



TOT

www.totbadalona.com
Del 20/05 al 10/06 '22

**Litoral
amb estil**

FESTES DE MAIG

Badalona 2022



**BADAGRES
COMPROMÈS**

Badagres patrocina
els 100 anys de
L'ORFEÓ BADALONÍ

Badagres

www.badagres.com



SOM

- ▶ Innovació
- ▶ Excel·lència
- ▶ Responsabilitat



menarini.es



Excels punt de vista per observar la bellesa i l'encant badaloní

Ciutat | Redacció

Badalona posa't guapa i més ara que arriba l'estiu, època de l'any per poder gaudir d'allò més de tot el litoral de la ciutat. De mica en mica el litoral badaloní va agafant una important rellevància dins del creixement econòmic i social de la ciutat. L'Hotel Marina Badalona arriba per aportar un toc de qualitat a la ciutat, al mateix temps que obrirà les portes arreu del món i farà que una metròpolis valuosa com és Badalona pugui anar creixent mentre frueix d'una perspectiva de 360 graus. Una espurna blanca, com si fos un tros de llum o un miratge en un desert, s'observa el nou edifici de l'Hotel Sallés.

14 plantes d'alçada i un total de 181 habitacions amb uns interiors contemporanis, on destaca el color blanc i els detalls en fusta tenen aquella inspiració mediterrània. Badalona hi guanya, Badalona creix. En aquesta nova silueta que acompanya no només al Port de Badalona, sinó que a tot el litoral de la ciutat catalana, hi ha dibuixades unes finestres estilitzades amb un estil marítim i contemporani, personalitat que farà de nexa amb el creixement de la ciutat.

Posició estratègica

Aquest nou vaixell insígnia del port, no només transferirà un color de frescor i modernitat a la ciutat, a més, la seva posició pot jugar un paper estratè-

gic per tot el litoral de la costa catalana, posant a Badalona en un punt concret dins del turisme nacional i internacional. Habitacions d'avantguarda escoltades amb unes meravelloses vistes des de dalt de tot de la torre per observar amb una perspectiva única la bellesa del mar i del passeig marítim badaloní. La nova infraestructura, de la mà de Badalona, està contribuint a una transformació del tot més convencional al tot més progressiu i subversiu dins de l'arquitectura de la ciutat. Badalona, amb el refrany popular de "a poc a poc i bona lletra" agafa una importància prestigiosa amb un litoral que es desenvolupa per estar al capdavant del territori català.

La Setmana



El passat dijous va tenir l'acte d'obertura del nou Hotel Marina Badalona del grup Sallés Hotels, situat a l'avinguda d'Eduard Maristany, tocant al port de la ciutat. L'establiment hotelier té una categoria de quatre estrelles i disposa de 181 habitacions distribuïdes en les seves 14 plantes. També ofereix tres opcions de restauració, cinc espais de diverses mides per a reunions empresarials o celebracions, una àrea termal i diverses terrasses, entre les quals destaca la situada a la part més alta amb unes vistes de 360 graus sobre el litoral i la ciutat. Pel que fa al desenvolupament urbanístic pendent al voltant del canal del Gorg, l'alcalde Rubén Guijarro



ha avançat que: "la setmana vinent se signarà el contracte per tal d'iniciar les obres interiors del canal i una vegada tinguem aprovat el pressupost, aquest mes de maig, també

posarem en marxa els tràmits perquè abans de l'estiu se signi el conveni amb Adif i la inversió prevista de 3,8 milions d'euros faci realitat la finalització del canal del Gorg".

Ca l'Arnús en el punt de mira de l'especulació urbanística



Exterior del Parc Ca l'Arnús

Successos | Redacció

En els darrers anys, el parc de Can Solei i Ca l'Arnús ha patit una notòria reducció de les zones verdes. Parc de referència i un dels pulmons de Badalona, de mica en mica ha vist com les zones verdes deixen de ser protagonistes cada cop més, al mateix temps que les escoles i els edificis prenen una rellevància cada vegada més important. El context verd és i era un fet valuós, però amb el pas del temps i coincidint amb el seu límit de la cara nord, s'ha vist com la silueta d'aquest parc ha anat variant. El fet més destacat és el projecte urbanístic amb la construcció de 55 nous pisos a banda i banda, justament on hi

ha l'entrada del carrer Sant Bru. Aquestes edificacions tornarien a donar un aire totalment diferent del color verd del parc, amb la seva vegetació i els seus arbres. Un fet que reduiria la zona verda de la qual poden gaudir tots els veïns i veïnes de la localitat. Des de les administracions públiques, ja s'ha donat l'accés amb el permís per poder continuar construint més blocs de pisos. David Torrents, Tercer tinent d'alcalde de Protecció a les persones i impuls comercial de l'Ajuntament de Badalona, va destacar al Badalona Matí que "és complicat aturar aquesta construcció, ja que es troba en la seva última fase i els terrenys són privats".

Nou compte d'Instagram de l'Ajuntament de Badalona

L'Ajuntament de Badalona ha relançat el seu compte d'Instagram amb l'objectiu d'enfortir i millorar la comunicació amb la ciutadania i oferir un espai de trobada que enforteixi la imatge i la cohesió de la ciutat. El nom d'usuari del perfil oficial municipal és @badalona_cat.

Es redueixen els fets delictius a Badalona

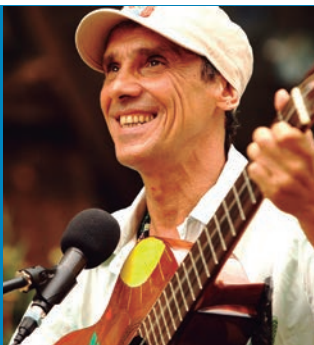
El passat 5 de maig es va celebrar al Centre Cívic Torre Mena la Junta Local de Seguretat de Badalona i es va poder constatar una reducció dels fets delictius a la ciutat. En la reunió hi va destacar la presència de l'alcalde, Rubén Guijarro, el conseller d'Interior de la Generalitat, Joan Ignasi Elena i un conjunt de responsables dels diferents cossos policials.

Els Badagegants de Badalona van celebrar el seu 25è aniversari

Els Badagegants de Badalona van estar d'enhorabona i no només perquè van poder tornar a actuar a la Plaça de la Vila després d'una llarga temporada plena de restriccions, sinó perquè aquest any, a més de la seva actuació prevista coincidint amb les Festes de Maig, van celebrar celebren una data molt important i especial com la del seu 25è aniversari.

Manu Chao, actuarà al Teatre del Círcol el pròxim 22 de maig

La novetat després de la pandèmia serà que a la platea no hi haurà butaques, sinó que les entrades seran per estar a peu dret. Això sí, els qui prefereixin gaudir de l'espectacle assegut ho podran fer amb les entrades de l'amfiteatre, que seran numereades.





Moltes gràcies!

Perquè hem fet comunitat nàutica amb un objectiu comú:

**Empoderar les dones davant la pràctica
dels esports aquàtics i en la descoberta dels
valors de la gent del mar**



**Especialment agraïdes
als partners logístics:**

DECATHLON



ORGANITZA



PARTICIPA



AMB LA COL-LABORACIÓ DE



Ajuntament de Badalona

**I TU, EN QUÈ NAVEGARÀS
AQUESTA TEMPORADA?**



El Club Arquers Badalona es queda sense espai per entrenar



Espai d'entrenaments del Club Arquers Badalona

Actualitat | Redacció

El Club Arquers Badalona té les hores comptades, ja que a finals d'aquest mes de maig hauran de fer les maletes i buscar una altra localització per dur a terme totes les seves activitats. Actualment, l'espai on practiquen l'esport està situat en un antic camp de futbol, al carrer Joan d'Àustria amb avinguda Carlemany, just davant de l'escola Salvador Espriu i a tocar del Club de Tennis. Aquest petit grup d'arquers de Badalona, que es dediquen a

fer fletxes, a la inclusió amb l'esport i la ciutat, ja fa 8 anys que es troba en aquest espai i en poc temps es trobaran sense poder entrenar. Fins al moment no han rebut cap resposta per part de l'administració i abans que acabi aquest mes de maig hauran de buscar un nou paratge. Tot i que han sigut varis els intents d'intentar parlar amb l'Ajuntament, no han rebut cap resposta, i el Consistori els hi ha anat posposant totes les reunions.

Obre un nou establiment de menjar per emportar al Centre

SARUBOBO va obrir un nou restaurant al centre de Badalona, per tastar plats d'arreu del món sense sortir de la ciutat. El descobrireu al carrer Arnús.



Detenen una dona per colpejar dos vigilants al metro de Pep Ventura

Els Mossos van detenir el passat 8 de maig al barri del Progrés una dona per colpejar reiteradament dos vigilants del metro amb la porra que li va agafar a un d'ells, segons han confirmat fonts policials. Els fets van passar diumenge a les 8.15 hores a l'estació de Pep Ventura de l'L2, a Badalona.

Les obres de Rodalies afectaran Badalona amb les línies R1 i RG1

Rodalies ha començat a realitzar un seguit d'obres i des d'aquest mateix divendres posarà a disposició dels usuaris trens amb més capacitat al mateix temps que ampliarà alguns serveis per oferir freqüències més homogènies i horaris més senzills.

