

de que una mascota estigui exposada al virus per persones que pateixin la COVID-19 i estiguin excretant el virus.

Si una persona està infectada amb el coronavirus, pot mantenir a casa la seva mascota?

Sí, pot fer-ho. Però cal que mantingui una sèrie de mesures:

- Mantenir distància amb l'animal i utilitzar mascareta.
- És totalment contraindicat posar una mascareta a l'animal.
- Si l'animal ha d'anar al veterinari, ha d'anar-hi acompanyat d'una altra persona i cal avisar prèviament el veterinari perquè prengui les mesures corresponents.

Nova obertura!

Alfons XIII, 4 Badalona
603 687 190

Botiga especialitzada
en mascotes, accessoris, alimentació... I properament també perruqueria!

#grooming

#beds

#puppies

#streaks

#legs

#shampoo

#toys

#clippers

#feed



No hi ha evidència que els aliments siguin una font de transmissió del COVID-19

D'acord a l'Autoritat Europea de Seguretat Alimentària (EFSA) actualment no hi ha evidència que els aliments siguin una font o via probable de transmissió del virus. El Centre Europeu per a la Prevenció i Control de Malalties (ECDC)

ha dit que si bé els animals a la Xina eren la probable font de la infecció inicial, el virus s'està estenent de persona a persona, principalment a través de gotetes respiratòries que la gent esternuda, tos o exhala. Per prevenir qualsevol toxiinfecció alimentària recorda seguir les quatre normes bàsiques d'higiene durant la manipulació i preparació d'aliments, com rentar-se les mans, cuinar la carn a fons i evitar una possible contaminació creuada entre aliments cuinats i no cuinats.

Netejar
Renteu-vos les mans abans

de començar a preparar el menjar i cada cop que tossiu, esternudeu aneu al lavabo o toqueu les escombraries.

Cuinar
Cuineu bé els aliments perquè no hi quedin parts crues.

Separar
Separeu els aliments crus dels que ja estan cuinats.

Refredar
Prepareu els aliments poc abans de consumir-los.

No els deixeu a temperatura ambient durant més de dues hores.

El Petit
Ca l'Olives

Esmorzar de forquilla
Carns a la brasa i Peix de platja
Menú diari
Obert de dilluns a
dissabte de 8.30 a 16h.
i divendres nit

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



Cuinar amb nens: "tortitas" de plàtan sense gluten

pequerecetas.com

Aquestes "tortitas" (coquetes) de plàtan poden convertir-se en l'esmorzar favorit dels teus fills pel saboroses i divertides que són. A més són molt fàcils de combinar amb diferents productes per a un esmorzar complet. No porten farina, ni sucre afegit i sobretot, només et caldrà dos ingredients!

Ingredients

Per 12- 15 coquetes petites

2 ous

1 plàtan i mig.

Per fer les coques casolanes de plàtan primer tallarem la fruita en trossos petits i ho posarem en el got del nostre robot de cuina juntament amb els ous, processem, fem un interval de diversos segons i repetim diverses vegades fins a obtenir una barreja homogènia i sense grumolls.

Així de fàcil i així de ràpid! Ja tenim a punt la massa per a les nostres coques.

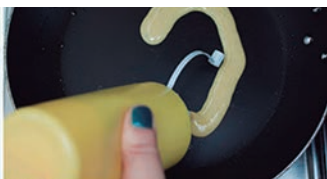
Posem una paella antiadherent a escalfar amb una mica d'oli o mantega i posem la barreja per a coques en un biberó de

rebosteria (també podem fer servir un cullerot). Quan la paella estigui calenta, amb el biberó dibuixem el contorn d'un cor i després omplim, cuinem a foc mitjà. També podem fer servir un cullerot i fer-les simplement rodones. Al no portar farina, aquestes coquetes són més toves, és per això que hem de fer-les petites, en cas contrari serà difícil donar-lis la volta. Quan notem que la galeta està ben daurada de la banda de sota, li donarem la volta amb una espàtula i cuinem per l'altre

La Masia
de la Xesca
RESTAURANT
Cuina Catalana
i de Mercat
Carns a la brasa
Salons per reunions
i celebracions

Jordi i Xesca
Sagunt, 112 - Badalona
93 383 65 56 - 93 387 33 24





costat un minut més. És important que abans de donar-la volta estiguem segurs que estan dauradets perquè no se'ns trenquin. Per a unes co-

quetes de plàtan esponjoses el millor és fer-les una mica gruixudes. Es poden acompanyar amb mel, melmelada ... alguna cosa per comple-

tar un esmorzar sa i saborós. Aquesta recepta és tan fàcil i ràpida que segur que els teus fills voldran ajudar-te per fer l'esmorzar per a la família.



