

TOT

www.torbadalona.com
Del 24/02 al 10/03 '23

**Gràcies
Badalona,
la millor Copa
de la història!**





frutaway
Espai



Frutaway Espai

Degustació i venda de
producte saludable de
proximitat

C/ Mar, 119. Badalona

www.frutaway.com

TOT

www.totbadalona.com
Del 24/02 al 10/03 '23



El dimoni sense fum



Aprofita els dies
PORCELANOSA
del 3 al 18 de març

www.badagres.com



*Campanya limitada a la disponibilitat dels articles (consulti les condicions particulars).
No aplicable a altres ofertes i promocions en vigor. **Vàlid del 3 al 18 de març de 2023.**

La Residencia que te mereces

Siempre cerca de ti

Estancias temporales
y recuperaciones post-hospitalarias

Expertos en recuperación de cadera,
rodilla, ictus y fragilidad

Expertos en Alzheimer, demencias
y deterioro cognitivo

Residencia para mayores
en Badalona

**Avda. Navarra, 2-4 08911
Badalona, Barcelona**

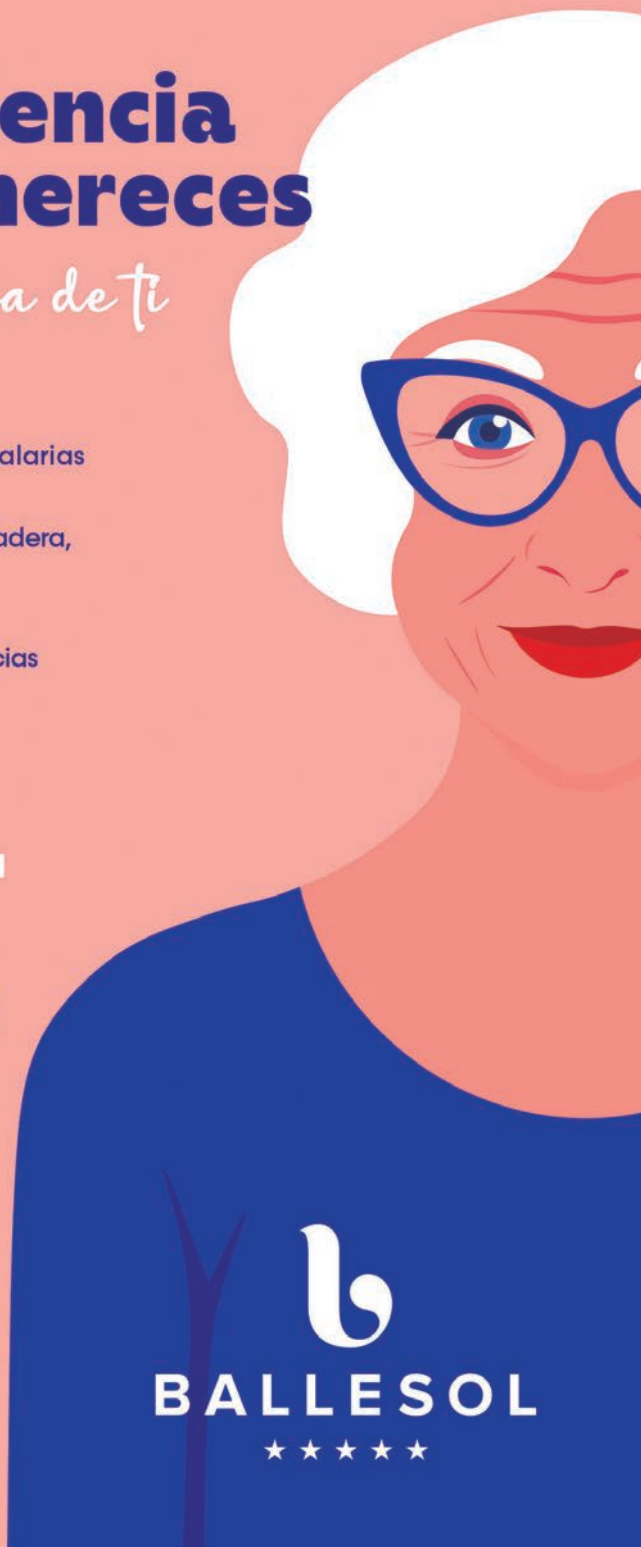
Infórmese
934 64 13 72



**Espacio
seguro**
Vacunados
y protegidos



www.ballesol.es



b
BALLESOL
★★★★★

La Setmana



La Copa consolida Badalona com el bressol del bàsquet

Ciutat | Redacció

Del dijous 16 de febrer al diumenge 19 de febrer, va tenir lloc la Copa del Rei de bàsquet a Badalona. Organitzada per l'ACB amb la col·laboració de l'Ajuntament de Badalona, ha estat catalogada per molts com a una de les millors de la història. Per entendre aquesta afirmació la qual en un primer moment pot semblar agosarada, hem de tenir en compte dos factors: la igualtat que hi ha hagut a nivell esportiu i l'èxit de les activitats fora de l'estadi. A nivell purament esportiu, encara que a la pàg.14 us ho expliquem amb més detall, el fet que ni el Barça ni el Madrid no arribessin a la final va generar una igualtat entre els equips. No passava des de l'edició del 2008 que cap dels dos grans equips no arribava a la final. Malgrat el polèmic alt preu de les entrades, 74.665 espectadors

van presenciar els partits a l'Olimpíic.

Fan Zones i la Nit de la Copa, més enllà del bàsquet

Les quatre Fan Zones han estat l'esperit d'aquesta Copa. Encara que és cert que algunes, com la de Pompeu Fabra o la del Parc del Gran Sol, s'hi preveia més aflluència de gent, la Fan Zone del Gorg ha estat un èxit absolut. Segons les xifres presentades per l'Ajuntament de Badalona, les fan zones van rebre uns 88.000 visitants. La zona de davant del Palau Olímpic ha estat plena de gent durant tots els dies de competició. La Jaula Movistar, l'escenari amb concerts i tot l'ambient de parades d'ACB amb activitats van fer d'aquesta Fan Zone una festa. La Trobada d'aficions del dissabte al matí va agrupar més de 6.000 aficionats. La Nit de la Copa va ser un dels experiments

d'aquesta edició, és la primera vegada que es fa un esdeveniment d'aquesta mena en una Copa. La Nit de la Copa es va celebrar al polígon de Can Ribó, on hi havia dos escenaris amb concerts i DJ's i l'Espai Titus obert amb entrada gratuïta. Va ser un èxit: més de 10.000 persones van gaudir de la festa i no va constar cap incident. Una de les accions que s'havien promogut per evitar possibles incidents van ser els punts liles, els quals van rebre unes 800 visites únicament informatives.

Minicopa: rècord d'assistència

El Poliesportiu de Llefià va quedar petit per acollir la Minicopa del Rei de bàsquet, on els 8 millors equips infantils de l'Estat van enfrontar-se durant els dies 15, 16, 17, 18 i 19 de febrer. Cada dia hi havia més gent en un pavelló expressament remodelat per l'ocasió,



però la cierara del pastís va arribar el diumenge amb la final celebrada a l'Olímpic entre Barça i Madrid que va batre el rècord d'assistència amb 8.630 espectadors.

Bon cap de setmana per l'hostaleria i restauració

Un dels grans reptes a nivell turístic de la Copa és que els visitants es quedessin a la ciutat. Segons les dades presentades per l'Ajuntament de Badalona, el 84,6% van aprofitar per fer turisme a la ciutat i el 50% dels visitants van estar 5 dies a Badalona. Tots els hotels i albergs de la

ciutat tenien reserves des de feia setmanes i els restaurants i bars badalonins han tingut un augment notable de clients. La dada és molt positiva: el 92,3 % dels visitants a la Copa van consumir en establiments locals de restauració durant els dies de Copa.

Injecció de positivisme per l'afició verd-i-negre

A vegades fa falta que ens ho diguin per creure'ns-ho i aquest ha estat un dels casos. "Doncs ens ha sorprès Badalona, no ens la imaginàvem així" es podia sentir als carrers de la ciutat. Els badalonins

vam lluir de ciutat i de bàsquet, molt bàsquet. El màxim exponent d'aquest sentiment badaloní és el Joventut Badalona i tots els badalonins i badalonines es van bolcar amb l'equip. El bon joc de la Penya als terrenys de joc va animar a aficionats que no solen anar a l'estadi que comprassin l'abonament. D'altres que no es podien permetre l'elevat cost van omplir les Fan Zones de festa i, sobretot, d'orgull verd-i-negre. És el moment que el club aprofiti aquesta embranzida per fidelitzar l'aficionat amb l'equip més sovint.

La Copa podria tornar a la ciutat el 2026

Després de l'èxit de la Copa de bàsquet a Badalona, tothom es preguntava el mateix: quan tornarà la Copa a la ciutat? L'alcalde Rubén Guijarro va

explicar en declaracions a Ràdio Badalona que "hem parlat amb l'ACB i els he dit que volem que la copa torni el 2026". L'ACB ha quedat en-

cantada amb aquesta edició a Badalona, definint-la com una de les millors de la història, i no veuria amb mals ulls repetir l'edició properament.

Ja tenim dimoni, mocador i cartell per les Festes de Maig 2023



Redacció |

Les Festes de Maig encara són lluny, però comencem a fer els primers preparatius. El dimarts 21 de febrer es va presentar en públic el disseny guanyador del vint-i-quatrè concurs Crema'l tu!, Premi de Disseny del Dimoni de Badalona que es plantarà a la platja durant totes les Festes de Maig i que es cremarà la Nit de Sant Anastasi, el 10 de maig. A més, també s'ha conegut el cartell i el mocador de les Festes de Maig d'aquest any.