100 anys de la Residència Roca i Pi

EL passat dijous, 5 de maig, la Fundació Lligat Roca i Pi va celebrar un acte commemoratiu on es va fer referència a aquests orígens de la Residència. També a l'evolució i professionalització al llarg dels anys fins a convertir-se en l'actual Residència assistida per a gent gran, que va ser l'única a Badalona fins als anys 70.



TANATORI DE **BADALONA**

**Confiança, proximitat
i professionalitat,
al vostre servei.**

**Atenció 24h.
93 497 0 497**

Tanatori de Badalona



S E R V E I S F U N E R A R I S

Barcelonès, Maresme i Baix Llobregat

**Oficina del Centre
93 807 36 45**

C/Francesc Layret, 84
Laborables: de 9:30 h a 18:00 h

2 hores
PÀRQUING GRATUÏT
per a tràmits en l'oficina del centre



Atropellament mortal al barri de Bufalà



Les assistències sanitàries arribant al lloc dels fets

Successos | Redacció

Tal com va avançar el TOT Badalona, el dia 12 de maig a la tarda, al barri de Bufalà, va tenir lloc un atropellament mortal per part d'un conductor que no tenia assegurança vigent amb el seu vehicle i que va acabar atropellant a un matrimoni gran. La dona va morir poc després, mentre que el seu marit continua ingressat en estat greu. Els

fets van passar entre l'avinguda Martí i Pujol i el carrer Filofofia, al barri de Bufalà. En un primer moment es va parlar de diversos ferits i poques hores després es va confirmar que una parella de gent gran havia estat envestida. El conductor del cotxe, pocs minuts abans de l'atropellament havia estat en una discussió amb un altre vehicle.

Maldecap amb diferents cartells

L'Ajuntament de Badalona ha fet aigües amb un cartell que ha col·locat a prop de l'estació de metro de la zona de Pompeu Fabra, tal com ha destacat Racó Català. El rètol en qüestió forma part d'una campanya de prohibicions i normes i s'ha instal·lat amb dues faltes greus d'ortografia. El cartell està format per quatre prohibicions; una que fa referència als excrements dels gossos, una de prohibit jugar a pilota, la de no caminar per sobre la gesta i, finalment, una que fa referència al tabac. En la dels gossos es pot observar que en el rètol hi posa "gosos" amb només una "s", mentre que el següent error



ortogràfic es troba en la paraula "trepitjeu" col·locada amb "j" i no pas amb "g". A la plaça de Mateu Rotger i Rosquellas també hi ha alguns rètols amb algunes errades ortogràfiques, però en aquesta zona, a diferència de la plaça Pompeu Fabra, només es troba en la paraula "trepitjeu", escrita amb "j" i no amb "g".

Continua el malson pels veïns de Bufalà

L'ascensor del Pont de Sant Felip i d'en Rosés, que connecta Bufalà amb el barri de Dalt la Vila, continua sent un mal de cap per la majoria de veïns de la zona de Bufalà i voltants. Les queixes i el descontentament per part dels ciutadans de la zona són varies, ja que la majoria d'usuaris l'utilitzen per a un trajecte diari per baixar cap al centre.

Descobreixen 2.300 plantes de marihuana en una nau de Can Ribó

Els Mossos han detingut dues persones acusades de ser les responsables d'una plantació de marihuana amagada en una nau industrial de Can Ribó. Es tracta d'un edifici del carrer Isidre Novell de tres plantes, de les quals s'havia habilitat la del mig per al cultiu d'unes 2.300 plantes.

Licitació del servei de bar de la piscina municipal d'estiu de Tiana

L'objecte del contracte és l'adjudicació de l'explotació del bar de la piscina municipal d'estiu situada al costat del pavelló esportiu durant la temporada d'estiu 2022. El servei inclou l'atenció dels serveis de bar en el local destinat a aquest ús i la terrassa adjunta.

kleaning.es



KLEANING

Hand Hygiene Solutions



MASCARETA FFP2 HOMOLOGADA



a partir
0,19€
+ IVA

**Gel hidroalcohòlic 30ml personalitzats per empreses,
casaments, comunions i altres esdeveniments**



0,98€ + IVA

COMPRA ONLINE - www.kleaning.es - info@kleaning.es - **933 839 493**

Limitades les hores de pesca a les platges de Badalona



Una de les platges del litoral badaloní

Successos | Redacció

Des d'aquest diumenge 15 de maig, i fins al 15 de setembre, estarà prohibida la pesca marítima recreativa de superfície des de terra a tot el litoral badaloní entre les 8 i les 20 hores, ja que és l'horari més habitual de bany i està establert en el Pla d'usos de temporada de les platges de Badalona. Aquesta activitat recreativa està regulada pel Decret 109/1995 que estableix que en el Pla d'usos de temporada de cada any a les platges catalanes s'ha d'establir l'horari de pesca recreativa de superfície des de terra. Des de l'Ajuntament de Badalona es demana la

col·laboració dels pescadors perquè facilitin les tasques de neteja dels mitjans mecànics perquè poden coincidir amb l'horari en el qual està permesa la pesca des de la sorra. Per altra banda, i tal com queda recollit en el mateix Decret 109/1995, de 24 de març, la pesca marítima recreativa submarina s'ha de practicar fora de la zona de bany. Tant l'Ajuntament de Badalona com l'Àrea Metropolitana de Barcelona estan realitzant durant aquestes setmanes les tasques de manteniment per posar a punt totes les platges de la ciutat amb la instal·lació i condicionament del mobiliari.

Colors i art al Passeig de la rambla de Badalona, amb el centenari d'algunes tapes del clavegueram.



La platja dels Pescadors recupera la Bandera Blava

La platja dels Pescadors de Badalona ha tornat a guanyar la Bandera Blava. Aquesta platja s'afegeix a la llista de platges existents del litoral badaloní que també compten amb aquesta bandera, com són la platja del Cristall i el Port de Badalona.

Pujada de la factura de l'aigua que afectarà Badalona

A partir del juliol s'augmentarà un 4% la pujada de la factura de l'aigua en 23 municipis de l'Àrea Metropolitana i un d'ells serà Badalona. La companyia d'Aigües de Barcelona va marcar un augment d'un 7,3%, però finalment la pujada no passarà del 4%.

Els CAP facilitaran l'accés de les persones de més de 70 anys

El centre d'atenció telefònica (contact center) dels centres d'atenció primària (CAP) gestionats per Badalona Serveis Assistencials (BSA) va posar en marxa la setmana passada un sistema per facilitar l'accés a les persones majors de 70 anys.

¡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**

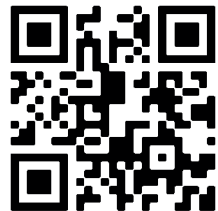
Barcelona / Badalona
+34 935 48 95 85
institutomarketing.es
info@institutomarketing.es

avidalia

Aportamos soluciones
adaptadas a tu negocio

Consultoría de Estrategia y Marketing Online

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



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

Esports

Badalona, seu de la Copa del Rei 2023

Bàsquet | Manel Expósito

La Copa del Rei torna a Badalona! L'Associació de Clubs de Basquetbol (ACB) va confirmar aquest dilluns anterior que la ciutat de Badalona – i el Palau Municipal d'Esports – serà la seu de la Copa ACB del 2023. La Copa del Rei se celebrarà a Badalona entre el 16 i el 19 de febrer del 2023 després de l'acord aconseguit per part de l'ACB amb l'Ajuntament de Badalona. Aquest acord porta la Copa a un dels bressols del bàsquet espanyol, una ciutat que respira bàsquet. L'esdeveniment es disputarà a l'Olímpic, amb capacitat per a més de 12.000 espectadors. El Palau Municipal d'Esports ha acollit moments històrics de l'esport com el torneig de bàsquet dels Jocs Olímpics del 1992 i des de més de 35 anys que no s'organitza la festa del basquetbol nacional. La Copa del Rei torna així a Badalona 38 anys després, després de ser seu per primera i fins ara única vegada a la temporada 1984-85, llavors al pavelló Ausiàs March. El Joventut Badalona exercirà com a club



amfitrió a la Copa del Rei 2023 i l'acompanyaran els set millors classificats al final de la primera volta de la Lliga Endesa 2022-23. L'alcalde de Badalona, Rubén Guijarro, ha afirmat que "és un dia històric per a Badalona, ja que s'ha aconseguit fer realitat una reivindicació de dècades i es compleix un somni". "Badalona es mereix la Copa del Rei com ningú i serem els millors amfitrions. Aquesta és la Badalona en

positiu en la qual creiem, la Badalona imparable que il·lusiona", ha afegit.