POLLASTRES A L'AST · MENJARS PER EMPORTAR
MENÚ DIARI 7,50€

Obert de dilluns
a diumenge de 10h.
a 15.30h.
Canonge Baranera, 121
Tel. 93 464 19 76 



Carrer Canonge Baranera, 22A · Tel 93 127 53 56
de dilluns a dissabte de 9.30 a 20.30h. diumenge tancat
AMANIDES/CREMES I HEALTHY FOOD



TOT

AQUESTA SETMANA HEM REPARTIT LA REVISTA EL TOT DIRECTAMENT A CASA DE GENT GRAN DE BADALONA

Gràcies per el vostre suport,
gràcies per ser tan solidaris:

Margenat


Condis
SUPERMERCATS

 **TOLDOS
ZABALLOS**

Tractaments de bellesa homemade per a aquests dies

Segurament durant aquests dies passaràs més temps a casa, per això et proposem alguns tractaments de bellesa casolans. Aprofita i posa't mans a l'obra!

Tractament per als cabells

L'ús continu de productes per al cabell va deixant residus en ell, fins i tot alguns que no notem aparentment però que, però, fan que el nostre cabell es vegi amb menys força i

brillantor. Per això, podem usar una màscara que elimini tota mena d'impureses, barrejant dues cullerades de bicarbonat de soda amb una mica d'aigua, de manera que faci una pasta.

Fer massatges sobre el cabell sec i deixar actuar 15 minuts, esbandir amb aigua i rentar amb normalitat. Veuràs com el cabell està molt més bonic. Pots utilitzar cada 15 dies.

Per a realitzar un tractament de bellesa facial a casa només necessites:

Per començar el tractament és necessari que la pell aquest desmaquillada.

Per afavorir l'eliminació de cèl·lules mortes i que el tractament sigui més efectiu es recomana fer un exfoliant facial, hi ha diferents mètodes, el més ràpid és els gels granulats. En el cas de no tenir podem fer-ho barrejant gel desmaquillador i sal fina de taula. Aplicar amb aigua i realitzant moviments circulars, aclarir amb aigua abundant.

Vaporitzar la pell per netejar profundament la pell

Posarem a bullir aigua amb unes bossetes d'infusió de camamilla, la camamilla ajudarà a calmar la pell i



CENTRE DE TERÀPIES
ORIENTALS



Centro de Terapias Orientales

**Acupuntura,
Massatges
i més**

Mercè, 45 - Badalona

Tel. 663 389 839

www.acupunturabadalona.com



prevenir possibles irritacions, a més d'aportar una teràpia aromàtica relaxant. Aplicar vapor a la pell ajuda a obrir els porus i netejar-la més en profunditat. Afegir un grapat de lavanda seca i de romaní en un recipient amb aigua bullint i afegir unes gotes d'oli essencial de gerani, deixar durant 5 minuts.

Afegir una mica més d'aigua bullint i seure amb la cara

davant el recipient cobrint el cap amb una tovallola perquè el vapor vagi directament a aquest. Després de 5 minuts aclarir la cara amb aigua freda i donar suaus massatges amb oli d'ametlles.

Hidrata a consciència

Aquesta mascareta és ideal per a pells seques o per a aquelles que han estat exposades a estrès (sol, contaminació ...). Pela,

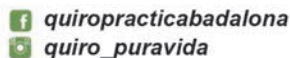
trousseja i pica un rave fins a crear una pasta (guarda dues rodanxes, per posar-les sobre els ulls i tenir aquest aspecte de màscara 'party'). Estén la pasta pel teu rostre i reposa tranquil·lament durant un quatre d'hora.

Aquest vegetal està compost per un 97% d'aigua, de manera que és ideal per hidratar i, a més, conté vitamina E, olis naturals i minerals.



¿QUIERES MEJORAR TU SALUD?

La quiropráctica ayuda a restaurar la función normal de la columna lo que puede disminuir el dolor y mejorar la salud en general.



c/ Francesc Layret 171 - Badalona TEL. 933 843 775 www.quiropacticabadalona.com



Com hidrarem les pells més seques?

Farem servir una barreja de iogurt i mel, amb el qual aportarem gran quantitat de nutrients.

Un cop aplicada la mascareta, la deixarem reposar uns 10 o 15 minuts, retirar.

Aplicar tònic per tancar el porus, tonificar i refrescar la pell.