El dimoni "Sense fum"

El disseny escollit ha estat l'obra "Sense fum!". Un Dimoni de formes geomètriques i pensat en que ha

de ser construït i cremat, molt "allunyat de les falles valencianes o d'un dibuix d'animació o còmic" com destaca la seva autora, la badalonina Àgata Gil. La figura presenta un dimoni ple de cotxes que, atès que aquest any Badalona serà Zona de Baixes Emissions en compliment de la normativa europea i estatal pot tenir, segons la mateixa autora del disseny, dues interpretacions: "un dimoni enfadat amb la mesura enviant més cotxes a la ciutat o un dimoni emportant-se els cotxes que no compleixin amb la nova normativa". Àgata Gil està llicenciada en Belles Arts



per la Universitat de Barcelona i graduada superior en Il·lustració i en Gràfica Publicitària a l'Escola d'Art i Superior de Disseny Pau Gargallo de Badalona.

Cartell: la cremada del Dimoni com a protagonista

Durant l'acte s'ha fet públic també el cartell de les Festes de Maig. La principal guanyadora ha estat Yvonne

Menetray, de segon curs del cicle formatiu de grau superior (CFGS) d'Il·lustració, que ha obtingut el primer premi. El cartell té com a protagonista la cremada del dimoni de Badalona amb el foc i els focs artificials. Recordem que fa uns anys l'Escola d'Art i Superior de Disseny Pau Gargallo i l'Ajuntament de Badalona van establir un acord de col·laboració on es demanava que els alumnes del centre participessin en el disseny del cartell de les Festes de Maig.

Mocador verd-i-negre

El color del mocador d'aquest any és verd-i-negre. S'ha volgut d'aquesta manera continuar recollint l'esperit i l'orgull de ciutat que ha inundat tots els barris de Badalona durant la celebració aquests dies de la Copa ACB de Bàsquet. El mocador simbolitza la participació ciutadana a les Festes de Maig i l'actitud solidària de Badalona. S'elabora amb criteris de comerç just per contribuir a millorar les condicions de vida i de treball dels productors i productores de països més pobres, i per assegurar salaris i condicions de treball dignes.





SOM

- ▶ Innovació
- ▶ Excel·lència
- ▶ Responsabilitat



menarini.es

Relacionen la crema de contenidors amb el Partit Popular de Badalona

Redacció |

Segons va assegurar TV3, un dels detinguts per les cremes de contenidors dels darrers mesos a Badalona és el fill d'un membre del Partit Popular en les darreres eleccions municipals a la ciutat. Des del PP Badalona han desmentit que hi hagi alguna mena de relació entre els fets i el partit. En canvi, des del consistori, el regidor de Seguretat, Christian Carneado apunta que les cremes de contenidors són organitzades amb el propòsit de "crear un clima d'inseguretat fictici a la ciutat de Badalona".

Una mitjana de 31 contenidors cremats al mes

La crema de contenidors a Badalona és un tema que fa mesos que en venim parlant en aquest mitjà i és un dels problemes que més inseguretat creen entre els badalonins i badalonines. La policia local,



que investiga els fets des de fa setmanes, assegura que les cremes s'han multiplicat per tres els darrers mesos. En 4 mesos s'han cremat més contenidors que en tot el 2021 amb una mitjana de 31 contenidors al mes des de setembre. La majoria dels contenidors es cremen de matinada als barris del Remei, Artigues, Sant Roc i Congrés.

El tercer cas de curació de VIH en el món ha estat coordinat i estudiat a Badalona

En una publicació a la revista Nature, s'ha confirmat el tercer cas de curació d'una persona amb VIH, després d'un trasplantament amb cèl·lules mare. L'estudi ha estat coordinat i estudiat l'Institut de Recerca de la Sida IrsiCaixa de Badalona i l'University Medical Center d'Utrecht.

La Guàrdia Urbana investigada per frau salarial

La Fiscalia Anticorrupció està investigant per malversació, prevaricació i altres delictes a l'Ajuntament de Badalona per accions fetes amb la Guàrdia Urbana de la ciutat. Una denúncia interna de la PSU ha servit per destapar diverses irregularitats en conceptes salarials. Segons el sumari de la investigació, van detectar que les hores extraordinàries es repetien periòdicament cada mes i es convertia en un complement salarial.

El complex esportiu de la Focus, cada cop més a prop

L'alcalde de Badalona, Rubén Guijarro, presenta aquest divendres 24 de febrer el projecte definitiu del nou complex esportiu de la Focus. La instal·lació estarà situada entre els barris de Bufalà i la Morera. La instal·lació esportiva comptarà amb 4 zones d'aigua: una piscina olímpica, una piscina amb onades, una altra piscina petita i una zona termal. A part, l'equipament estarà dotat amb 8 pistes de pàdel, gimnàs, ves-



tidors, sala fitness, una pista de running i aparcament.

Badalona i Sant Adrià de Besòs coordinats per actuar davant les ocupacions il·legals

La nova modificació de la llei permet que els ajuntaments puguin requerir als grans tenidors de pisos que en el termini de trenta dies desallotgin pisos ocupats on es duuguin a terme activitats contràries a la "convivència normal de la comunitat", "de l'ordre públic" o que posin "en perill la seguretat o la integritat de l'immoble".

NOVA UNITAT “DOMUS” DE LA GUÀRDIA URBANA DE BADALONA

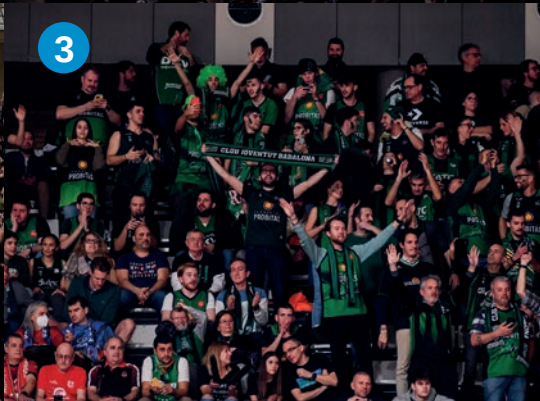
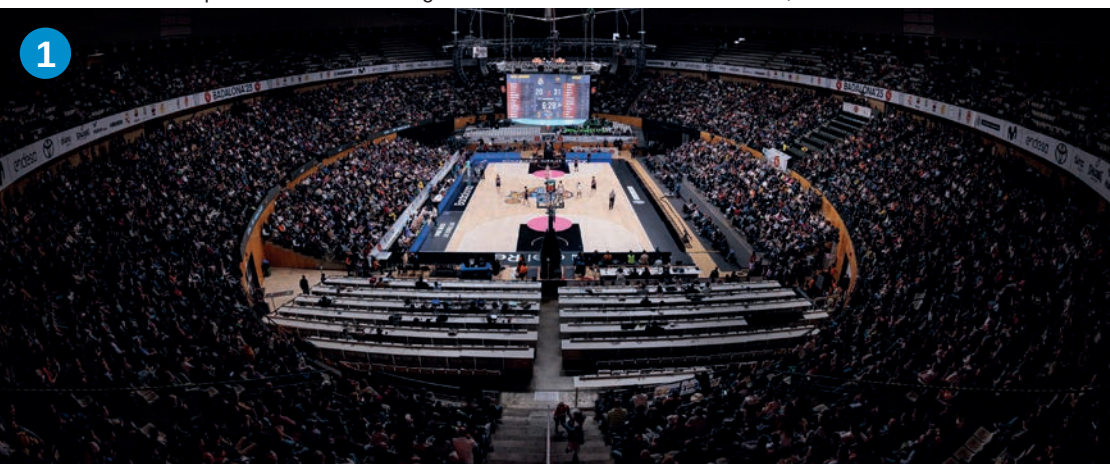
Número de telèfon exclusiu per a les
ocupacions: **617 396 669**

*Prevenir, detectar i intervenir
en casos d'ocupacions
il·legals d'immobles*



Les imatges de la Copa

- 1** | 8.630 persones: Rècord absolut d'assistència a un partit de Minicopa
- 2 i 3** | Els aficionats verd-i-negres van donar suport a dins i fora de l'estadi
- 4** | Tant a nivell d'espectacle, com esportiu, la Copa va deixar bones sensacions.
- 5** | La Nit de la Copa va omplir de 10.000 persones el Polígon de Can Ribó amb concerts i DJ's
- 6 - 9** | La Copa es va viure com una gran festa entre aficions amb disfresses, música i cànctics





Esports

La millor Copa del Rei de l'última dècada



Bàsquet | Ferran Pursals

Esportivament parlant, no hi ha cap discussió que la Copa del Rei 2023, disputada a Badalona, ha estat la més intensa i, sobretot, la que més alegries o decepcions - segons els aficionats de cada equip-. Feia 15 anys (2008) que Barça i Madrid no arribaven a una final. Que l'Unicaja de Màlaga hagi guanyat el torneig ha estat un fet impensable a nivell general, especialment perquè tenia, primer el Futbol Club Barcelona i després el Real Madrid. Però, l'equip d'Ibón Navarro (que tindrà una oferta de renovació fins el 2025) ha sabut explotar totes les seves fortalleses i minimitzar els errors per aconseguir un trofeu que no aconseguien des del 2005.

A la final, contra el Tenerife,

els malaguenys van saber anar per darrere durant gran partit (-9 al tercer quart) i demostrar que sí, que "Ibón tiene un plan". Les claus de la coronació de l'Unicaja de Màlaga com a campions de la Copa del Rei han estat creure en la idea de l'entrenador i unificar cap a una direcció totes les intensitats i no perdre el cap en els moments finals de casa partit.

El Club Joventut de Badalona va realitzar un gran partit contra el Baskonia en els quarts de final, exhibint un joc col·lectiu magnífic a la segona part per classificar-se per a les semifinals contra el Lenovo Tenerife. A priori més assequible. Però és una Copa del Rei. I els partits s'han de saber tancar fins l'últim segon. La Penya va anar més de 35 minuts del partit per davant, i

quan faltaven 21 segons, tenia dos tirs lliures i possessió a favor. Andrés Feliz es va precipitar buscant el triple que sentenciés el partit i Tenerife va córrer el balanç ofensiu per emportar-se el partit i deixar els aficionats verd-i-negres amb un gerro d'aigua freda. Tot i la derrota, el binomi afició-plantilla ha demostrat que és molt potent a l'Olímpic.