El Tenerife, rival a quarts de final del play-off

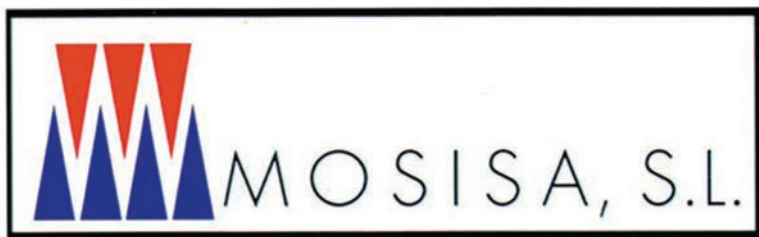
Pel que fa a aquesta temporada, el primer equip verd-i-negre s'ha classificat com a cap de sèrie per al play-off i lluita pel títol. El Tenerife serà el primer a quarts i el primer partit es disputarà a l'Olímpic el proper dijous 26 de maig (21h).

El Badalona baixa a Tercera Divisió (RFEF)

La notícia negativa de la jornada ha estat el descens del CF Badalona a Tercera Divisió (RFEF), la cinquena categoria del futbol nacional. Els escapulats han intentat

mantenir la categoria, però l'empat al camp del Teruel (0-0) no ha estat suficient per aconseguir-ho. Un cop molt dur per als socis i seguidors de l'equip.





PROYECTOS Y PLANOS

•
CONSTRUCCIÓN

•
REHABILITACIÓN

•
REFORMAS INTEGRALES

Alfons XIII, 434-436, local izq.

08914 Badalona

Tel. 93 399 71 44

E-mail: mosisa@mosisa.com

FA 10 ANYS ERA NOTICIA ►

Badalona s'endeuta a llarg termini per pagar a proveïdors

El Ple Ordinari aprova l'endeutament a llarg termini per un import de quasi 31 milions d'euros, xifra que suma el total dels pagaments que el consistori i diversos ens locals tenen pendents per liquidar. Dels quasi 31 milions, 26.791.573,58 € seran destinats a pagaments que ha de realitzar el consistori, i els altres quatre es repartiran entre els deutes de l'Institut Municipal de Serveis Personals (IMSP)



-1.336.622,37 €, de l'Institut Municipal de Promoció de l'Ocupació (IMPO) -200.909,52 €, del Patronat de la Música de Badalona (PMB) -11.912,45 €, de Badalona Serveis Assisten-

cials, SA (BSA) -2.101.159,95 €- i de Badalona Cultura, SA -400.836 €-. L'aprovació va comptar amb els vots favorables de PP i CiU, l'abstenció del PSOE i la negativa d'ICV-EUiA.



jordidu_bdn
Jordi Dueñas

#TOTBADALONA A INSTAGRAM ►

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

El Turisme que volem no pot venir pel que pensi cada regidor de torn. Fins que no tinguem un consorci públicoprivat anirem donant voltes amb cada canvi de govern.

[@EdgarStejada](#)

La @Penya1930, quarta en assistència mitjana d'espectadors al pavelló aquesta temporada, per davant de Barça i Madrid. Flipa. El % d'ocupació ja és un altre tema, amb un pavelló de 12.500 persones. [@adriaoliver13](#)

Una imagen vale más que 100 caracteres... Camp Futbol Municipal de Montigalà. A las 16:00h partido de infantil C @CE_Seagull a 26°C y sin riego... Moveremos un dedo para que se solucione? [@GeganteraMDA](#)



Cultura

Concert de l'Orquestra de Cambra del Conservatori de Badalona

Música | Redacció

L'orquestra de cambra del Conservatori es presenta en format simfònic per oferir un programa que combina tres obres que ens permeten fer un viatge des del primer classicisme fins a l'eclosió de l'estil romàntic. La primera obra, l'obertura del ballet Cendrillon, és del guitarrista i compositor català Ferran Sor, segurament la persona que encarna millor la transició entre l'estil clàssic i el romàntic a casa nostra. La seguirà una peça del compositor txec Carl Stamitz, una de les moltes simfonies concertants que va publicar. El seu estil, anomenat "estil galant", és el precursor del gran classicisme d'autors com Mozart o Haydn. I tancarà el concert la cèlebre Simfonia núm. 8 en si menor de



Imatge dels alumnes del Conservatori

Schubert, coneguda com "La inacabada".

Programa: Obertura del ballet Cendrillon de Ferran Sor (1778-1839) Simfonia concertant en re major de Carl Stamitz (1745-1801) Simfonia núm. 8 en si

menor, D 759 de Franz Schubert (1797-1828). L'actuació serà el diumenge 22 de maig a les 19:00 h i l'entrada tindrà un cost de 15 €. Les entrades es poden comprar a www.teatrezorrilla.cat.

'Los Santos Inocentes' aterra al Zorrilla

Teatre | Redacció

Ambientada a l'Extremadura profunda dels anys seixanta del segle passat, aquest clàssic de la literatura de Miguel Delibes es presenta per primer cop dalt dels escenaris teatrals gairebé quaranta anys després de quedar immortalitzada al cinema pel director Mario Camus. El retrat d'una Espanya rural marcada per les injustícies socials tornarà ara al nostre imaginari amb un repartiment de luxe

encapçalat per Javier Gutiérrez. Tornarem a escoltar el "Milana bonita", però aquesta vegada en directe: ressonarà enmig d'unes imatges crues, belles i salvatges d'un món sotmès encara a un règim d'explotació gairebé feudal que sembla haver-se detingut en el temps, però sobre el qual bufen ja, tímidament, alguns aires nous. L'obra es representarà el dissabte 28 de maig a les 20h. L'entrada general té un preu de 26 euros.



Imatge promocional de l'obra



Dipòsit Legal:
B 11724-2015
Núm. 275

Distribució Gratuïta a Badalona. La Revista TOT Badalona no es fa necessàriament responsable del contingut dels articles, opinions i missatges comercials inclosos en la revista.

651 976 517 · comercial@totbadalona.com

Inauguració de l'exposició 'Les fàbriques perdudes de la façana marítima' al Museu de Badalona

Exposició | Redacció

Del 25 de maig al 25 de setembre, aquesta exposició reunirà objectes, fotografies, cartells, plànols i altres documents que testimonien les indústries que hi havia a la façana marítima de Badalona des de mitjan segle XIX fins als anys quaranta del segle XX. Quan Badalona es va començar a industrialitzar a mitjan segle XIX, la zona on es van concentrar més fàbriques va ser la façana marítima, i més concretament els extrems nord i, sobretot, sud de la línia de la costa. Aquesta ocupació del territori s'explica bàsicament per la proximitat del ferrocarril que, inaugurat el 1848, facilitava el transport de les primeres matèries i dels productes elaborats. També cal tenir en compte la presència del mar, una altra via de comunicació. I, sens dubte, la disponibilitat de terrenys assequibles en un moment en què Barcelona ja estava molt saturada. La indústria, en aquesta zona, va perdurar fins a final del segle XX, moment en què es van



Antiga fàbrica

iniciar una sèrie de canvis, graduals i ahora profunds, que n'acabarien transformant completament la fesomia i l'ús. Ara les fàbriques han estat majoritàriament substituïdes per pisos d'habitatges i locals d'oci, i la urbanització del passeig marítim ha donat un sentit molt lúdic a la zona. Es conserven alguns testimonis de les indústries que hi havia hagut, però, en conjunt, el paisatge és gairebé irreconeixible, i l'ambient resulta ben allunyat de la fatiga del treball, el fum de les xemeneies i del so de les sirenes que l'havien caracteritzat.

Visita guiada al monestir de Sant Jeroni de la Murtra

Descobrirem aquesta magnífica obra del gòtic català en què destaca el claustre del segle XV. També es visiten el refector i les restes de l'església. Preu: 5,93€. Places limitades. Data: 22 de maig, de 10:30h a 12h.



35é aniversari de l'Escola de dansa Neus Garcia

L'Escola de Dansa Neus Garcia celebra el seu 35é aniversari amb una mostra coreogràfica i la història ballada d'ANNIE, una petita òrfena que viurà multitud d'aventures juntament amb les seves amigues de l'orfenat. Dues actuacions el dissabte 4 de juny, la primera a les 17 hores i la segona a les 19:30 hores. El preu serà de 14 € i les entrades es podran comprar a www.teatrorzorrilla.cat.

Presentació del poemari «Manual de modelado de corazones para hombres de hojalata»

Presentaran Josep Barbera i l'autor, Pablo Llanos. Pablo Llanos, nascut a Donosti en 1974, actualment resideix a Barcelona, on treballa com a enginyer informàtic. Després de quedar finalista en dues ocasions al certamen de Poesia de Fuentetaja, autoedita el seu primer poemari, Causa y defecto (2021), al qual li segueix la seva primera publicació editorial, Manual de modelado de corazones para hombres de hojalata (2022), en Editorial Cuadranta. L'1 de juny a les 19 hores al Espai Betúlia.

Agenda

BADALONA

20 DE MAIG

Presentació del llibre «Històries gitanes d'Avi i Net», de Sicus Carbonell. A les 19:00 hores, a l'Espai Betúlia.

Mostra d'aquarel·les a Saltamartí llibres del 14 fins al 31 de maig.

Cinemaprop: Estiu 1993 al Círcol. A les 19 hores i gratuït.

Concert solidari d'Artrosis Rock Band a la Fundació Ateneu Sant Roc.