Després d'haver realitzat el tractament podem aplicar la crema de dia o nit.

Exfoliant per al cos

Exfoliar el cos és un tractament que es realitza amb molt poca freqüència i que és molt important per eliminar les cèl·lules mortes de la pell i preparar-la per al bronzejat, la depilació i altres tractaments.

Es pot realitzar un exfoliant casolà barrejant 2 cullerades de sucre, 2 de civada i una mica d'oli d'ametlles. Aplicar sobre la pell prèviament humitejada amb suaus moviments circulars amb l'ajuda d'alguna esponja si es prefereix.

L'ideal és realitzar aquest tractament a la dutxa abans de banyar-se, de manera de no embrutar tant i ja després

procedir a dutxar-se i retirar el exfoliant.

Mims per les teves mans

Col·locar aigua tèbia en un recipient, afegir unes gotes d'oli de lavanda i deixar les mans en remull durant 10 minuts. Esbandir, assecar i barrejar una mica d'oli, llimona i sucre i fregar molt bé les dues mans. Esbandir novament, assecar i veure que suaus i sedoses quedaran les mans.



Marc Llinares ... cantante, solista y miembro de The Paradise

Eventos para casales y para que nuestros mayores pasen una tarde muy divertida.

Precio como solista: **150€**

Precio como grupo: **200€**

DIVERSIÓN GARANTIZADA. EL 100% 2.30 HORAS DE DIVERSIÓN

TEL. 608 426 891



Mims per als peus

Barrejar suc de pinya amb aigua tèbia i posar els peus en remull durant uns 15 minuts. La pinya té propietats que suavitzen la pell. Després assecar els peus i retirar les impureses amb una pedra tosca i aplicar una crema humectant.

Bany relaxant

Fa quant que no et fas un bany relaxant a casa? El psicòleg

Neil Morris, de la Universitat de Wolverhampton (Regne Unit), va publicar un estudi en 2002 que provava els beneficis psicològics de l'bany eliminant sentiments pessimistes i augmentant el sentiment intern de plaer.

Altres estudis han demostrat que donar-se un bany redueix els nivells de cortisol, l'hormona de l'estrès, augmentant la producció de serotonina, l'hormona de la felicitat.

Els experts asseguren que la durada òptima d'un bany ha d'estar entre els 10 i els 20 minuts. El millor és que la temperatura es situï entre els 32 i els 35 graus, perquè l'aigua estigui tèbia, en comptes de calenta, i així es dilatin els porus.

Has provat el ioga facial?

«El ioga facial és una combinació d'exercicis per tonificar els músculs facials, massatges drenants, reflexologia facial, massatges de jade i concentració en la respiració», explica l'experta Diana Bordó.

Si et pica la curiositat és el moment de conèixer en profunditat el mètode d'aquesta canària que té alguns vídeos a Youtube perquè donis les teves primeres passes en el ioga facial. Després podràs ampliar amb els seus cursos, llibre, etc.

«Els exercicis se centren en les expressions i els moviments facials. Aquests simples exercicis t'ajudaran a usar els músculs de la cara i obtindràs resultats naturals», assegura Diana.

Retocs
modisteria
Mercé Rodríguez

- Arrengaments i reformes
- Roba de la llar
- Nuvies, comunions i cerimonies

C/Prim, 179
de 10 a 14 i de 17 a 20h.
DISSABTES TARDA TANCAT

¡Aprovecha el tiempo
para formarte!

Cursos de Marketing Digital

Impartidos por profesionales | Certificaciones oficiales

Másters

- Marketing Digital
- Digital Traffic Management

Cursos

- Curso Facebook & Instagram Ads
- Curso Community Manager
- Curso Analítica Web
- Curso Google Adwords
- Curso WordPress
- Curso Posicionamiento Web – SEO

Presencial Online

(Mediante Streaming,
clases en directo a través
de nuestro campus virtual)



**Instituto
Marketing**

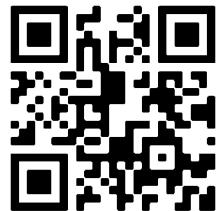
Barcelona / Badalona
+34 935 48 95 85
institutomarketing.es
info@institutomarketing.es

avidalia

Aportamos soluciones
adaptadas a tu negocio

Consultoría de Estrategia y Marketing Online

Desarrollo y diseño web · SEO · Campañas publicidad de pago
Análítica web · Email Marketing · Social Media



+34 93 464 44 88 | info@avidalia.com | Barcelona | Badalona | www.avidalia.com

Què podem fer per protegir casa nostra del coronavirus?