Decepcions:

Podríem situar al Barça, Madrid i Baskonia com els equips que no han estat a l'alçada en la millor competició de bàsquet nacional. Però la realitat és que els blaugranes i blancs van perdre contra el campió i no es van merèixer la victòria. Els de Vitòria - tot i començar molt bé - es van diluir a mesura que el temps va avançar.



Companyia Lora de Goya

Pepe Flores

Fotografia de Ana Palma
Antonio Canales

Nia d'Andalusia

2023

Dissabte 25 de febrer

18.30 h - Acte institucional a la plaça de la Vila

19 h - Parlaments i l'espectacle *Un tablao* de la companyia **Lora de Goya**, amb **Antonio Canales** com a artista convidat i amb la col·laboració de **Pepe Flores**, al teatre Margarida Xirgu

Entrada gratuïta. Aforament limitat
Informació 93 483 28 22



Ajuntament de Badalona

badalona.cat

Agenda

DIVENDRES 24 DE FEBRER

Gala Internacional de Màgia 2023 al Teatre Zorrilla (20h)
Nits de comèdia al Teatre El Círcol (20:30h)
Concert tribut amb Cold-play al Sarau (23:30h)

DISSABTE 25 DE FEBRER

Adéu Peter Pan al Teatre El Círcol (17h)

DIUMENGE 26 DE FEBRER

Visita guiada a l'exposició "Perfumeria Parera. 100 anys de Varon Dandy" al Museu de Badalona (10:30h)
Ofrena floral i parlaments pel 83e aniversari de l'afusellament de l'Alcalde Xifré a la Plaça Alcalde Xifre (12h)



Adéu Peter Pan

El dissabte 25 de febrer al Teatre El Círcol (17h)

DILLUNS 27 DE FEBRER

Concerts EMMB. Jam Hits The Town Ami Ivet Cortes i Naia Gonzalez a l'Escola de Música Moderna de Badalona (20h)

DIMECRES 1 DE MARÇ

Espectacle "Enlloc com a casa" al Teatre Margarida Xirgu (20h)

DIJOUS 2 DE MARÇ

Conferència: Interdependència sociològica entre la Congregació dels Dolors i la societat badalonina al Museu de Badalona (19h)

Ja és dijous! Gershwin 80è aniversari de l'Auditori del Conservatori de Badalona 20h

DIVENDRES 3 DE MARÇ

Cinema: Casablanca al Teatre El Círcol (19h)

DISSABTE 4 DE MARÇ

"Estúpides" al Teatre Margarida Xirgu (20h)

Gala Solidària de Màgia al Teatre Blas Infant (18h)

CONEIXEU SANT JERONI DE LA MURTRA?

Per una modesta aportació, podeu formar part de l'Associació d'amics de Sant Jeroni de la Murtra i contribuir a la reconstrucció del Monestir, tot gaudint de les activitats que s'hi organitzen.

Per inscripció
Telf +34 933 951 911
www.lamurtra.cat
info@lamurtra.cat



¡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**

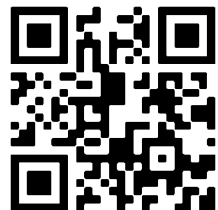
Barcelona / Badalona
+34 935 48 95 85
institutomarketing.es
info@institutomarketing.es

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



EL PERSONATGE ►

Sílvia Muntané i Gerard Remendo, de la llibreria Saltamartí, guanyadors del XII Memorial Pere Rodeja

Els llibreters Sílvia Muntané i el Gerard Remendo, de Saltamartí Llibres, rebran aquest divendres 24 de febrer el premi XII Memorial Pere Rodeja. El reconeixement és pels seus dinou anys al capdavant de la

llibreria badalonina. A la llibreria situada al carrer del Canonge Baranera, núm. 78, s'hi fan diverses activitats: presentacions de llibres, clubs de lectura, petits espectacles... La riquesa del seu fons també ha estat un dels punts que ha servit al jurat per atorgar el guardó. El reconeixement distingeix cada any escriptors, llibreters, editors o periodistes en el món de les llibreries. Enguany, també s'ha volgut reconèixer a la periodista Anna Guitart per la seva tasca

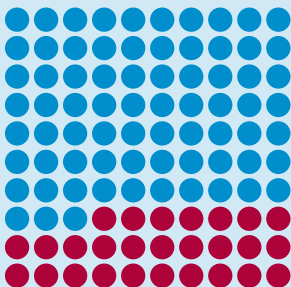
ENQUESTA ►

Via Twitter @totbadalona

T'agraden els colors del mocador de les Festes de Maig 2023?

SÍ: 73%

NO: 27%



a favor de la literatura. Des de la seva inauguració, l'any 2004, la llibreria Saltamartí va néixer amb l'objectiu de no ser sols un lloc on vendre llibres sinó un espai on oferir cultura i que donés cabuda i acompanyament als actes culturals de la ciutat.

TOT Badalona

Publicada per Instagram · 18 de febrer a les 17:38

📍 Mercat badaloní: Convocatòria per animar a la @Penya1930 a les 19:30h a l'entrada del pàrquing. L'equip es juga avui una plaça a la final de la Copa del Rei de demà. #badalona

HO HEM VIST AL FACEBOOK DEL TOT ►

Mai Marc:

No posaran pantalles a l'exterior?

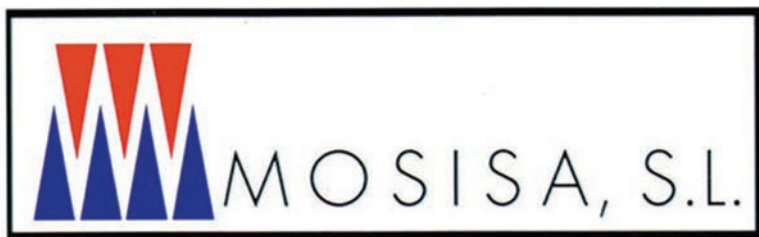
Neus Mir:

Visca la Penya i visca Badalona!

Jordi Fernández:

Som-hi badalonins, hem de demostrar l'orgull pel nostre club.





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

Cultura

Nit de monòlegs i l'espectacle Adéu Peter Pan, dues propostes a El Círcol



Teatre | Redacció

Nit de Monòlegs

El 24 de febrer a les 20:30, el Teatre Círcol de Badalona serà l'escenari d'un show d'stand up comedy que obrirà el primer cicle d'humor de Badalona: les Nits de Comèdia del Círcol. Els còmics badalonins Beans i Oriol Mollfulleda seran els mestres de cerimònies d'aquesta primera gala que comptarà amb la presència de quatre dels noms més potents de l'escena emergent catalana: Gemma Ortís, Norbert Palazón. Pau Roigé i Yael Brusca. L'actuació tindrà lloc a la sala de socis

d'El Círcol, i s'hi accedirà pel bar. L'aforament és limitat i l'entrada es regularà per ordre d'arribada. Es podrà fer un donatiu de 6€.

Adéu Peter Pan

El 25 de febrer a les 17h, El Círcol tornarà a acollir un espectacle infantil. Adéu Peter Pan és un espectacle de titelles i actors, sensible i divertit, que busca en tot moment la complicitat de petits i grans amb una posada en escena que et captivarà des del primer moment. L'espectacle parla del vincle entre els infants i els seus avis, i, a més, la manera

com els pares i les mares gestionen aquestes noves relacions familiars. A la Maria, una nena amb molta imaginació, li encanten els contes, les històries i aventures que li explica el seu avi, amb qui passa totes les tardes jugant a ser PETER PAN. Però, de sobte, una nit, els nens perduts s'enduran la Maria de la seva habitació cap al País de Mai Més. Aleshores, les aventures les viurà en primera persona. Els pirates, la Campaneta, els indis i tot l'imaginari que va escriure en James Matthew BARRIE passaran a formar part de la seva realitat.



Dipòsit Legal:
B 11724-2015
Núm. 293

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

Visita guiada a l'exposició de la Perfumeria Parera



Exposició | Redacció

El dissabte 26 de febrer, de 10:30 a 12h, el Museu de Badalona organitza una visita guiada gratuïta a l'exposició Perfumeria Parera. 100 anys de Varon Dandy. L'entrada és lliure amb inscripció prèvia.

100 anys de Varon Dandy

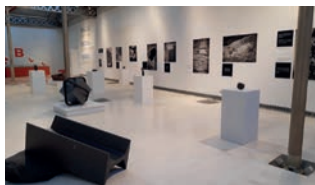
L'exposició ressegueix la trajectòria i l'evolució de Perfumeria Parera, que va ser la indústria badalonina

més destacada del sector i una de les més importants de tot el país. També es dedica un apartat a les altres fàbriques del ram que hi va haver a la ciutat de Badalona abans de la Guerra Civil. Fundada per Joan Parera l'any 1912, la marca estrella de Perfumeria Parera va ser Varon Dandy, creada fa justament 100 anys. Identificava, entre altres productes, una colònia, una loció i un fixador.

Última setmana per visitar l'exposició 'Paraula, matèria, imatge' a l'Espai Betúlia

Exposició | Redacció

Fins el divendres 3 de març teniu l'oportunitat de visitar l'exposició Paraula, matèria, imatge a l'Espai Betúlia. Aquesta exposició ofereix la fusió de tres llenguatges complementaris. Un conjunt de fotografies de Lluís Ivern exploren les formes, textures, ombres i llums contingudes en algunes de les obres escultòriques d'Agustí Penadès. Aquestes imatges



van donar peu al conjunt de reflexions que el filòsof i crític d'art Arnau Puig va fer per a l'ocasió i que l'espectador trobarà al costat de les fotografies.