21 DE MAIG

Activitat infantil: trobada de lectors de "mira" amb Tina Vallès i Mercè Galí. A la Llibreria Mitja Mosca de 12 hores a 13 hores. Entrada gratuïta. Lectura recomanada per infants de 8 a 12 anys.

Portes obertes del tallerbdn 2022 Festes de Maig 2022, entrada gratuïta amb horari de les 11.00h fins a les 20:00h. Inscripció gratuïtes a: miquela@tallerbdn.cat

Cantada d'havaneres Festes de Maig 2022 A càrrec de l'Associació de Veïns del Dalt de la Vila. De les 22:00h fins les 23:30h a la Plaça de la Constitució. Entrada gratuïta.

22 DE MAIG

Maig en dansa. L'Esbart Sant Jordi aporta a les Festes de Maig una proposta de dansa tradicional catalana. El cos de dansa de l'Esbart Sant Jordi aproparà la dansa tradicional a tots els



Big Band de l'EMMB – “per fi és dilluns!” Escola de música Moderna de Badalona.

23 de maig

badalonins que vulguin gaudir d'una ballada única. A càrrec de l'Esbart Sant Jordi de l'Orfeó Badaloní. De 19:00h - 20:30h.

23 DE MAIG

Big Band de l'EMMB “Per fi és dilluns!” Concerts a l'EMMB. A l'EMMB - Escola de música Moderna de Badalona. Carrer Germà Bernabé 1-7.

24 DE MAIG

Presentació del llibre «Tau. Libro de la memoria y la quimera», de Christian T. Arjona a l'Espai Betúlia. C/ Enric Borràs, 43-47.

26 DE MAIG

Lectura dramatitzada: “L'ha-

bitació Del Criat”, de Sergi Gallego Montoro. De les 19h a les 20h. A l'espai Betúlia amb entrada gratuïta.

28 DE MAIG

Festa de las migas de 12:00h -16:00h. Jornada lúdica amb activitats diverses, en la qual hi haurà un tast d'aquest plat tradicional. A càrrec de l'Associació de Veïns Sant Joan de Llefià Alt. A la plaça de la Pipa. Acte gratuït.

Pintant davant del mar -Festes de Maig 2022. Demostracions i activitats d'iniciació al dibuix per a adults i infants. A càrrec del Grup de Belles Arts del Museu de Badalona. Des de les 14 hores fins les 20 hores, al Passeig de la Rambla.



(+34) 633 100 661



hola@pistapc.com

Àlbum de festes

- 1 El Dimoni, enguany sobre el preu de la llum
- 2 La Cremada va tornar a ser amb públic massiu
- 3 El Piromusical va emocionar tothom
- 4 El Correfoc va reparèixer als carrers



- 5** | The Tyets, una de les grans actuacions de Festes
- 6** | La Passada de Sant Anastasi, un dels actes clàssics
- 7** | L'esperada reaparició dels gegants
- 8** | La Colla Micaco ha acompanyat totes les Festes

Fotos: @festesdemaig,
Bernat López, @thetyets



Tendències

5 passos per a aconseguir el bronzejat perfecte

Mujerde10.com - amic.cat

El sol és una font de vitamina D i d'energia meravellosa, no obstant això, en excés i sense la protecció adequada és un autèntic perill per a la teva salut. Ara que encara queden dies per anar a la platja, cal prendre consciència dels beneficis i dels perjudicis que suposa la radiació solar. La radiació solar té efectes molt positius per a la nostra pell, com la producció de vitamina D o la millora de malalties cutànies, com l'acne o la psoriasi. No obstant això, en excés i sense la protecció adequada comporta una sèrie de perjudicis, com ara el càncer de pell, el fotoenvelliment, la hiperpigmentació, o l'aparició de venes petites. Cuida't i obtingues el color perfecte sense danyar la pell. Arriba el bon temps, i amb ell, les ganes de lluir una pell

preciosa i bronzejada. Sabem que agafar "color" no és una tasca fàcil, perquè, sobretot, hem de cuidar de la nostra pell primer dels raigs ultraviolats, així que per a aconseguir el bronzejat perfecte 100% garantit hi ha 5 passos a seguir.

1. Exfolia. El primer pas, que moltes persones se salten, és exfoliar la pell una setmana abans, per a així eliminar totes aquelles cèl·lules mortes i preparar-la per a rebre els raigs UV.

2. Menja. No és mite: cal menjar aliments com pastanagues, mango i carabasses, els quals, a més de ser una opció saludable i deliciosa per a la temporada, ajudaran al fet que la teva pell obtingui un to més bonic gràcies als betacarotens que posseeixen.

3. Humiteja i protegeix la pell. Cal utilitzar humectants

que hidratin la pell i amb antioxidants que protegeixin la pell. És un dels passos per a aconseguir el bronzejat perfecte bàsic.

4. Pren el sol. Però fes-ho amb un bon protector solar. Pots escollir-ne un que ajudi al bronzejat, ahora que hidratat la pell.

5. Després del sol. Fes servir un bon After Sun que ens farà l'efecte refrescant després del sol, humectant i cuidant la pell. Tria una fórmula enriquida amb Àloe vera i Vitamina E. D'aquesta manera t'assegures de protegir la teva pell del sol, però sense sacrificar el bronzejat que tant vols. Aplicar-lo correctament. El protector solar s'ha d'aplicar 30 minuts abans de l'exposició solar, i s'ha d'estendre de manera uniforme el producte. És molt important renovar cada dues hores el protector solar.



INSTITUT EUGENI D'ORS

CICLES FORMATIUS



**Eugeni d'Ors
ESO - BATXILLERAT**

TORN DE MATÍ

- CFGM TÈCNIC EN CURES AUXILIARS D'INFERMERIA
- CFGM TÈCNIC EN FARMÀCIA I PARAFARMÀCIA
- CFGM TÈCNIC EN ATENCIÓ A LES PERSONES EN SITUACIÓ DE DEPENDÈNCIA
- CFGM TÈCNIC D'ACTUACIÓ TEATRAL

TORN DE TARDA

- CFGM TÈCNIC EN CURES AUXILIARS D'INFERMERIA
- CFGS TÈCNIC SUPERIOR EN LABORATORI CLÍNIC I BIOMÈDIC
- CFGS TÈCNIC SUPERIOR EN INTEGRACIÓ SOCIAL
- CFGS TÈCNIC SUPERIOR EN DOCUMENTACIÓ I ADMINISTRACIÓ SANITÀRIA
- CFGM TÈCNIC EN ATENCIÓ A LES PERSONES EN SITUACIÓ DE DEPENDÈNCIA

PREINSCRIPCIONS OBERTES

Cicles formatius de Grau Mitjà i Cicles formatius de Grau Superior





Tendències de moda que pots gaudir sempre

estasdemoda.com - amic.cat

La moda és una cosa canviant, però en realitat té més a veure amb els nostres gustos que amb una altra cosa. És una declaració de qui som i és per això que veiem tantes tendències que van i venen.

El que surt a relluir moltes vegades són velles tendències que han tornat. Algunes

són bones, unes altres dolentes, tot depèn a qui li preguntis. Així que, independentment del teu gust per la moda, apuntem algunes tendències que podràs gaudir sempre.

Armillles suèter. Són un retorn als anys 90, i és per això que a la majoria de nosaltres ens agraden. Era una època de tendències de moda arriscades, però algunes com aquestes armilles eren més que genials. Són fàcils d'usar i queden bé amb una brusa blanca botonada sota, però el que cal saber és que la roba folgada ara és un èxit, així que puja una talla per a obtenir el millor efecte.

Pantalons amples. Eren genials en el seu moment i, encara que la generació Z no

estigui d'acord, són còmodes. L'únic problema que presenten és que la mida és una mica rara, però si vas una talla o dues per sota de la teva talla normal, trobaràs un parell que et quedi perfecte. Bosses de baguette. Han tornat amb força, i poden anar dels més cars als més barats, així que no trencaran el teu pressupost.

Mànigues bollades. Ja que estem en el tema de l'exageració, has d'anar a buscar alguna cosa amb mànigues inflades exagerades. Els materials són impressionants i aconsegueixen un efecte molt bo: fan que la teva cintura es vegi més prima.

Botes de combat. Miris on miris, un estil de roba casual requereix aquest article de

Melody Sánchez Serrano



OSTEÒPATA

Fisioterapeuta- Naturòpata

678241451



BADALONA CENTRE



moda. Al principi, a la majoria no els agradaven, però es van obrir camí i aquí estan de nou. Van bé amb vestits i mitges, i et fan lluir genial, i també pots usar-les amb texans. Sembla que mai passaran de moda. Top curt. Aquesta tendèn-

cia està de moda, passin les dècades que passin. El més important és que pots combinar-lo amb una jaqueta difusa i fer-lo servir a casa o al carrer. Són increïbles perquè pots trobar-los en el teu color de pell i algunes

peces venen com un conjunt perquè no hakis de comprar-les per separat.

Totes aquestes tendències de moda podràs gaudir-les enguany i per molt de temps perquè no creiem que es perdin.