El Covid-19 continua escampant-se arreu del món i

també a Catalunya, on ja s'han diagnosticat milers de

casos. Això significa que la propagació de la malaltia en el nostre entorn és inevitable, però el ritme dels contagis –i, per tant, la capacitat del sistema sanitari per fer-hi front– dependrà de si la població adopta majoritàriament algunes precaucions bàsiques.

Ja portem dies a casa en confinament, però tot i que estem tancat a casa hauriem de seguir alguns consells i recomanacions.

Planificar els dies que ens queden a casa

El brot es pot allargar, i és important tenir una planificació bàsica. Tota la família ha de continuar unes rutines diàries de prevenció, hem de pensar com estem cobrint les necessitats de casa



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. 503775 en el Registre d'Entitats, Serveis i Establiments Socials del Departament d'Acció Social i Ciutadania de la Generalitat de Catalunya





nostra i hem d'estar atents a la gent més vulnerable que tenim a prop. Parleu amb els vostres familiars sobre qui s'encarrega de la gent gran i de les criatures. Penseu en la gent que s'ha d'incloure en el vostre pla, inclosos veïns i veïnes que puguin estar sols.

Planifiqueu com cuidar les persones que poden tenir més risc de presentar complicacions greus, que, pel que sabem del Covid-19, són la gent gran i els malalts que pateixen altres malalties del sistema immunitari o respiratori. Parleu amb els vostres veïns si no els coneixeu i assegureu-vos que tenen la xarxa necessària.

Feu-vos una llista de contactes d'emergència personals, d'organitzacions d'ajuda a

la comunitat i de serveis d'emergència per si cal. Compartiu informació i recursos.

Mantingueu contacte telefònic regular amb els familiars i amics que viuen sols. També és important que els malalts crònics puguin mantenir la dieta i els seus tractaments mèdics.

Mesures d'higiene durant aquests dies de confinament

Feu que tothom es renti les mans amb freqüència (almenys durant vint segons i amb aigua i sabó, sobretot després d'anar al lavabo, abans de menjar i després de mocar-se, esternudar o tossir).

Netegeu cada dia les super-

fícies dels objectes que es toquen sovint: taules, interruptors de la llum, poms de les portes, comandaments a distància, lavabos... amb un producte de neteja domèstica i lleixiu a concentracions normals. Per protegir-vos feu servir guants d'un sol ús a l'hora de netejar. Podeu ajudar-vos posant cartells a casa.

Els hospitals han limitat les visites a les persones ingressades i s'han suspès les intervencions i visites no urgents. A les residències de gent gran s'han reduït les visites per evitar posar en risc la salut dels usuaris. Si algú de casa es posa malalt (febres, tos o dificultat respiratòria) ha de quedar-se en una habitació separada i cal seguir les normatives d'aïllament.

Coses a fer durant aquests dies a casa:



Taques d'oli o greix a la paret

Us donem alguns consells per eliminar les taques d'oli de la paret.

Una idea, sempre que la paret estigui pintada en color blanc, és utilitzar aigua i una mica de lleixiu. Aquest darrer producte és bastant agressiu, així que heu d'evitar provar-lo en parets que siguin de color, ja que el lleixiu se'l menja.

Però abans de provar amb aquest producte, intenteu netejar la paret amb aigua tèbia i una mica de sabó; amb una esponja suau, aneu

netejan amb moviments circulars. Després només cal esbandir bé el saló amb més aigua i un drap net. Per acabar eixugueu la paret, amb un drap sec i que no deixi pelussa.

Una altra idea és afegir en un litre d'aigua una cullerada d'amoníac; fregueu amb cura, amb moviments circulars i després esbandiu amb aigua. Aquestes passes i les anteriors són molt eficaces, sobretot en parets de pintura brillant o setinada.

En les parets mats les taques d'oli són més complicades d'eliminar, potser haureu de repetir els trucs més d'una vegada fins a aconseguir que marxin del tot. En canvi si teniu paper pintat, a les parets no hi podreu posar sabó i aigua, amb amoníac o lleixiu... tot això ho faria malbé.

L'únic que podeu fer és cobrir la taca amb pólvore de talc; deixar actuar uns 20 minuts i després fregar en cercles, amb un raspall suau.