Enlloc com a casa, el documental del mes

El dimecres 1 de març a les 20h, el Teatre Margarida Xirgu acull una nova edició del Docs del mes amb el documental 'Enlloc com a casa' d'Emili Beck. Priyangika Samathie va néixer a Sri Lanka i va ser adoptada per una família de Noruega a les set setmanes de vida. El coratge per buscar la família biològica converteix un viatge de reconciliació amb les seves arrels en una recerca de detectius. Priyangika vol saber la veritat, encara que sigui dolorosa. La directora Emily Beck acompanya la investigació de Priyangika amb sensibilitat i empatia. La valentia per confrontar els grans tabús de l'adopció s'acaba convertint en un clam contra l'abús de poder dels països occidentals.

Enterrament de la sardina a Badalona

El dissabte 25 de febrer té lloc al parc de l'Escorxador, de 10 a 13h, Enterrament de la sardina. A la tarda, a les 17 hores, pels carrers del barri de La Salut es farà el Cercavila de l'extermini. A partir de les 19.30 hores, al parc de l'Escorxador acollirà l'Incineració de la sardina. A les 20h, es farà al mateix lloc el Lluïment de les colles participants i, seguidament, una Sardinada popular.

Podologia

Peus Plans i les seves solucions

Eva Remolina - amic.cat

Es diu que els peus són plans quan la volta plantar té menys altura de la normal. Aquesta patologia és molt freqüent en els nens petits i és degut al fet que el peu no s'ha desenvolupat per complet, per la qual cosa en la majoria dels casos sol corregir-se durant la infància per sí sol. No obstant això, també és una anomalia que pot donar-se en l'edat adulta, bé perquè no arribés a corregir-se mai o a causa d'un accident o pel simple desgast dels ossos. En general no sol causar dolor, però sí que pot contribuir a problemes en els talons i en els genolls amb el temps per la mala alienació de les cames, per la qual cosa és aconsellable solucionar-lo per a evitar mals



majors. Dins dels peus plans, trobem tres classes de tipologia: els peus plans flexibles, els semiflexibles i els rígids. Al primer grup solen pertànyer els nens, i té un bon pronòstic. Aquest tipus de peus arriben a corregir-se per complet i com dèiem abans, sense necessitat de tractament. En el segon cas, la possibilitat de correcció és alta però això sí, amb un tractament adequat. És en el tercer supòsit, quan l'única solució per a aquesta correcció, passa per una operació quirúrgica. Quan sospitem que pot haver-

hi un problema de peus plans, el millor és acudir al podòleg perquè avaluï la situació, efectui una prova de la trepitjada, així com unes altres que consideri pertinents i recomani el tractament més adequat per a cada cas concret. Tractaments que van des de la fabricació d'unes plantilles personalitzades (que permetin recol·locar el peu), sessions de fisioteràpia, pràctica d'exercicis focalitzats o tècniques com la del Kinesiotaping que consisteix a aplicar embenatges neuromusculars específics, entre molts altres.

CALÇATS
Des de
l'any 1939

- Calçats per a plantilles
- Peus delicats • Amples especials

Sant Jaquim, 30 • Tel. 933 891 569
calsats_sotero@telefonica.net

ORTOPÈDICS
SOCIETAT LIMITADA
Ps: FMO 273 CAT

TENS DOLOR DE PEUS?

VISITA
+ ESTUDI BIOMECÀNIC DEL PEU
+ PLANTILLES ORTOPÈDIQUES
+ REVISIÓ ALS 6 MESOS
120€

Producte ortopèdic a mida subjecte a prescripció facultativa.

m-ortopedics@m-ortopedics.com · www.mortopedia.com

M ORTOPÈDICS MOLLET DEL VALLÈS
C. Compte d'Urgell, 94 | T. 93 579 18 80

M ORTOPÈDICS GRANOLLERS
C. Bartomeu Brufalt, 5 | T. 93 512 70 50

M ORTOPÈDICS BADALONA
C. Pi i Gubert, 57-59 | T. 93 397 07 81

Com prevenir les butllofes i les ungles negres en esportistes

Portalfitness.com - amic.cat

Tot i que no solen tenir importància mèdica, perjudiquen la concentració, disminueixen el rendiment esportiu i el gaudi de l'activitat. Les butllofes són producte del freg del peu amb un altre agent, que en corredors solen ser les sabatilles i mitjons. Els problemes amb els mitjons sorgeixen per una mala col·locació o mala qualitat d'aquests. D'una banda, mitjons inadequats poden fer transpirar massa els peus, produint friccions. A més d'usar mitjons que permetin la ventilació, és important estar atent a les costures, perquè si aquestes estan en llocs delicats (com enmig de les plantes dels peus), són un veritable problema. Important també és la seva col·locació. Pots tenir els millors mitjons del món, però si te'ls poses malament, permetent plecs i "arrugues", és molt probable que apareguin butllofes. Les sabatilles també poden ser l'origen que els ocasiona. D'una banda, pel fet de calçar sabatilles inadequades per a córrer o perquè el desgast de les mateixes provoquen que determinades zones siguin focus de friccions. Lligar-te bé els cordons per a assegurar un bon moviment dels teus peus, és també un consell de prevenció.

En quant a les ungles negres (anomenades ungles del corredor), són un veritable problema per a moltíssims corredors. Com indica el seu nom, el símptoma principal de la lesió és la tonalitat fosca

(negra o morada) d'una o més ungles dels peus. To produït pel sagnat sota l'ungla. Encara que no són lesions de gravetat, són desagradables a la vista, molestes i doloroses. Sorgeixen com a conseqüència del cop repetitiu dels dits dels peus amb l'interior de les sabatilles. Aquests cops danyen els dits i causen hematomes sota les ungles. La manera d'evitar-les és detectar la causa que les produeix. Així, si el teu problema és la mida incorrecta de les



sabatilles o els mitjons, serà necessari que els canviïs en forma immediata.



PODOLOGIA INTEGRAL PEDIÀTRICA, ESPORTIVA I GENERAL

Jordi Molina Torres
Patricia Diez Elípe
Roser Sabater Bilbeny

Podòleg Col. 1642
Podòloga Col. 2106
Podòloga Col. 347



www.podologiaictp.com · ctpbadalona@gmail.com
933 84 40 11 · 630746460 · @ctpbadalona
C/ Santa Maria, 16 baixos 08911 Badalona

Els nous sistemes de confecció de plantilles

Podocad

Ja fa molts anys que se sap que un mal suport a l'hora d'estar dret, caminant o corrent és altament perjudicial per a tot el cos. Els peus són la base en què es recolza i sustenta el nostre esquelet i tot el nostre sistema locomotor, i els podòlegs són els especialistes sanitaris especialment preparats per a detectar i diagnosticar aquests recolzaments incorrectes. Tot i que no en tots els casos, moltes vegades la millor solució és la realització d'uns suports plantars individualitzats (plantilles) que corregeixin aquesta situació, biomecànicament parlant. Per descomptat, les plantilles han de ser absolutament

personalitzades i fetes a mida de manera precisa i fiable. Per això, a la majoria dels països europeus més avançats la confecció dels suports plantars ja no es realitza de forma manual, amb guixos, escumes i altres tècniques més imprecises, sinó utilitzant noves tecnologies de confecció robòtica de les plantilles amb sistemes de Cad /Cam, en base a motlles dels peus del pacient presos també de forma totalment informatitzada. D'aquesta manera, s'aconsegueixen plantilles d'una sola peça, lleugeres, duradores i, sobretot, molt més precises i eficaces. A Badalona ja fa uns anys que podem trobar un Centre Podològic que utilitza aquest



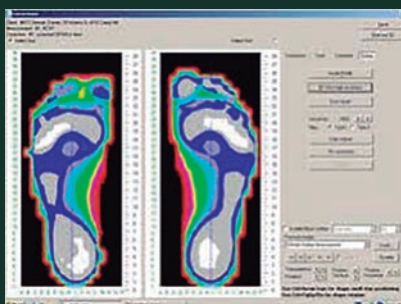
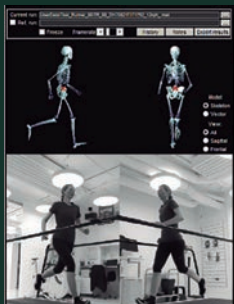
sistema de confecció robotitzada de les plantilles... Es tracta de PODOCAD, al Centre de la Vila, una empresa que ja fa gairebé 15 anys que utilitza Orthema, un sistema suís totalment informatitzat, amb el què, a més d'aconseguir plantilles més precises i eficaces, també es redueixen costos i temps, permetent així que el preu sigui, en general, inferior a l'habitual.

Per a més info:
www.podocad.net



PODOCAD

CENTRE DE PODOLOGIA AVANÇADA



ESTEM A AVDA. PRESIDENT COMPANYYS, 8 (al costat de la floristeria Ventura)
SOL·LICITA INFORMACIÓ AL 96 156 05 44 www.podocad.net

Espaguetis a la Puttanesca

Eva Remolina - amic.cat

Els espaguetis a la Puttanesca potser no són tan populars aquí com en altres llocs, però és un plat que val la pena provar perquè a més que és molt fàcil de fer i està boníssim, ens ajudarà a anar variant en la cuina.

Ingredients (4 persones)

100/120 g d'espaguetis per persona, 2 grans d'all grans, 3 bitxos, llauna d'anxoves, 10

tàperes, 12 olives negres, 1 branca d'alfàbrega fresca, 500 g de tomàquet triturat, sal, oli d'oliva verge extra.

Elaboració:

1. Posarem a bullir aigua i sal dins d'una olla per coure els espaguetis fins que estiguin "al dente".
2. Mentre arriben al seu punt de cocció, podem anar tallant en trossets les anxoves, les olives i els alls.