COLADA PLUS®
LAVANDERÍA AUTOSERVICIO

**Abierto 365 días al año
de las 8h a las 22h.**

**Lavado en 30 min.
Secado en 20 min.**

**Detergentes y suavizantes
INCLUIDOS!**



**BADALONA: President Companys. 76, Centro
Buenos Aires, 19, Santo Cristo**

www.coladaplus.es

El que has de saber per a usar una camisa blanca

estasdemoda.com - amic.cat

És una base excel·lent per a qualsevol abillament que es pugui vestir elegantment o informalment. La moda femenina ha recorregut un llarg camí en les últimes dècades, però encara hi ha alguns elements bàsics de la moda que mai ens deixen de

sorprendre, com la clàssica camisa blanca. Parlem sobre els aspectes importants per a usar una camisa blanca per a lluir elegant, amb estil i amb classe.

Ha de ser la correcta. Una camisa blanca de dona ha de quedar cenyida al cos i al mateix temps deixar espai

perquè et moguis còmodament. Pel fet que la fas servir amb freqüència, has d'assegurar-te que cada vegada que te la posis et sentis molt bé.

El propòsit de la teva camisa blanca és fer-te lluir impecable. Pots provar diferents marques i talles fins que trobis la que vagi bé amb la teva figura i altura.

Posa-te-la en l'oficina. La camisa blanca és un bàsic indiscutible per a les dones professionals i no sorprèn que molts la considerin el clàssic abillament d'oficina. Fer servir una camisa blanca botonada en realitat pot fer-te lluir més competent i reeixida. Es pot combinar amb qualsevol peça

**SPA PER MASCOTES**
AUTOSERVEI SENSE CITA PRÈVIA



Xampús vegans
Andriroba repel·lent
Ozonoteràpia



Uneix-te al nostre Club i
gaudeix de grans descomptes



La higiene de la teva mascota és vital per a tota la família.

**OBERT 365 DIES DE 8H-22H**
Carrer de Sagunt, 128, 08912 Badalona

SI NECESSITES AJUDA TRUCA AL:
613.157.025
 [LavaKan.Badalona](https://www.instagram.com/LavaKan.Badalona)



que t'agradi i et senti bé, des de faldilles fins a pantalons. Combinació perfecta: camisa blanca i jeans. És el màxim de l'elegància casual. Ho té tot: una sensació de naturalitat i facilitat, versatilitat i espontaneïtat. Una de les raons per les quals aquests dos elements combinen tan bé és perquè el blau i el blanc són colors complementaris: estan directament un enfront de l'altre en una roda de colors. El color dels jeans blaus importa. Un parell blau marí fosc farà que la camisa blanca destaquï, mentre que una rentada mitjana crearà contrast sense ser exagerat. Les rentades clares són perfectes per a looks casuais.

No et conformis amb qualsevol cosa. La qualitat és vital quan es tracta de la teva camisa blanca. Molts factors intervenen en la fabricació d'una gran camisa. Des de la tela utilitzada, fins a la cura que es té en cosir cada puntada, hi ha moltes variables que han de tenir-se en compte i

controlar-se si vols assegurar-te d'obtenir una camisa blanca impecable. La sensació de la tela és impossible d'avaluar si compres a Internet, però és intel·ligent triar 100% cotó. Una camisa blanca és una inversió en tu mateixa. Tria una que et senti com a anell al dit!

Maestro Kina

Africano médium

Auténtico vidiente con 20 años de experiencia.

Especialista en amores, recuperar a la pareja o amante, negocios, deporte, divorcios y mal de ojo, limpieza, seguridad, impotencia sexual... Resultado inmediato y garantizado. ¡llamala!

638 32 03 49

Lionne

LIQUIDACIÓN POR CIERRE
Tallas de la 38 a la 56

Vestidos fiesta a partir de 9,99€

Tel. 93 398 63 75
Guifré, 207 Badalona

Revisions de manteniment del vehicle, cada quant fer-les

Eva Remolina - amic.cat

El pas del temps i l'ús, fan que les diferents peces i components de l'automòbil es desgastin i perdin la seva eficàcia, per la qual cosa es fa tan necessari tenir les revisions actualitzades. I encara que la seguretat és el motiu més important, no és l'únic, ja que mantenir adequadament el cotxe pot suposar-nos a més, un estalvi considerable de diners en evitar-nos avaries molt més costoses.

La periodicitat de les revisions dependrà de diversos factors, com la marca i model del vehicle, antiguitat d'aquest, la freqüència

de l'ús o fins i tot la nostra manera de conduir, però de manera generalitzada, aquests vindrien a ser els terminis aproximats per a assegurar-nos unes condicions òptimes:

- La primera revisió (si el vehicle és nou) als 15.000 km o a l'any a comptar des de la compra (al que s'arriba abans). El manteniment consisteix, a més d'una revisió bàsica (mirar l'estat dels frens, els pneumàtics i les llums, canvi de filtres (oli, aire i pol·len) i canvi de líquids), en comprovar que tot funciona de manera correcta.
- La segona revisió arriba sobre els 30.000 km. A més

de tot l'anterior, es revisaran els sistemes de seguretat.

- A partir d'aquí, cada 15.000 km sempre és necessari canviar l'oli i els filtres, així com revisar l'estat de les pastilles i els pneumàtics.

- Cada 60.000 km es recomana revisar i, si escau, substituir la corretja de distribució i el líquid de frens. La corretja, almenys, com a màxim als 100.000 km. El catalitzador és una altra peça que sol canviar-se quan s'aconsegueix aquesta xifra de 60.000 km.

- Cada 40.000 km el filtre de combustible.

- Cada 25.000 km aproximadament, l'amortidor.



- El canvi de pneumàtics ha de realitzar-se sempre que estiguin desgastats o presentin algun tall o defecte.

Encara que com hem dit aquestes són dates orientatives, sempre s'han de seguir les instruccions de

cada fabricant.

És important també, en el cas que el cotxe sigui nou, respectar al màxim els terminis per a evitar perdre la garantia que ofereix la marca.

Per últim cal saber, que les revisions no han de passar-

se obligatòriament en un taller oficial, sinó que poden fer-se en qualsevol altre taller sempre que aquest estigui autoritzat i respecti les garanties del fabricant i compti amb professionals qualificats per a evitar problemes posteriors.

Taller de Reparacions

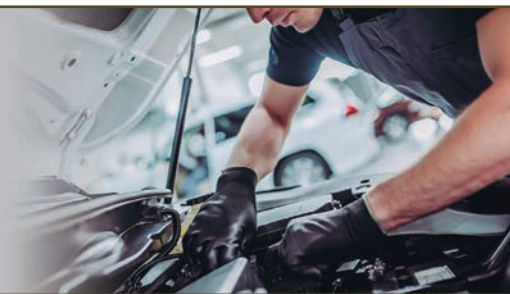
Badauto



Horarios: 8,30 a 13h. · 15,30 a 19h.

C/ Jovellar, 18-20 | Rbla. de Sant Joan, 139

T. 93 384 11 52





Els errors més freqüents al fisioterapeuta

En una consulta de fisioteràpia, es veuen molts errors habituals que repercuteixen en els bons resultats del tractament i, per tant, en la bona recuperació del pacient. Compartim els errors més freqüents (i de fàcil solució): Acudir exigint tècniques concretes. És freqüent que hi hagi tècniques que es posen de moda, i hi ha persones que acudeixen al fisioterapeuta demanant una tècnica o tècniques concretes. Això és un error. Les tècniques són eines que funcionen quan s'usen bé, però no són útils de veritat si s'empren sense raonament ni valoració.

Acudir amb pressa. Hi ha qui va amb presses al fisioterapeuta. Volen tot ràpid,

ja, sense donar temps per a pensar, valorar, reavaluar, aplicar el tractament de la manera adequada i intercanviar informació entre fisioterapeuta i pacient.

Quedar-se únicament amb el tractament passiu. Hi ha moltes tècniques de fisioteràpia que no necessiten la participació activa del pacient, però aquesta és només una part del tractament. Per al millor resultat, el pacient ha d'implicar-se activament, i el fisioterapeuta donar pautes d'exercici i consells de cures per a la vida diària.

No donar importància al diagnòstic fisioterapèutic. Si et fa mal l'esquena i només vas a què et donin un massatge, sense analitzar d'on ve el

problema i com es pot abordar, la recuperació no serà bona. Falta d'higiene personal. Un tractament sanitari requereix sempre que tant el professional com el pacient estiguin degudament endreçats.

No acudir a un professional. La fisioteràpia només pot exercir-la un fisioterapeuta titulat i col·legiat. Acudir a altres professionals no habilitats, per descomptat que no ens dona cap garantia ni seguretat.

No seguir les indicacions rebudes. En el tractament de fisioteràpia, els objectius han de ser consensuats. És bàsic que segueixis les seves indicacions i consells, i preguntis allò amb què no estiguis d'acord.



La importància dels protectors solars

Els protectors solars són locions compostes per ingredients minerals actius com el diòxid de titani i l'òxid de zinc i la seva funció és la d'evitar que les radiacions solars (concretament les radiacions UVA responsables de l'envelliment de la pell i les UVB, les principals causants del càncer) danyin la nostra pell.