**URGENCIAS
24H**

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

**DESATASCOS DE TUBERÍAS
DESDE 80€**

**INUNDACIONES Y
VACIADO DE FOSAS SÉPTICAS**



admin@grifellsl.com

**REFORMAS, OBRAS,
REPARACIONES,
ALBAÑILERIA,
ELECTRICIDAD,
FONTANERIA, GAS,
PINTURA, ECONÓMICO
670 -232 -977**



Netejar el forn amb vinagre

El vinagre és bastant conegut en el món de la neteja; amb vinagre es poden netejar moltes superfícies diferents i deixar-les impecables, i fins i tot podeu netejar el forn i quedarà de luxe.

Si no ho heu provat mai, és hora d'intentar-ho. Si no voleu acumular greix a la reixeta i mantenir el forn en perfectes condicions, haureu de netejar-lo de tant en tant, evitant que es faci malbé. Una solució és fer-ho amb vinagre, una mica

d'aigua, una esponja i un drap suau que no deixi anar pelussa. Per començar heu de netejar bé les reixetes amb una esponja i vinagre pur.

Després, retireu les reixetes i deixeu-les en remull amb una tassa de vinagre, barrejada amb tres d'aigua. Deixeu que actuï durant 20 minuts, dependent de la brutícia que tinguin aquestes peces del forn.

Després agafeu un drap i netegeu tot el forn per dintre,

amb una part d'aigua i una altra de vinagre. El líquid amb el qual esteu netejant el forn farà que el greix no s'acumuli tant. Un altre bon consell és utilitzar una barreja de bicarbonat de sodi i vinagre, per eliminar la brutícia.

Quan acabeu de cuinar en el forn i veieu que s'ha tacat de menjar, empoleu sal sobre les taques calentes. Quan s'hagin refredat, elimineu la brutícia amb la barreja esmentada anteriorment.

ORIOl AGUILERA
CÈDULA I CERTIFICAT
ENERGÈTIC

Cèdula 100€
Cert. Energètic 100€
Pack cèdula + Certificat: 160€

Tel. 696 687 826

SERVEI TÈCNIC MÀQUINES DE COSIR
REPARACIONS A DOMICILI

ALFA  **SINGER** wertheim **PFAFF**
REFREY **SIGMA** **BERNINA**  **brother**

A. RAMOS



687 701 933

tecnicmaquinacosir@gmail.com



Anys 60, empresa Can Bacàs. Riera Jornet cantonada carrer Progrés, al costat de Sant Josep.

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

Foto antiga: Rosalina de Tera

Foto actual: Facu Martínez de la C.