3. En una paella amb un xori-tó d'oli, fregirem els alls juntament amb els bitxos fins que estiguin daurats.

4. Afegirem en la paella les anxoves i cuinarem durant un minut i mig, per a després posar-hi la resta d'ingredients: les tàperes i les olives. Ho remenarem tot i cuinarem durant uns 15 minuts.

5. Barrejarem la salsa resultant amb els espaguetis i servirem.

J. TENA
XARCUTERIES

**XARCUTERIA · PRODUCTES GOURMET
PLATS CUINATS**

C/ Conquesta 72 · 08912 Badalona
Tel. 93 389 04 93 | www.xarcuteriajtena.es



Tendències

Saps quin principi actiu hauries d'usar segons el teu tipus de pell? T'ho expliquem!



bellezaactiva.com - amic.cat

Niacinàmida, retinol, àcid glicòlic... El vocabulari beauty està ple de tecnicismes. Noms de principis actius amb els quals són formulats els productes de

bellesa, però... saps quin principi actiu hauries d'utilitzar, per a cuidar i protegir la teva pell? Belén Acer, de la FarmàciaAVINGUDA Amèrica, t'ajuda a descobrir-ho.

Per a les pells seques

Com afirma Belén Acer: "Les pells seques acostumen a presentar una falta de lípids estructurals, per això haurien d'utilitzar actius que nodreixin i que, en definitiva, aportin els lípids que els falten a aquestes pells. Entre aquests actius destaquen els llards, els olis, i les ceramides". "A més, en moltes ocasions, les pells seques també estan deshidratades, per la qual cosa serà interessant aportar substàncies que retenguin l'aigua en la pell i evitin la pèrdua d'aigua transepidermica. L'àcid hialurònic té capacitats restauradores, augmenta el contingut d'humitat de la pell, i la defensa contra la pèrdua d'humitat. És capaç de retenir fins a 1.000 vegades el seu propi pes en aigua, la qual cosa el converteix en un hidratant òptim per a tota mena de pell, incloses les seques i sensibles. L'esqualà és un altre actiu que redueix l'evaporació d'aigua i ajuda a hidratar la pell,

TEIXITS I RETALLS

C/ Ribas i Perdigó, 24 (al costat c/Mar)

teixitsiretallsbdn@gmail.com

Horari de dilluns a dissabte de 10 a 13 i de 17 a 20

Dimarts i dissabte tarda tancat.

Tot tipus de teixits a 3 €/mt

Cotons · Lonetes · Polipells · Tapiceria · Boata · Lli
Seda · Llana · Punt lliça · Vellut · Viscosa · Jacquard
Tul · Crepe · Roba de sac · Polar · Gassa · Lluentons
Puntes · Teixà · Antelina · Rasette · Polièster · Ras · Seti
Folre · Cortines · Llençols

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

igual que l'àcid poliglutàmic, un principi actiu natural, derivat de la fermentació de la soia, que té propietats hidratants", revela Belén Acer.

Per a les pells grasses

Les pells grasses poden tenir també tendència a l'acne. En aquest tipus de pells el que es persegueix és controlar la producció excessiva de seu, perquè no obstrueixi els porus i pugui aparèixer un brot d'acne, mantenir a ratlla les lluentors indesitjades, millorar la textura de la pell i hidratar i enfortir la barrera cutània per a mantenir-la sana. Per tant, "principis

actius com l'àcid salicílic, amb propietats queratolítiques i seureguladores, penetren a l'interior del porus "dissolent el greix" i d'aquesta forma ajuda a controlar l'aparició d'imperficcions i, a més, millora les marques d'acne millorant la textura de la pell". "L'àcid glicòlic també és un bon aliat de les pells grasses (amb tendència acnèica), ja que té propietats exfoliants que fan que es renovi la pell, eliminant les cèl·lules mortes". Finalment, "el retinol també és una gran aposta per a les pells grasses perquè millora la textura de la pell, disminueix

la producció de seu, evita arrugues, a més de millorar el to", exposa la farmacèutica Belén Acer.

Per a les pells sensibles

"Per a les pells sensibles, la niacinàmida és ideal perquè ajuda a reparar la barrera cutània. A més, la centella asiàtica té propietats calmants i cicatritzants, així com ajudar a mantenir la humitat en la pell. Finalment, el pantenol és ideal per a la sensibilitat cutània, ja que compta amb propietats hidratants, emol·lients i antiinflamatòries", assegura la farmacèutica.

MINUT A MINUT, L'ACTUALITAT DE BADALONA **AL WEB DEL TOT**



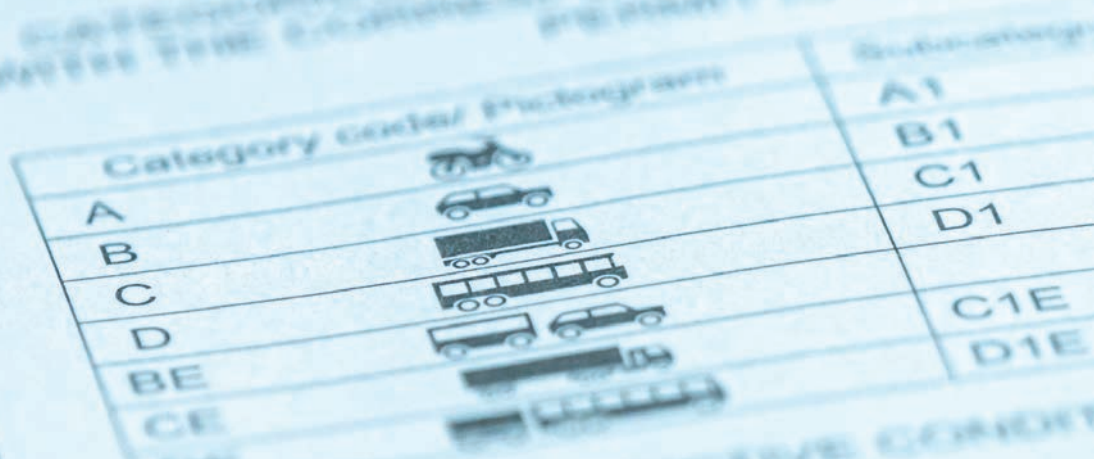
SEGUEIX TAMBÉ LES NOSTRES XARXES SOCIALS, FACEBOOK, TWITTER I INSTAGRAM PER ESTAR AL DIA DEL QUE PASSA A BADALONA



WWW.TOTBADALONA.CAT
EL PORTAL DE REFERÈNCIA DE LA CIUTAT



Motor



Category	Code	Photogram	Subcategory
A			A1
B			B1
C			C1
D			D1
BE			C1E
CE			D1E

Què és i com obtenir el permís de conducció internacional

Motorpasion.com - amic.cat

Si conduiràs fora de la Unió Europea, de l'Espai Econòmic Europeu o de països amb els quals existeix un tractat bilateral en matèria de circulació i transport, hauràs d'obtenir un permís internacional amb el qual podràs conduir sense problema, sempre que acompanyis aquest permís internacional al teu permís de l'Estat espanyol en vigor. També és

recomanable que preguntis directament en el consolat o oficina de turisme del país que vagis a visitar, perquè t'informin sobre si necessites algun altre tipus de documentació.

El permís de conduir internacional és temporal i té una validesa d'un any, no prorrogable, per la qual cosa si el continues necessitant, hauràs de treure't un nou, i és un permís per a conduir

en països diferents del teu. Hi ha països on es pot conduir amb el permís espanyol, com són tots els països de la Unió Europea i de l'Espai Econòmic Europeu, així com als països amb els quals Espanya té tractats bilaterals. No obstant això, cal tenir en compte que els acords bilaterals poden canviar, per la qual cosa t'aconsellem que t'informis directament en el consolat o oficina de turisme

Taller de Reparacions

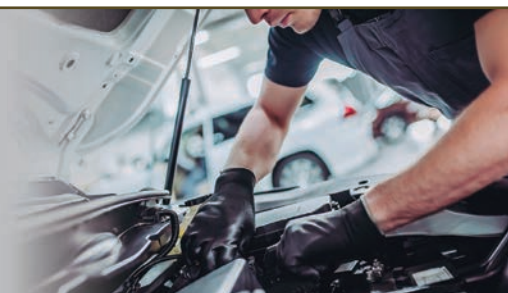
Badauto

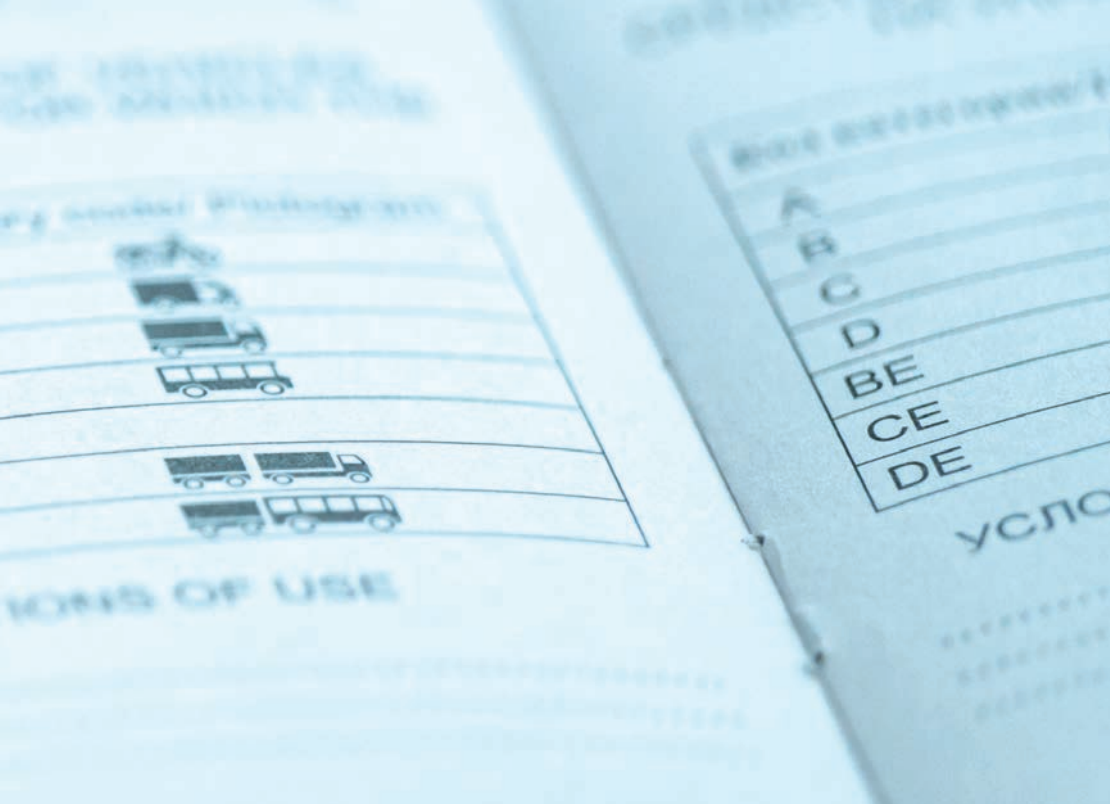


Horarios: 8,30 a 13h · 15,30 a 19h.