Aquests productes solen venir en format crema o esprai, i poden tenir diferents nivells de protecció.

L'OCU (Organització de Consumidors i Usuaris) recomanen almenys un protector 15, mentre que els dermatòlegs aconsellen l'ús d'un mínim de 30. Encara

que quant més gran és la protecció, sempre és més recomanable, no ens hem de confiar, ja que no existeix cap producte que ens garanteixi una protecció total del 100%, per la qual cosa és necessari aplicar paral·lelament altres tipus de mesures, com poden ser:

- Evitar les hores de més calor, com és de les 12 h a les 16 h.
- Usar barrets i ulleres amb filtres UV.
- Mantenir-se ben hidratats.
- Estar sempre que ens sigui possible sota l'ombrel·la o en llocs frescos.
- Aplicar-se el protector solar entre mitja hora i dues hores abans de l'exposició i anar renovant-ho cada dues hores

aproximadament.

- Revisar-se la pell periòdicament, i davant qualsevol piga que canvia de color o grandària, acudir al metge per a una revisió.
- Evitar un ús continuat de les cabines de bronzejat.
- Posar-se protector independentment de l'edat i tipus de pell.



Boramar *Serveis*

Telf. 93 464 21 34

Avgd. President Companys, 57 - 08911

Atenció domiciliària sanitària

Serveis domèstics a la llar

Gastronomia



L'ou i el seu alt valor biològic

Eva Remolina - amic.cat

L'ou és un aliment que conté moltes vitamines tant a la gemma com a la clara, a més de proteïnes d'alt valor biològic. És així mateix, econòmic, accessible, de bon sabor i ha d'incloure's en la nostra dieta de manera regular. Encara que fa algunes dècades no s'aconsellava consumir més de dos ous a la setmana per la creença que augmentava el colesterol, els estudis han demostrat que és un fals mite i que menjar ous sovint no suposa un risc per a la salut, sinó tot el contrari.

Entre les seves múltiples propietats destaquen:

- Té acció antioxidant que proporciona la luteïna i la zeaxantina.
- Prevé les malalties cardio-

vasculars: dins la clara abunden les vitamines A, D, E i K, a més de minerals com el fòsfor, el ferro, el zinc, el seleni o el potassi.

- Conté proteïnes d'alta qualitat que ajuden a la formació d'anticossos i enzimes que ens protegeixen.

- Combat el deteriorament de la vista, ja que cada ou conté la quantitat recomanada diària de vitamina A.

- Aporta greixos insaturats i colesterol, sí, però del bo (HDL).

- Ajuda al creixement infantil.

- És un gran aliat durant el temps de gestació, gràcies a l'abundància d'àcid fòlic.

- La Colina, una de les molècules presents en l'ou, és indispensable perquè el fetge i el sistema central funcionin

com un rellotge.

No obstant això, cal tenir en compte que per a obtenir els màxims beneficis d'aquest aliment cal saber manipular-lo i conservar-lo adequadament. Aquests són alguns consells en referència a com fer-ho:

- Conserva'ls sempre en el frigorífic si has de trigar uns dies a consumir-los.

- No els rentis, no fa falta. Però si encara així ho consideres necessari, fes-ho just abans de cuinar-los.

- Els ous no han d'emetre cap olor, per la qual cosa en el cas de que hi hagi, és millor rebutjar-los.

- No deixis maioneses o menjar elaborats amb maionesa més de 24 hores.

- Respecta les dates de caducitat.

Espaguetis negres "frutti di mare"

Eva Remolina - amic.cat

Presentem una recepta nutritiva, saborosa i que ens farà quedar molt bé quan tinguem convidats a casa. A més, és molt fàcil de fer. Aquests són els ingredients que necessitem:

Quantitats per a 2 persones:

250 g d'espaguetis negres a la sípia, 1 calamar, 250 g de llagostins, 200 g de musclos, 1 ceba, 3 grans d'all, 1 pebrot verd, 1 caiena, oli i sal.

Preparació:

El primer que farem serà posar a coure els musclos perquè vagin obrint. Mentrestant, en una paella, sofregim l'all, la ceba i els pebrots, juntament amb la caiena. Un cop daurada la verdura, la reservem i a la mateixa paella, afegint un



altre rajolí d'oli, fregirem els llagostins prèviament pelats i el calamar trossejat. Quan ja ho tinguem tot, apaguem el foc i en una altra olla anem posant a coure amb sal els espaguetis, fins que quedin "al dente". Una

vegada estiguin, els colem i els afegim a la paella amb el sofregit i l'ofeguem tot junt durant 5 minuts perquè agafin tots els aromes i sabors. Transcorregut aquest temps, estaran llesats per a servir.



**ROSTISSERIA
POLLASTRES A L'AST
MENJARS PER EMPORTAR-SE**

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



**RECOMPENSEM LA TEVA FIDELITAT AMB UN
MENÚ GRATUÏT**

Canonge Baranera, 121 **93 464 19 76 (ENCÀRRECS)**

Segueix-nos al  Facebook  Instagram



Llar

5 idees per a pintar parets perquè la teva sala tingui harmonia

Mujerde10.com - amic.cat

Com saps, els colors són capaços d'evocar emocions, d'aquí la importància del color que tries per a pintar les teves parets. Alguns cops fa por canviar el blanc pel color, perquè podem pensar que farà que la llar es vegi recarregada. Però compartim 5 idees per a pintar les parets amb dissenys de colors

basats en el famós cercle cromàtic, que indica com els colors poden combinar de tal forma que sempre trobis harmonia.

1. Monocromàtic.

És quan pintes les teves parets basant-te en el mateix color, però en les seves diferents tonalitats, és a dir, vas des del més fosc fins al

més tènue. És una tècnica que sempre es veurà amb harmonia.

2. Combinacions veïnes.

Amb el teu cercle cromàtic a la mà, selecciona un to de groc, i els colors que estan a un costat: el de la dreta i el de l'esquerra són tons adequats per a combinar-los i pintar les teves parets. També pots jugar amb els colors

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

ALFA SINGER wertheim PFAFF
REFREY SIGMA BERNINA brother

A. RAMOS



687 701 933

tecnicmaquinacosir@gmail.com

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



de la cortina o butaques. Aquests poden anar en els colors veïns per a crear harmonia a la teva sala.

3. Combinacions d'oposats.

Agafa el teu cercle cromàtic, tria un color, i vés justament de l'altre costat. Aquest serà el color oposat. Exemple: groc i morat. És una mica arriscat quant al contrast de colors, però t'assegurem que es veurà bé.

4. Combinació triangular.

Una altra de les idees per a pintar parets amb disseny de colors és que usis la combinació triangular. En el teu cercle marca un triangle equilàter perfecte i els 3 colors que estiguin en les puntes, són aquells amb els quals pots fer combinacions (exemple: vermell, verd i blau).

5. Combina 3C.

Una vegada que ja tinguis els teus 3 colors que desitges fer servir et preguntaràs; com els combino? L'eina de 3C diu que per a aconseguir combinacions equilibrades has de triar un color predominant que va en un 60%, un intermedí que va en 30% i un altre d'accent que apliques en un 10%. El color d'accent pot anar en mobles.

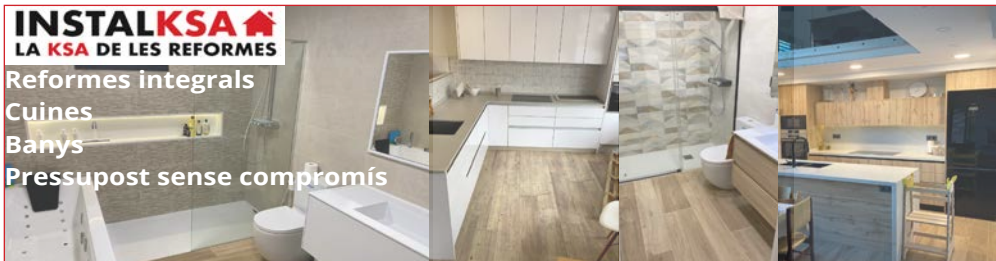
INSTALKSA 
LA KSA DE LES REFORMES

Reformes integrals

Cuines

Bany

Pressupost sense compromís



 C/ Sant Bru 208, Badalona -  651 688 970 - 93 464 10 24 -  lamevareforma@instalksa.com



Colors retro per a la decoració de la llar

Decoracion2.com - amic.cat

Atès que les tendències són cícliques, era qüestió de temps fins que els colors de fa dècades tornessin a aparèixer en les llars. Alguns d'aquests colors són audaços i brillants, proporcionant un canvi fresc en interiors més tranquils. Lavanda. Els colors que han tornat per a quedar-se són el

lavanda i sàlvia. Se sap que l'herba lavanda té propietats calmants, per la qual cosa no és d'estranyar que aquest color es col·li en la decoració.