ASISTENCIA REMOTA

PARTICULARES Y EMPRESAS



633 100 661



931 801 614

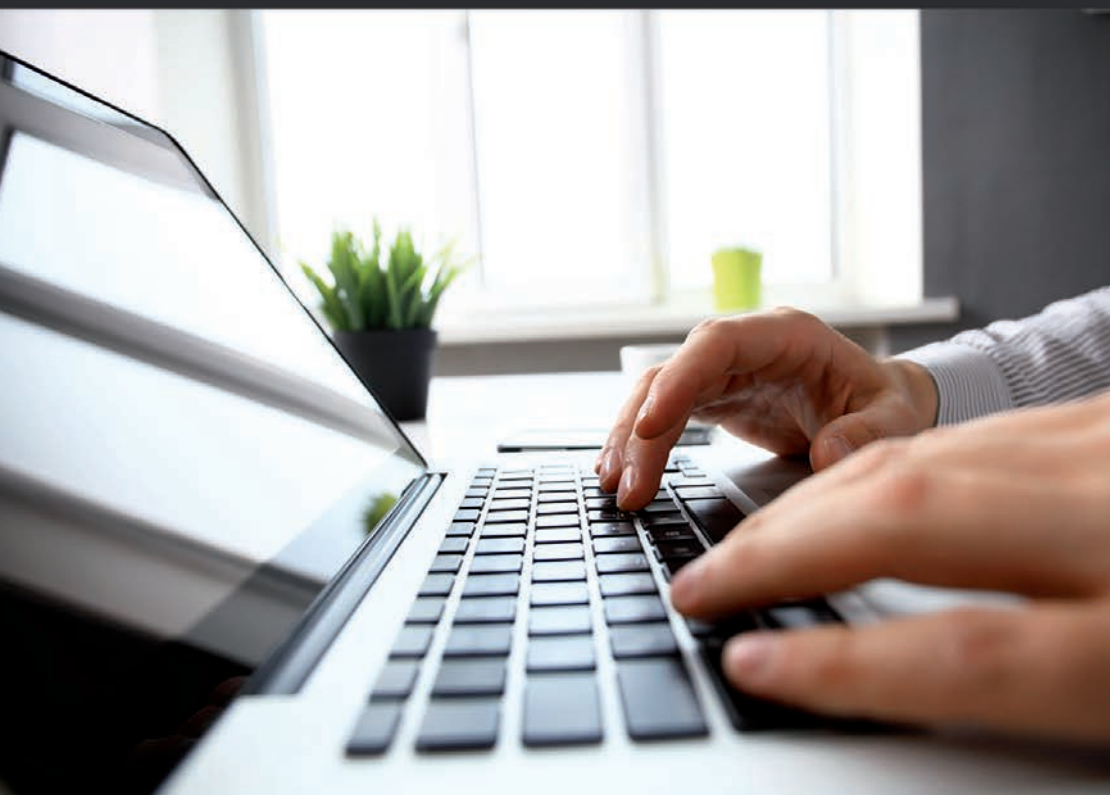
hola@pistapc.com



AnyDesk



TeamViewer



Horòscops

Facilitat Imma del Destí · AMIC



ÀRIES
(20/3 al 18/4)

Sereu tan directes que perdreu tota la diplomàcia; heud'estar atents i mirar de no ser tan explosius quan parleu. El tema és que podeu ferir els sentiments d'algunes persones que us estimeu.



CRANC
(21/6 al 21/7)

Viatjar serà com una medecina per a vosaltres; per gota que pugueu, mireu de marxar; no cal que sigui massa lluny, només per canviar d'aires i veure paisatges nous o diferents.



BALANÇA
(22/9 al 22/10)

Estareu molt macos i fareu girar a tothom amb la vostra bellesa; ja ho podeu aprofitar, perquè amb una mirada ho podreu arreglar gairebé tot.



CAPRICORN
(21/12 al 19/1)

Sereu tossuts en tot, i no cal ser tan durs i rígids; de vegades teniu raó, però d'altres no acaba de ser correcte el que penseu; per tant, la flexibilitat és una virtut.



TAURE
(19/4 al 19/5)

En qüestió de feina sembla que teniu tendència a millorar i a poder fer canvis bons, només cal que estigueu atents i que, quan en tingueu l'oportunitat, us hi poseu bé.



LLEÓ
(22/7 al 21/8)

No sabeu ni com us hi heu de posar per veure les coses positivament, quan normalment sou ben alegres i us és fàcil esborrar els problemes del vostre davant.



ESCORPÍ
(23/10 al 22/11)

Tindreu sort a la feina i això us pot donar facilitats a l'hora de millorar l'economia; si podeu, feu un raconet, que els imprevistos solen ser inesperats.



AQUARI
(20/1 al 18/2)

Us és fàcil trobar persones que vulguin tenir algun afer amb vosaltres, però que us quedi clar que no serà res seriós. En la societat actual això és una cosa bastant corrent.



BESSONS
(20/5 al 20/6)

En el camp de la parella hi poden haver situacions complexes que, si no controleu bé, us poden fer anar malament. Va molt lligat a canvis dins de casa, ja sigui per decoració o per reformes.



VERGE
(22/8 al 21/9)

No vulgueu convèncer a ningú de res; la pressa i la impaciència us faran patinar en les converses i perdreu la força per aconseguir el que voleu.



SAGITARI
(23/11 al 20/12)

No parareu quiet, necessiteu moviment i és el que anireu buscant i provocant en cada moment. La veritat és que us anirà bé tenir ambient, perquè us fa falta sentir-vos vius i actius.



PEIXOS
(19/2 al 19/3)

Estareu ben contents i animats a fer de tot, no perdreu el temps per res i us sentireu acompanyats de totes les persones que us estimeu. El millor que podeu fer és gaudir-ho al cent per cent.

Frases cèlebres

«Si vols ser savi, aprèn a interrogar raonablement, a escoltar amb atenció, a respondre serenament i a callar quan no tinguis res a dir»

Johann Kaspar Lavater



Dites

«Ésser més gos que un pont assolat»

Significat: ésser poc treballador

Comença la temporada primaveral del pol·len a Badalona

Mirant al cel

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



Durant aquesta setmana, on pocs han sortit al carrer, només per treballar o comprar de productes necessitats, molts troben a faltar el nostre litoral. Fer esport o passejar-nos han quedat prohibits. Us deixem aquesta imatge del passeig marítim de Badalona tot esperant poder-lo veure aviat.