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

T. 93 384 11 52





del país que vagis a visitar sobre si existeix conveni o si és necessari obtenir el permís internacional.

Per a obtenir el permís de conduir internacional a través d'Internet, tan sols has de seguir tres senzills passos: En primer lloc, has d'abonar

la taxa de codi 4.5 a través de la Seu Electrònica de la DGT. A continuació, has d'accedir a la Seu Electrònica de la DGT mitjançant certificat electrònic, DNI electrònic o credencials cl@ve. Finalment, hauràs d'emplenar els camps sol·licitats. Una vegada finalitzat el

procés de sol·licitud, el normal és que en dos dies puguis recollir el teu permís de conduir internacional sense cita prèvia en la Prefectura o oficina de Trànsit que hagis seleccionat prèviament. També ho pots sol·licitar presencialment, amb cita prèvia.

ACCESSORIS I RECANVIS PER MOTORISTA

PADDOCK-BDN

A photograph showing the interior of a motorcycle shop. The shop is filled with various motorcycle accessories, including helmets, gloves, and bags, displayed on shelves and racks. In the background, a motorcycle is visible. The shop has a clean, organized appearance with bright lighting.

BOTIGA: Baldomero Solà, 4 Badalona

TALLER: Guixeres, 52 Badalona

Tel.93 399 26 92

654 09 83 95

info@paddockbdn.es · www.paddockbdn.es

Salut

Per què cal vacunar-se



Molts són els motius pels quals és important vacunar-se, però el principal, és perquè les vacunes indubtablement salven moltes vides. En el cas dels nens, concretament salven entre dos milions i tres milions de vides l'any. Així ho mostren les estadístiques i els estudis clínics. Però no només protegeixen a qui es vacuna, sinó també a la resta de població que no ho fa, ja que quan la protecció arriba a la majoria d'individus, els microorganismes troben moltes dificultats per a continuar avançant.

Per altra part, hi ha altres raons que justifiquen la vacunació:

- Les vacunes són segures. De fet, els efectes adversos són molt poc freqüents i en

qualsevol cas, compensen de sobres els beneficis que proporcionen. Això contradiu els arguments dels negacionistes que insisteixen en el fet que les vacunes són tòxiques. Tampoc és cert que causin autisme o infertilitat com asseguren els no partidaris de vacunar-se.

- Gràcies a les vacunes es poden arribar a erradicar malalties que en el passat eren molt perilloses com va ser el cas de la verola, vacuna que va deixar d'administrarse en 1980, o la Poliomielitis, que durant el s. XIX i XX va prostrar en cadires de rodes a moltes persones i que ha deixat de ser present íntegrament en països de la UE entre altres.

En els nens, les vacunes són

encara molt més aconsellables, aquesta és la raó de que la majoria s'administrin en edats primerenques, ja que doten als petits dels anticossos necessaris per a la resta de la seva vida.

El primer calendari sistemàtic de vacunes es va implantar a Espanya en 1975, si bé amb anterioritat ja es vacunava puntualment contra la verola (des de 1800), contra la poliomielitis (entre el 1959 i el 1963) o contra la diftèria, tètan i tos ferina des de 1965. L'última gran modificació realitzada pel Ministeri de Sanitat ha estat en 2017, moment en què es va incloure la vacuna antipneumocòccica (anteriorment de pagament) i es van fer altres petits canvis en vacunes ja existents.

Els problemes que comporta un excés de sal en el nostre organisme



Dos grams de sodi al dia, és a dir, l'equivalent a uns 5 g de sal, és la quantitat diària màxima que recomana l'Organització Mundial de la Salut (OMS). No obstant això, la majoria de la població supera, i fins i tot duplica aquesta xifra, per això, és de vital importància conscienciar-nos sobre l'ús d'aquest mineral, d'una banda, tan beneficiós per al nostre organisme, però d'altra, tan perillós si superem el seu consum.

Algunes de les patologies que ens pot provocar un excés de sal, són:

- Gota.

- Diabetis.
- Augment de la tensió arterial.
- Artritis.
- Risc de sofrir accidents cerebrovasculars.
- Cardiopaties.
- Insuficiència renal.
- Depressió.
- Càlculs o pedres renals.
- Retenció de líquids.
- O fins i tot l'asma.

Per a evitar aquests problemes, hem de reduir l'excés de sodi, i no tan sols el que afegim en cuinar, sinó sobre tot el que se'n diu "sal oculta", és a dir, aquella sal que contenen els aliments processats: com els que hi ha dins el pa, la brioixeria, alguns lactis o

els aliments precuinats entre molts d'altres.

És per tant, molt important, moderar el consum i decantar-nos per comprar aliments baixos en sal, així com substituir la sal a la cuina per altres productes com les espècies, la llimona, el vinagre o l'all.



Boramar *Serveis*

Telf. 93 464 21 34

Avgd. President Companys, 57 - 08911

Atenció domiciliària sanitària

Serveis domèstics a la llar



Tens calefacció? Aprèn com gastar menys amb 4 consells

Decoracion2.com - amic.cat

Es pot caldejar el teu habitatge de manera més econòmica seguint unes pràctiques concretes. Si tens calefacció, i t'interessa escalfar-te sense gastar de més, hi ha quatre consells que et poden ajudar a estalviar.

1. Usa un termòstat.

La forma més econòmica

d'utilitzar la calefacció és instal·lar un termòstat, ja que et permet regular la calefacció d'acord amb les teves necessitats. Aquests aparells funcionen amb un circuit elèctric que està connectat a la caldera; així poden apagar o encendre la calefacció. Els més moderns, es poden connectar al mòbil o a l'ordinador a través de la xarxa wifi.

2. Encén la calefacció en arribar a casa.

El costum de deixar la calefacció al mínim durant tot el dia no és bona idea. Si ho fas, provoques una despesa energètica permanent. El més adequat és apagar-la i tornar-la a encendre en arribar a casa. Encara que empi una mica més d'energia en

l'arrencada, la despesa serà menor que si la deixes posada tot el dia.

3. No encenguis i apaguis contínuament.

Res gasta més (i és menys eficaç) que aquest model d'actuació. El més adequat és posar-la a menys graus durant un temps continu.

4. Mantingues la casa tèbia, no massa calenta.

El més adequat és mantenir la casa a 19-21 °C i, si sents una mica de fred, posa't una jaqueta. Tenir calefacció no significa que hakis de vestir amb roba d'estiu a casa durant l'hivern, sinó estar còmode. Si la temperatura és massa elevada, és més fàcil constipar-se en sortir al carrer.

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

Bugaderia: consells perquè estigui ben ordenada

Decoracion2.com - amic.cat

Mantenir l'habitació de fer la bugada organitzada garanteix un espai eficient que farà que rentar la roba sigui menys complicat. No et perdís aquests consells per tenir una bugaderia ordenada i buidada.

Optimitza l'emmagatzematge. El més important per a crear una sala de bugaderia funcional és incloure molt d'espai d'emmagatzematge. Això podria significar incorporar prestatges, gabinets i un espai que permeti penjar la roba.

Un lloc per a detergents i sabons.

Una mica de profunditat és molt útil per a una gran funcionalitat.

S'han de prendre moltes decisions en dissenyar una sala de bugaderia, però no deixis que la fatiga de la decisió s'interposi en l'elecció d'una aixeta que funcioni per a la teva família i el teu estil de vida, no una comuna i corrent... ha de ser pràctic i funcional.

Instal·la un taulell sobre la rentadora o assecadora.

Estalvia't la tasca de doblegar la roba de manera incò-



moda sobre la rentadora i l'assecadora. Un taulell crearà una aparença elegant i servirà com una estació de plegat o de suport per a les tasques de bugaderia.

Comprèn les teves necessitats d'emmagatzematge.

Sempre que es dissenya una sala de bugaderia, cal prioritzar les necessitats d'emmagatzematge. Has de dissenyar-la de manera que tinguis el que necessites: des de ganxos resistents que poden sostenir diverses bosses alhora, fins a canastres per a amagar tota la roba que acumula una família, tots aquests accents són essencials per a

dissenyar un espai funcional. Posar un prestatge (o varis).

Un prestatge per a roba en una bugaderia és una idea d'organització òbvia. Un penjador també pot servir com un lloc per a penjar la roba que necessita atenció addicional.

Aprofita cada petit racó.

No deixis que cap petit racó sense un propòsit. Fixa't en tots els espais que tens lliures sense utilitzar i fes-los pràctics, però sempre seguint un disseny elegant i que sigui funcional.

Usa prestatgeries obertes.

Fes-los servir per a guardar els articles bàsics de bugaderia.