Pel que fa al verd sàlvia és un color silenciós i pacífic, i té una forta presència en les tendències actuals. Els tons de sàlvia, menta i fins i tot color oliva són tots verds que

tenen un moment retro-actual. Les mantes, els coixins i fins i tot un escriptori antic restaurat també són formes agradables de combinar el color.

Malva. El malva s'està apoderant de les habitacions. La gent usa aquest color aparentment femení de formes audaces, elevades i inesperades. Tant les parets com els sostres s'estan pintant cada vegada més en aquest tènue color porpra.

El color malva profund evoca una sensació que pot ser calmant i vigoritzant cada vegada que s'entra en l'espai. Els tocs d'aquest to també es poden treballar a través de cortines, pufs o fins i tot roba de llit.

Taronja. Se sap que el color



**URGENCIAS
24H**

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

**DESATASCOS DE TUBERÍAS
DESDE 80€**

**INUNDACIONES Y
VACIADO DE FOSAS SÉPTICAS**



admin@grifellsl.com



taronja representa calidesa, sol i alegria. Es pot fer servir en interiors amb teles com a cortines i coixins i, per descomptat, pintura. Encara que s'utilitza comunament per a accents, es pot convertir en el punt focal principal, la qual

cosa inclou usar-lo en les parets. És un color sorprenentment versàtil quan es comparteix una habitació amb altres tons cridaners.

Ocre. Els colors i tons brillants sovint s'associen amb el maximalisme o estils més

excèntrics i colorits, però alguns tenen una espècie de poder màgic. Un d'aquests colors és l'ocre. El color daurat combina meravellosament amb els neutres i també pot fer una declaració audaç per si sol.

**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

Horòscops

Facilitat Roser Bona · AMIC



Àries (Del 21/3 al 20/4)

Amb Júpiter al teu signe comença un període de millores personals. S'obren algunes portes i les coses comencen a fluir. Tornes a interessar-te per l'esport.



Taure (Del 21/4 al 20/5)

Si tens parella aprofundeixes en els possibles problemes entre ambdós per trobar solucions. Cerques un raconet per la meditació o per desconectar dels altres.



Bessons (Del 21/5 al 20/6)

Les coses es van presentant una mica millor del que esperaves i ja no et sents tan estancat. Augmenten els contactes. Si tens un negoci, ja comença a créixer.



Cranc (Del 22/6 al 21/7)

Júpiter transita el sector professional i les possibilitats d'avançar en aquest terreny es multipliquen. Reps el reconeixement dels altres i això et reconforta.



Lleó (Del 22/7 al 23/8)

Sents que el teu món es va quedant petit i necessites ampliar horitzons. Fas una escapada en bona companyia. Apropes posicions amb un familiar o un bon amic.



Verge (Del 24/8 al 23/9)

Si esperaves una resolució judicial, l'aprovació d'un ajut o una subvenció, pots tenir bones notícies. Augmenta el teu sex-appeal i no manquen opcions de lligar.



Balança (Del 24/9 al 23/10)

Amb Júpiter per Casa VII podries rebre una proposició de matrimoni o que la relació que tens es torni més formal. També serà un temps de més trobades socials.



Escorpi (Del 24/10 al 22/11)

Júpiter beneeix el teu sector laboral durant un any aproximadament. Si estàs cercant feina lluny d'on vius, poden sorgir interessants ocasions per progressar.



Sagitari (Del 23/11 al 21/12)

Júpiter a Àries cau a la teva Casa V i és d'esperar que durant un bon temps trenquis alguns cors. Oportunitats de viatjar. La sort pot acompanyar-te en general.



Capricorn (Del 22/12 al 20/1)

Si no estàs a gust al lloc on vius, no dubtes en moure fitxa i pots fer mudança en el termini d'un any. També cal esperar que arribi un nou membre a la família.



Aquari (Del 21/1 al 19/2)

La Lluna Plena té lloc per la Casa X i inclina a assolir objectius professionals, tancant un cicle. Estàs de més bon humor. T'apuntes a una activitat grupal.



Peixos (Del 20/2 al 20/3)

Júpiter transitant per Casa II afavoreix l'expansió econòmica. En aquest temps es poden presentar diverses oportunitats de negoci amb un augment dels ingressos.

Frases cèlebres

«Per molt llarga que sigui la tempesta, el sol sempre torna a brillar entre els núvols»

Gibran



Dites

«Anar a les palpentes»

Significat: fer una cosa sense saber què es fa, sense fixar-s'hi, sense tenir la informació necessària.

MIRANT EL CEL ►



Aquests dies la Serralada de Marina presenta un color verd molt llampant, esquitxat pel groc de la ginesta, la gatosa, l'albada i la sempreviva. Aquesta esplendor de la primavera enganya, ja que realment el terreny està molt sec. Llevat del mes de març, la primavera està sent eixuta. Fotografia de Ramon Canals.

La météo dels dies 2 a 15 de maig

Meteorologia / Oriol Rodríguez

Progressivament ens anem apropant a l'estiu, però el cert és que mitjans de maig s'ha produït un salt molt notable de temperatura que, especialment a les comarques interiors, ha dut registres molt per sobre dels 30 °C. En el cas de Badalona, la marinada, que és aquest vent suau que durant les hores centrals del dia bufa de mar cap a terra, ha mantingut a ratlla el termòmetre. A banda de la calorada, el que és més preocupant és la manca de pluja. Durant la primera quinzena del mes de maig tan sols s'ha acumulat 1 l/m², i ja veníem d'un abril en el qual havia plogut menys del que marca la mitjana climàtica. Segons el Servei Meteorològic de Catalunya, tot i que la pluja del mes de març va alleugerir

una mica la sequera, a hores d'ara la meitat de Catalunya es troba en condicions de sequera a llarg termini. Per a trobar una situació comparable, caldria recular fins a la sequera dels anys 2004-2008. L'única part positiva que podem treure d'aquest temps estable és que enguany no s'ha hagut de patir per la pluja durant les Festes de Maig. L'ambient ha estat suau i, en general, ha predominat el sol.

Temp màx	23,8 °C el dia 15
Temp mín	13,4 °C el dia 4
Hr màx	90 % el dia 15
Hr mín	45 % dies 7 i 15
Press atm màx	1024,0 hPa dia 9
Press atm mín	1012,9 hPa dia 3
Vent màx	41,8 km/h (sud) el dia 11
Precipmàx 24h	0,6 l/m ² el dia 2
Precip anual	151,9 l/m ²

*Dades de l'estació meteorològica Badalona - Centre

Sudokus

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

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

Anuncis per paraules

TREBALL

SEÑORA SE OFRECE para trabajar media o jornada completa. Noches, días o fines de semana. 624 868 100

CHICA DE 45 AÑOS con experiencia se ofrece para cuidado de personas mayores, niños y limpiezas. 612 595 760

CABALLERO BUSCA trabajo para limpieza, obras, cuidado de mayores y otros.

631 541 510

SEÑORA BUSCA trabajo de cuidado de personas mayores, niños y limpieza. Interna o externa. 697 280491

CHICA BUSCA trabajo al cuidado de mayores y limpieza. Interna/externa.

641 343 741

CHICA BUSCA trabajo para cuidar personas mayores, niños y limpieza. Interna o externa. 631 354 857

CHICA BUSCA trabajo para

cuidar personas mayores, niños y limpieza. Interna o externa. 631 490 606

BUSCO TRABAJO para cuidar personas mayores o niños. Disponibilidad todos los días, fin de semana y festivos, señora catalana con experiencia. 671 704 347

CHICA CON EXPERIENCIA y referencias se ofrece para trabajar por horas al cuidado de mayores, niños y limpieza. 633 236 918 **CHICA CON EXPERIENCIA** en cuidado de personas mayor y limpieza externa o interna. 611 707 016

SEÑORA PARTICULAR catalana responsable y con experiencia se ofrece para cuidado de personas mayores, menores y como empleada de hogar. 671 421 121

BUSCO TRABAJO de limpieza, cuidado personas mayores por horas y fines de semana 612 249 632

SEÑORA SE OFRECE para trabajar Lunes a Viernes de 17:00-7:00am y fines de semana con disponibilidad completa. 612 585 752

CHICA CON EXPERIENCIA para el cuidado de personas mayores, niños y limpieza. 632 054 828

CHICA CON EXPERIENCIA para el cuidado de personas mayores, niños y limpieza. 632 573 689

VARIS

PALETA PARTICULAR, profesional. Económico. 699 20 40 45

TAROT ANA

A tus dudas...
tus preguntas,
respuesta sinceras,
solo la verdad
690 902 485.
(Mayores de 18 años)



**Finques
Tres Cases**

SE BUSCA COMERCIAL con experiencia, contrato fijo, sueldo fijo más comisiones, 93.460.88.98
info@finquestrescases.es

**ARA POTS
ENVIAR-NOS LES
TEVES CARTES,
FOTOS DENÚNCIES I
INFORMACIÓ SOBRE
NOTÍCIES QUE PASSIN**

**A
BADALONA
AL WHATSAPP
DEL TOT.
651 976 517**



INSERTA EL TEU CLASSIFICAT AL TOT A

Preu: 0,35€/paraula

prink

*Cartuchos
y Tóner
para todas
las impresoras*

Horari: dilluns a divendres de 10h. a 14h.
i de 16h. a 20h.
Dissabtes de 10h. a 14h.