Meteorologia | Redacció

Aquests dies de confinament a casa potser no li donen molta importància al temps. No mirem si plourà o farà sol o potser quina temperatura farà el dia següent. Estem ja a la primavera, de fet comença aquest mateix divendres 20 de març, a les 4.49h. Astronòmicament, l'arribada de la primavera es relaciona amb l'equinoci, que en el cas de l'hemisferi nord se situa entre el 20 i 21 de març. L'estació sol tenir una durada mitjana d'uns 3 mesos. Amb l'arribada de la primavera, també arriba el moment de l'augment de les al·lèrgies. Les persones que pateixen al·lèrgies al pol·len ja han començat a tenir símptomes. I no en són

poques: els estudis apunten que les malalties al·lèrgiques s'han duplicat en els darrers 15 anys i que actualment ja afecten el 25% de la població. La temporada d'enguany ha començat forta i una mica abans de l'habitual. Les persones al·lèrgiques hauran de pendre mesures.

Temp màx 21 C

Temp mín 5,9C

Hr màx 91%

Hr mín 32%

Press atm màx 1028,3 hPa

Press atm mín 992,2 hPa

Vent màx 22,5km/h

Precipmàx 24h 13,2 mm

Precip anual 16,1 mm

**Dades de l'estació meteorològica Badalona - Centre (dades mensuals)*

Sudoku

Nivell fàcil

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

Nivell difícil

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

Anuncis per paraules

TREBALL

SEÑORA RESPONSABLE con experiencia se ofrece para cuidar personas mayores. Interna. Disponibilidad inmediata. 612 520 265 / 627 222 341

SEÑORA BUSCA trabajo para cuidado de mayores, limpieza y canguro. Fija o por horas. Disponibilidad inmediata. 631 251 965

ADMINISTRACIÓN DE LOTERÍA busca vendedor externo. 686 063 929

CHICA BUSCA trabajo externa para cuidado de personas mayores o limpieza. De lunes a viernes. Disponibilidad inmediata. 632 449 527

CHICO BUSCA trabajo para

construcción, pintura, jardinería, etc. Disponibilidad inmediata. Tiempo completo. 611 408 457 / 722 375 014

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

MAESTRA SE OFRECE para cuidado de mayores o niños. Con experiencia. 631 314 704

CHICA SE OFRECE para cuidado de personas mayores por las tardes o noches, con experiencia y referencias. Con disponibilidad inmediata. 698 509 858

CONSULTA DENTAL a Badalona busca auxiliar-higienista. A temps complet de tardes. (660 606 435 matins)

CUIDADORA DE NIÑOS y

personas mayores ofrece sus servicios para cuidar, cocinar, limpiar y ayudar a personas que están pasando por situaciones difíciles. 644 941 856

AUXILIAR DE ENFERMERÍA de 26 años busca trabajo. Interna o externa. Experiencia con personas mayores, niños y limpieza. 631 116 184

CHICA DE 30 AÑOS busca trabajo interna o externa al cuidado de personas mayores. 632 468 686

CHICA BUSCA TRABAJO de interna o de externa, con experiencia y disponibilidad inmediata. 631 628 442

SEÑORA BUSCA TRABAJO con personas mayores, canguro y limpieza por horas o de fija.

LA DARRERA HORA DEL CORONAVIRUS NOSALTRES T'HO EXPLIQUEM I TU TRIES COM I ON HO VOLS SABER!

EN PAPER, AL WEB, A FACEBOOK, A TWITTER O INSTAGRAM
SI PASSA A BADALONA, EL TOT T'HO EXPLICA **EL TOT**,
LÍDERS A LA CIUTAT EN PAPER, XARXES SOCIALS I WEB

TOT



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

INSERTA EL TEU CLASSIFICAT ONLINE:



Con experiencia y disponibilidad inmediata. 612 438 085

CHICA BUSCA horas para limpieza o canguro. 631 429 633

CHICA BUSCA trabajo de cuidado de personas mayores, niños y limpieza. Con experiencia. Disponibilidad inmediata. 674 440 231

SEPRECISA MECÁNICO vehiculo Oficial de 1ª para Badalona telefono de contacto 610 21 37 42

CHICA CON EXPERIENCIA busca trabajo para cuidar personas mayores, limpieza y canguro. Interna o externa. Noches y fines de semana. 602 382 427

VARIS

COMPRAMOS LIBROS, juguetes,

comics, cromos, antigüedades, plumas, puros, objetos religiosos, restos pisos y casas. Pago al momento. José Miguel.679 736 491

CERQUEM FAMILIES PER ALLOTJAR ESTUDIANTS estrangers durant el curs escolar 20-21 en habitació individual i règim de pensió completa. Interessats contactar amb ebalana@escolessas.com o al 93 462 50 50. **PÁGINAS WEB** económicas para Autónomos, Restaurantes, pimes, clubs y entidades.628 921 054