INSTALKSA
LA KSA DE LES REFORMES

Reformes integrals

Cuines

Bany

Pressupost sense compromís



📍 C/ Sant Bru 208, Badalona - 📞 651 588 970 - 93 464 10 24 - ✉ lamevareforma@instalksa.com



Per què és convenient separar les escombraries?

Decoracion2.com - amic.cat

Encara que molt es parla de la importància de reciclar en les llars, a l'hora de la veritat només un percentatge molt baix de famílies ho fan de manera correcta. Però a l'hora de reciclar, no sols val amb separar els diferents desaprofitaments, sinó que és necessari saber fer-ho de manera correcta i això implica conèixer els diferents tipus d'escombraries, cosa que permetrà la correcta classificació. Reciclar escombraries és un factor de gran importància per a la conservació del medi ambient, per la qual cosa separar

els residus en la recol·lecció d'escombraries facilita i aporta una sèrie de beneficis com l'estalvi d'energia, evitar l'explotació dels recursos naturals, reducció de contaminació i la possibilitat d'allargar la vida útil dels abocadors, entre altres.

Tipus d'Escombraries: Escombraries sòlides urbanes; Escombraries industrials; Escombraries agràries; i Escombraries mèdiques.

Com classificar les escombraries perquè pugui ser reciclada?

En general, existeixen tres tipus de classificacions prin-

cipals:

Composició: Envasos, paper i cartó, vidre.

Biodegradabilitat: Orgànics i inorgànics.

Origen: Domiciliaris, industrials, hospitalaris, de construcció.

Al llarg del temps, s'han establert seleccionar contenidors de colors per a identificar el tipus de residu i així facilitar la recol·lecció, estalviant una gran quantitat de temps i que les escombraries pugui ser processada per a donar-li altres usos. Els colors més habituals són: Blau (paper i cartó), Verd (vidre), Groc (envasos i plàstics), Marró (orgànic) i Gris (altres restes).

Quan les deixalles es processen i es transformen, es pot obtenir diferents recursos com a matèria primera que pot ser utilitzada en nous processos de fabricació. Així, el reciclatge contribueix a eliminar els residus generats, a estalviar en els processos industrials i a reduir l'explotació dels recursos naturals.

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

ALFA SINGER wertheim PFAFF
REFREY SIGMA BERNINA brother

A. RAMOS



687 701 933

tecnicmaquinacosir@gmail.com

Com acabar amb la humitat a la llar

Eva Remolina - amic.cat

Segons estudis especialitzats, hi ha una relació directa entre la presència d'humitat en la llar i el risc que tenen les persones que viuen en ella a patir problemes respiratoris i infeccions, com serien l'asma o la bronquitis.

Les principals causes de la humitat present a la llar, són per aquests motius:

- Falta de ventilació.
- Mal aïllament de portes i finestres.
- Actes provocats pels mateixos habitants de l'habitatge en les seves tasques diàries: dutxar-se, cuinar sense el correcte sistema d'extracció, etc.

Hi ha diversos mètodes per a poder evitar l'aparició de la humitat:

- No estendre la roba per a eixugar a l'interior de l'habitatge.
- Obrir les finestres i les portes cada dia durant almenys cinc minuts per a ventilar adequadament.
- No tapar amb pintura o

un altre sistema les taques d'humitat, ja que és aconsellable deixar-les respirar.

- Utilitzar deshumidificadors en aquelles estances més humides.
- Procurar que les dutxes siguin curtes i amb l'aigua menys calenta.
- Revisar l'aïllament de les finestres i portes i reparar-lo o substituir-lo si està defectuós.
- Encendre sempre la campana extractora quan es cuini, fins i tot quan sembli que no es generarà fum.
- Eliminar les taques de floridura amb ajuda d'algun producte específic. El vinagre de

neteja, el bicarbonat de sodi o l'oli de te, són productes molt útils.

- Posar alguna planta a la casa per a eliminar l'excés d'humitat. El llorer, a part d'ajudar, et servirà com a herba aromàtica a la cuina.

- Distribuir recipients amb carbó o guix pels llocs de la casa amb més problemes d'humitat. Aquests són materials molt absorbents d'humitat i són de gran ajuda per a tornar l'ambient més sec. Algunes persones també utilitzen la sal gruixuda amb molts bons resultats.



URGÈNCIES 24H

93 147 70 00
615 90 32 48

DESATASCOS DE TUBERÍAS DESDE 80€

INUNDACIONES Y VACIADO DE FOSAS SÉPTICAS



admin@grifellsl.com



El vellut, un imprescindible d'elegància i calidesa per a la llar

Decoracion2.com - amic.cat

El vellut està disponible en una àmplia gamma de colors, des de tons suaus i neutres fins a colors vibrants i cridaners. El vellut és un teixit suau i luxós que es caracteritza per la seva textura suau i vellutada. És un material elegant i sofisticat que afegeix calidesa i confort a qualsevol espai. En la decoració d'interiors, el vellut s'utilitza sovint en mobles com a sofàs i cadires, així com en cortines i coixins. El vellut està disponible en una àmplia gamma de colors, des de tons suaus i neutres fins a colors vibrants i cridaners, per la qual cosa és fàcil trobar una opció que s'adapti al teu estil i preferències.

El vellut es pot usar en una

àmplia varietat d'espais i en diferents elements de decoració. En el saló, per exemple, es poden fer servir mobles entapissats en vellut, com un sofà o una cadira, per a afegir un toc d'elegància i calidesa. Les cortines de vellut també són una opció popular en el saló, ja que ajuden a aïllar el soroll i la llum i aporten un toc de luxe a l'espai.

A l'habitació, es poden usar coixins de vellut en el llit o en el sofà per a afegir comoditat i estil. El vellut també es pot fer servir en elements decoratius, com a coixins i cobrellits, per a donar un toc d'elegància a l'habitació. En general, el vellut es pot usar en qualsevol espai de la casa on es desitgi afegir un toc de luxe i elegància.

El vellut és un teixit suau i luxós que pot aportar un toc d'elegància i sofisticació a qualsevol llar. A més del seu aspecte atractiu, el vellut també és conegut per ser càlid i acollidor, la qual cosa el converteix en una excel·lent opció per a mobles i roba de llit en temporades fredes.

Existeixen diversos tipus de vellut. Els més comuns són:

Vellut de seda: Fet de seda, és molt suau i luxós.

Vellut de cotó: És més gruixut i resistent que el de seda, la qual cosa ho fa ideal per a usar en mobles i catifes.

Vellut de polièster: És més barat que el de seda o el de cotó. És resistent i fàcil de netejar, però no és tan suau i luxós.

Estufes de llenya: avantatges i inconvenients

Decoracion2.com - amic.cat

Les estufes de llenya s'han convertit en una alternativa molt interessant per a escalfar la casa a l'hivern. Utilitzen una font d'energia renovable i respectuosa amb el medi ambient. A continuació et mostrem els avantatges i inconvenients de les estufes de llenya. Parlant dels avantatges, és un sistema de calefacció eficient, ecològica i econòmica, a més de crear ambients càlids i relaxants. És un sistema de calefacció que funciona en cremar combustible de fusta i biomassa. Els equips estan compostos de diverses xapes d'acer unides per soldadures que són capaces de resistir altes temperatures. A més compten amb una porta frontal per on s'introdueix el combustible. La llenya és un combustible més econòmic que altres fonts de calor (llum i gas) aconseguint un estalvi en la factura de la calefacció. A més és un combustible fàcil d'obtenir.

Els nous models inclouen una tecnologia que usen el combustible de manera més eficient i proporcionar un foc correcte i una combustió més neta. És important utilitzar llenya seca de bona qualitat. Aquest sistema de calefacció té mínim impacte per al medi ambient, ja que la llenya és un combustible renovable i neutre. A més, serveix per a escalfar i per a cuinar, car alguns models estan equipats amb un forn que permet cuinar a foc obert assolint el



sabor que ofereix la cuina de llenya. Igualment, és de fàcil instal·lació, no és necessari fer cap obra rellevant si hi ha possibilitat de sortida de fums. És recomanable triar un model amb cambra tançada, ja que s'obtindrà un major rendiment. Però les estufes de llenya tenen alguns inconvenients que cal tenir en compte. El primer, que el seu manteniment no és tan còmode com les calderes de gas o elèctriques. L'habitació on s'instal·li l'estufa de llen-

ya de ser àmplia, la ventilació d'estar controlada i no pot haver-hi mobles prop de l'estufa. A més, cal comprar llenya, transportar-la a l'habitatge i necessita un espai ventilat on emmagatzemar-la. Parlant de la llenya, és imprescindible que la llenya estigui seca abans de cremar-se, perquè si no l'energia s'utilitzarà per a assecar-la en comptes de cremar-la i generar calor. El més aconsellable és que la fusta s'assequi durant un any.



PAVIPINT PINTORS

- Cases • Pisos • Locals • Oficines
- Naus industrials • Pàrquings • Comunitats
- Impermeabilitzacions de cobertes
- Façanes • Pintura en general

C/Santa Maria nº 25 Badalona | pavipint@pavipint.es | 675 980 749

Immobiliària



Cancel·lació registral o aixecament d'hipoteca

Eva Remolina · amic.cat

Pagar l'última quota d'una hipoteca no allibera oficialment l'habitatge de càrregues. Perquè aquestes desapareguin per complet, és necessari sol·licitar la cancel·lació en el registre de la propietat. Tot i no ser un tràmit obligatori, sí que és molt recomanable, perquè ens la sol·licitarien davant d'alguns d'aquests tres supòsits:

- Quan ens plantegem vendre l'habitatge.
- Per "rehipotecar" el mateix habitatge.
- O en el moment de sol·licitar una nova hipoteca per a una altra residència.

La cancel·lació registral pot realitzar-se de tres maneres:

- El mateix banc a on tenim l'hipoteca. En aquest cas, no haurem d'aportar cap document ni preocupar-nos de res, ja que ells duren a terme tota la gestió. Cal saber, així i tot, que és el més car dels tres mètodes presentats.