AVDA. MARTI PUJOL 294 - 296 TEL 93 464 69 14

INSERTA EL TEU
CLASSIFICAT
ONLINE:



COMPRO COMICS, discos, álbumes de fútbol, Playmobil, scalextric, Geyperman, Madelman, muñecas, Tente, Rico, Paya y Antigüedades en general 679 736 491

LAMPISTERÍA, fontanería, peletería y pintura en general recomendaciones, confianza y puntualidad 625 068 570

COMPRO Y VENDO antigüedades, cromos, sellos, postales, lotes antiguos en general, cira12@hotmail.es.

Tel:659 379 234

PROPER SUPLEMENT A L'AIRE LLIURE



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



IMMOBILIARIA

PARTICULAR ALQUILA apartamento para vacaciones en Tossa de Mar. Capacidad para 4 personas. Para más información. 659 312 510



INSERTA EL TEU CLASSIFICAT AL TOT AL CENTRE:

Preu: 0,35€/paraula



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

Carrer d'Aselm Clavé, 36
(Metro Pompeu Fabra L2 línia lila)

Horari: Dilluns a dissabte 10h. a 14.
i de 16h. a 20h.

La Badalona d'abans

BADALONA ►

Josep Cortinas/Museu de Badalona. Al. Fons Josep Cortinas



LA FOTO DELS LECTORS ►

Carreter treient sorra de la platja amb pala, any 1959-60. Foto. Angela Alsina



Si voleu enviar les vostres fotos:
badalona@totbadalona.com o
WhatsApp, 651 97 6 517

Distribuïdors oficials

ARTIGUES

FORN DE PA FIGUERA
Crtra. de Santa Coloma, 2
93 399 02 06

BUFALA

BON ÀREA
Independència, 156
934 605 516

**CARNISSERIES
I XARCUTERIES
NOCETE**

Independència, 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

CASAGEMES

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
LA TARTAleta
Santiago Rusinyol, 108
933 891 763

CENTRE

LA NOVA GRANJA
Prim, 177 · 933 841 153
KARNS FIBLA

Arnús, 26-28
933 846 654

MOLSA
Canonge Baranera, 10-12
933 848 240

**EL VERMUT
COROMINAS**
Canonge Baranera, 45
647 520 697

ELS DIARIS
Canonge Baranera, 98
933 895 647

CA L'ALBERT
Canonge Baranera,
106-108
934 642 127

LA BOTIQUE DEL PEIX
Canonge Baranera, 42
931 300 569

CUINEM
Canonge Baranera, 121
934 641 976

GRANJA FIMONS
Colón, 68
934 643 386

CALÇATS VILALTA
Francesc Layret, 24
933 89 48 61

DECORACIÓ CRUZ
Canonge Baranera, 27
931 447 951

**FLORISTERIA
MORERA**
Francesc Layret, 40
933 842 653

**PERRUQUERIA
BARBANY ART**
Francesc Layret, 147
934 641 141

MERCAT MAIGNON

Avda. Martí Pujol 70
93 483 29 24
FARMACIA BETULO
C/ Francesc Llairet 205
93 389 21 13

PRELUDI
Cadis, 4
934 642 677

**PURA VIDA
QUIROPRÀCTICA**
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
fabregemmolegs.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

**SABATERIES
GUBERN**
Mar, 54 · 93 384 50 03

**CONGELATS
FANTASY FRED**
Canonge Baranera, 54
933 894 619

FERRETERIA PRIM

Prim, 113-117
933 844 151
ferreteriaprim.com
**PAM I PIPA
LLAMINADURES**
Prim, 195 · 936 111 466

**FLORISTERIA
JOSEP M^a 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

FARMÀCIA CAIRÓ
Canonge Baranera 60
93 384 04 53
655 039 269

PASTISSERIA GUIFRÉ
De Mar, 111
93 463 52 17

**SPORT DREAMS
WEAR**
De Mar, 126
93 389 45 61

COLL I PUJOL
EL ESCONDRIJO
Coll i Pujol, 26
933 871 083

Troba la teva
revista als
distribuidors
oficials del TOT



DALT LA VILA

PASTISSERIA LA VILA

Marti Pujol, 192 ·
93 389 36 25

LOTERIA MANOLITO

President Companys, 20
933 890 518

ESTANC BENEYTO

President Companys,
57-61
933 845 554

CAFETERIA SANT

JORDI

Via Augusta, 19-25
637 734 091

RESIDÈNCIA

GERIÀTRICA

BALLESOL

Av. Navarra, 2
934 641 372

FORN LAIA

Av. President Com-
panys, 45 933 845 357

GORG

FARMÀCIA OLÍMPIC

Alfons XIII 127
933 879 350

LOTERIA SORS

Joaquim Ruyra, 1 - 3
933 871 797

REST. SHAN HAI CITY

M. Mont-Roig, 72-74
933 979 163

LA SALUT

CARNISSERIA

HERNANDO

Pau Piferrer, 15
933 990 901

XURRERIA RODRÍGUEZ

Pg. La Salut, 76
933 874 690

MERCAT LA SALUT

Marqués de Sant Mori, S/N
93 383 32 61
649 199 883

CARNICERIA

CHARCUTERÍA

MARI LA EXTREMEÑA

Quevedo, 18 3
933 839 706

LLEFIÀ

TOT POLLASTRE

Joan Valera, 18-22
Marquès Sant Mori, 116

BOCATELI

BAR RESTAURANT

Circumval.lació, 22
93 399 80 98

JOSE TOMAS

M. de Sant Mori, 112
933 877 977

QUEDA POLLO

Avda. St Salvador, 80-84
933 884 827

LLOREDA

FORN ANA I ELI

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

FARMACIA MONGUIÓ

Rambla Sant Joan, 180
933 873 893

MANRESA

RESTAURANT

BUCKET

Ctra. de Mataró, 101
933 842 688

MORERA

BON AREA (MORERA)

Morera, 101
933 955 012

FORN CA L'AVI

MARSAL

Carrer de Sant Vicenç, 31
93 156 58 66

POMAR

MERCAT POMAR

Avda. Primer de maig
S/N

FORN DE PA ARTESÀ

Plaça Pomar, 3
645 45 00 32

PROGRÉS

CA LA BERTA

Guifré, 208
648 63 95 93

FARMÀCIA PRAT

Francesc Macià 94
93 387 06 47

607 26 72 21

FLORISTERIA

S. VENTURA

Plaça Pep Ventura, 13

FRUITES I VERDURES

PADRÓS

Providencia, 140
933 872 021

PASTISSERIA GUIFRÉ

Guifré, 259
93 387 5093

LA BONA PAPERERIA

Guifré, 280
93 348 45 76

CAN MIXO

Tot per la teva mascota
Roger de Flor, 82
933 887 457

PIT I CUIXA

Güell I Ferrer, 33
934 643 087

LOTERIA MUSSOL

MÀGIC

Alfons XIII, 6
933 988 296

CONDIS

Guifré, 100-108
934 646 989

JOIERIA LA PLANA

Guifré, 82
933 977 156

ALFA BADALONA

CENTRE – MAR

Industria 143 – 149 local
93 397 59 65

CONDIS

Torner, 5-7
934 610 770

ULTRAMARINOS

MARTINA

Progres, 93
93 388 12 42

RAVAL

FONTISI PASTISSERIA

Plaça Pep Ventura, 16
93 387 49 42

SANT CRIST

BON ÀREA

Coll i Pujol, 185
934 610 405

Distribuïdors

Troba la teva
revista als
distribuïdors
oficials del TOT



RENOVACIÓ ▶
Rostisseria "Queda pollo"
Avda. Sant Salvador, 80
933 884 827

Pollo a l'ast · Comidas caseras
Horarios: Viernes a Domingo
y todos los festivos de
9.30 h a 15.30 h

Per què renoveu com a distribuïdors del TOT?

Porque es la revista de la ciudad, cercana y con
toda la actualidad de Badalona.



Vols distribuir el TOT al teu comerç?

Posa't en contacte amb nosaltres:

651 976 517

comercial@totbadalona.com

SAYEZ® .com

Tots els mobles al millor preu

- ✓ Mobles a mida
- ✓ Finançament
- ✓ Atenció personalitzada
- ✓ Pressupostos sense compromís

Sofà llit clic clac

Mesura 193 cm d'ample. Té un bagul sota el seient

259€



**Taula consola
210€**



Moble TV i Altell Roure i Blanc

Mesura 200 cm d'ample

195€



Llitera Triple

379€



SAYEZ®

Ofertes valides fins al 30 d'abril o fins a fi d'existències

.com

Moltes més ofertes a www.sayez.com

Servei d'atenció i producte personalitzat a les nostres botigues. Estem a Badalona, Santa Coloma de Gramanet, Sabadell, Barberà del Vallès, Terrassa, Cerdanyola, Martorell i Vic.



hola@sayez.com



[@sayez_mobles](https://www.instagram.com/sayez_mobles)