AMISTATS

VIUDO 66 AÑOS busco mujer española extranjera amistad relacion estable 698 243 029

ES NECESSITEN

- CAIXERES • PEIXATERES
- CARNISSERA/XARCUTERA
- REPARTIDOR DE COMANDES

A DOMICILI. (Imprescindible Carnet de conduir) per a Supermercats de Badalona. Interessats/des enviar C. Vitae a meritxell_ayra@condis.es



DINERO YA

AGUPACIÓ DE DEUDAS, CASOS DIFÍCILES CON ASNEF, SOLUCIÓN EMBARGOS, MICROCRÉDITOS EN 24H.

ADELANTAMOS DINERO EN VENTA DE INMUEBLES Y EN ACEPTACIONES DE HERENCIAS. RESPUESTA INMEDIATA. MÁXIMA SERIEDAD.

TELF. 93 465 31 16 · 687 745 306

Necrològiques

18 de març

- Ramon Llorenç Ricarte
- Francisco Aceijas Pérez
- Josep Gaxas Durán
- Ramón Molina Ibáñez

17 de març

- Clodoaldo Ruiz Comejo
- Josep Oliveras Costa
- Miguel Gómez Maldonado
- Pepi Legido Vilas

16 de març

- Àngela Sánchez Pérez
- Eva De La Fuente Santos
- Isabel Iglesias Cerezo
- José Medina Alcúdia
- Juan Merlos Gea

15 de març

- Georgina Casanova Morell
- Concepció Sesplugues Rosich
- Manuel Porras Vázquez
- José Daniel Pérez Carrasco

14 de març

- Antonio Gómez Álvarez
- Manolo Del Rio García
- Pilar Arbós Paredes
- Milagros Vargas González
- Enrique Puerto Ferre
- Rosa Simó Parra

13 de març

- Xavi Cuesta Hernández
- Josep Fussimanya Reyna
- Ernestina Martínez Hernández
- Albert Ponce Mas
- Catalina Reñe Adelantado

Dades facilitades per Pompes Funebres

INSERTA EL TEU CLASSIFICAT AL TOT AL CENTRE:

Preu: 0,35€/paraula



PRODUCTOS LATINOS,
NORTEAMERICANOS,
ASIÁTICOS, DE EUROPA DEL ESTE
¡Y MUCHOS MÁS!
VEN Y CÓMETE EL MUNDO!

Tel. 935 257 445 · Carrer d'Aselm Clavé, 36
(Metro Pompeu Fabra L2 línia lila)

Horari: Dilluns a dijous de 10 a 14.30h i de 16 a 20.30h.
Divendres i dissabtes de 10 a 20.30h.
Diumenges de 10.30h a 14.30h.

INT EMPRESA DE CONFIANZA EN EL CENTRO DE BADALONA

Especialistas en instalaciones de calderas
y aires acondicionados.

Reparaciones de aires acondicionados y bombas de calor



FINANCIACIÓN 0% INTERÉS

Instalaciones y mantenimiento

Calefacción | Aire acondicionado | Electricidad | Gas

Datos | Agua | Eficiencia energética



📞 93 222 04 33 - C/ Prim 163, Badalona
info@intenergias.com - intenergias.com

Distribuïdors oficials del TOT

Troba la teva
revista als
distribuïdors
oficials del TOT



Renovació distribuïdor

DR ROQUE | CLÍNICA DENTAL
PEÑALVER

Carretera Antiga de València, 35
93 540 74 59

Horari: dilluns a divendres: 10-14h i de 16 a 20h.
Clínica odontològica especialitzada en implants, prótesis i estètica dental.

Per què continueu com a distribuïdors del TOT?

Continuem com a distribuïdors perquè els nostres clients puguin disposar de la revista.

**Dibuja una
sonrisa
real...**



DR ROQUE | CLÍNICA DENTAL
PEÑALVER



Posa't en contacte
amb nosaltres:

651 976 517

comercial@totbadalona.com

**Vols repartir el
TOT al teu comerç?**

SAYEZ®.com



APARADOR
149€

MOBLE TV I
ESTANT
169€



JOC 4 CADIRES
104€

TAULA
EXTENSIBLE
140x90 extensible
a 190x90
165€



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

Som a BADALONA - BABERÀ DEL VALLÈS - SABADELL - SANTA COLOMA DE GRAMENET - TERRASSA - Cerdanyola - Martorell

* Transport i muntatge inclòs a tota la comarca