- Contractar una gestoria que ens porti tota la paperassa. Aquí tan sols haurem d'aportar un certificat emès pel banc de deute 0, de la resta, no haurem de preocupar-nos. L'assessoria també ens passarà una factura pels honoraris, però surt més econòmica que si li ho encarreguem directament a l'entitat financera.

- Podem fer-ho nosaltres mateixos. Requereix molts tràmits i temps invertit, però ens estalviarem bastants diners.

En el cas que ens decanem per aquesta opció, aquests són els passos que s'han de seguir:

1. Acudir al banc perquè ens expedeix el Certificat Bancari de Deute 0. Aquest document és gratuït, si bé els bancs solen trigar a emetre'l uns dies.
2. Amb el certificat del banc, és el moment d'anar a una notaria, a la que sol·licitarem la preparació de l'escriptura de cancel·lació. Ells mateixos s'ocuparan de citar a un repre-

sentant del banc perquè proce-
deixi a la signatura. Una vegada
l'escriptura estigui signada,
caldrà anar a recollir-la.

3. Amb l'escriptura de cancel·lació i el document del banc, ens presentarem a Hisenda, on caldrà emplenar el model 600 d'actes jurídics documentats, que si bé té un cost zero, és obligatòria la seva presentació.

4. Finalment, amb tots els documents que tinguem, hem de sol·licitar la cancel·lació en el Registre de la Propietat. Per assegurar-nos que el procés estigui completat, podem, quan passi un temps prudencial, demanar al registre una nota simple, d'aquesta manera ens assegurarem que la finca ha quedat lliure de càrregues.

Sí no sol·licitem la cancel·lació registral, hem de saber que les càrregues de la hipoteca desapareixeran automàticament al cap de vint anys d'haver finalitzat l'últim pagament d'aquesta.

La Red Inmobiliaria Nº 1

¿Quieres vender con garantías?

***Venda de la mano de Profesionales
¡Mas de 25 años de Experiencia!***

***¡Somos los
especialistas
en la zona!***

***Valoramos tu
inmueble.,
¡GRATIS!***

Trato personalizado y total Transparencia



C/ Industria, 143-149 · 08912 Badalona - Tel. 93 397 59 65 · 610 532 916
www.alfabadalona.com · www.alfabadalonacentromar.com

La Garantía y Profesionalidad de :

registre d'agents immobiliaris
de Catalunya aicat 3352

La Red Inmobiliaria Nº 1

Horòscops

Facilitat Roser Bona · AMIC



Àries (Del 21/3 al 20/4)

Fas el valent, però per dins tens moltes emocions trobades que només mostres als que més estimes. Les activitats esportives o lúdiques en equip, poden donar-te bons moments.



Taure (Del 21/4 al 20/5)

Et convé concretar millor els objectius professionals a llarg termini. Si has deixat de banda les amistats per atendre obligacions, potser ha arribat l'hora de retrobar-vos.



Bessons (Del 21/5 al 20/6)

Organitzes millor el teu temps de lleure per desconnectar de l'estrès. Si estàs solter i tens una primera cita, podria sorgir una bona compatibilitat intel·lectual.



Cranc (Del 22/6 al 21/7)

Etapla de canvis. Algunes persones surten de la teva vida i n'entren de noves. Confidències entre amics. Si estaves insomne, vas recuperant el teu ritme habitual del son.



Lleó (Del 22/7 al 23/8)

Podries trobar-te una mica saturat de feina i hauràs de dir no a algun projecte o sol·licitud. En qüestió de salut, prefereixes cercar altres opinions o teràpies diverses.



Verge (Del 24/8 al 23/9)

Has decidit implementar canvis al sector laboral per posar-te al dia en alguns coneixements i tecnologia. Podries descobrir diversos secrets familiars que et sorprendran.



Balança (Del 24/9 al 23/10)

Bons dies per fer una escapada romàntica o un íntim sopar amb espelmes. Amb la Lluna Nova a Casa VI pots iniciar un tractament mèdic. Noves oportunitats al sector laboral.



Escorpi (Del 24/10 al 22/11)

La Lluna Nova planta una llavor a la teva Casa V i pot marcar l'inici d'una relació sentimental. Possible augment de la fertilitat. Dies de trasllats o més desplaçaments.



Sagitari (Del 23/11 al 21/12)

Necessites fer alguns canvis profunds a la teva vida i en les setmanes vinents podràs començar-los. Una persona de signe Solar o Lunar Peixos, vol conèixer-te millor.



Capricorn (Del 22/12 al 20/1)

Bona etapa per viure intensament l'amistat amb trobades esperades o persones que tornen del passat. A la feina, algú et fa llum de gas, no deixant-te les coses clares.



Aquari (Del 21/1 al 19/2)

Molta inspiració. Estàs d'allò més connectat a l'entorn i apliques aquesta creativitat en el teu dia a dia. Poses límits a tots aquells que et diuen com has de fer les coses.



Peixos (Del 20/2 al 20/3)

Felicitats! El Sol entra al teu signe. En el darrer any has tingut més temps per pensar i has establert prioritats. A la feina et convé ser prudent i no confiar cegament.

Frases cèlebres

«Pensar contra el corrent del temps és heroic; dir-lo, una bogeria.»

Eugene Ionesco

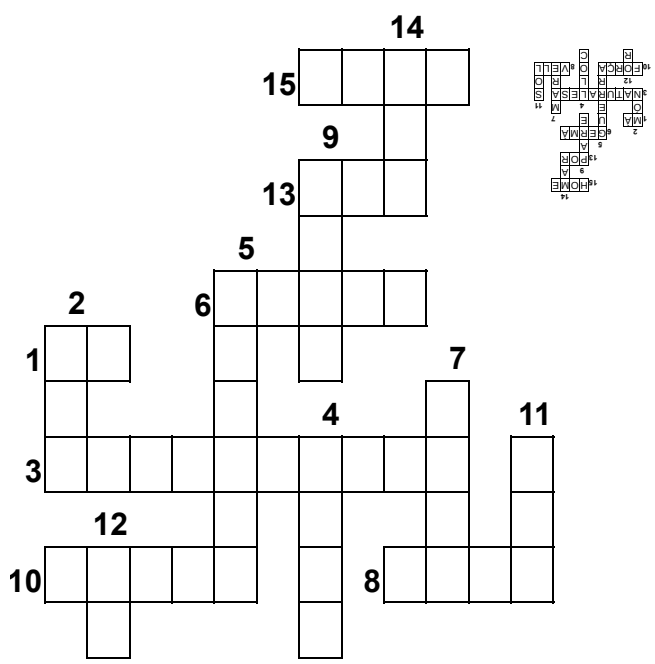
Dites

«Cal fer el cor fort»

Significat: hom ha de afrontar amb valentia i optimisme els moments difícils.

Mots encreuats

1. Habilitat, recobriment, juga-
da. Part del cos humà unida
a l'extremitat de l'avantbraç
i que comprèn des del canell
fins i tot fins a la punta dels
dits. 2. Creació. Tot el creat. 3.
Conjunt ordenat de les coses
i forces de l'univers. Medi na-
tural. 4. Lloc. 5. Lluita armada
entre nacions. 6. nascut dels
mateixos pares. Persona que té
els mateixos pares que una al-
tra. 7. Mama. Femella respecte
del seu fill o fills. 8. D'edat. Diu
de la persona de molta edat. 9.
Progenitor, creador, cura. 10.
Potència. Vigor, capacitat de
resistència. 11. Astro rei del sis-
tema solar. 12. Metal valuós de
color daurat. 13. Temor angoi-
xant. 14. Massa d'aigua salada
que cobreix la major part de
la superfície terrestre. Porció
extensa d'aigua, infinitat. 15.
Individu de l'espècie humana.
Ésser viu intel·ligent.



Sudoku

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

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

Anuncis per paraules

INSERTA EL TEU
CLASSIFICAT
ONLINE:



IMMOBILIARIA

AMARRE EN VENDA 3 x 8
Port Bdn Delta 639 209 211

TREBALL

CHICA RESPONSABLE con experiencia busca trabajo de interna cuidadao personas mayores o limpieza tel. 661 451 759

Lionne

70% TODOS VESTIDOS
DE FIESTA Y
VESTIDOS DE NOVIAS
TODOS A 99,99€

Tel. 93 398 63 75
Guifré, 207 Badalona

CHICA RESPONSABLE con referencias, 2 años experiencia, busca trabajo limpieza, cuidado personas mayores, niños, por horas y externa, tel.: 647 397 605 incorporación inmediata

SRA. CATALANA se ofrece para limpieza, cuidar personas mayores y niños telf. 686 089 972

SRA CON EXPERIENCIA en cuidado de personas mayor y limpieza interna o externa 641 935 446

SEÑORA CON PERMISO de trabajo busca empleo cuida- do personas mayores. Niños, limpieza hogar, cocina con experiencia tel: 698 202 053

SEÑORA BUSCO EMPLEO cuidado personas mayores, ayudante de cocina, friega-

platos tel: 679 921 331

CHICA 29 AÑOS busca trabajo cuidadora personas mayores, limpieza, por horas, experiencia 5 años, disponibilidad horaria total, 631 782 197

SEÑORA CATALANA busca apartamento 40m2 amueblado badalona centro. Pago 600€/ mes llamar alicia 666 659 127

VARIS

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

MODELISTAS NAVALES expertos en veleros en activo interesados llamar 685 939 801 Sr. Luis

**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



(+34) 633 100 661



hola@pistapc.com

La Badalona d'abans

BADALONA ►

Dones de la fàbrica tèxtil Indústria del Tejedo Cuyàs, SA -cal Moro- l'any 1954.

**Josep Cortinas/
Museu de Badalo-
na. Ai. Fons Josep
Cortinas**



LA FOTO DELS LECTORS ►

Alumnes del col·legi Ateneu del Progrés, any 1941.

Foto: Dora Martínez



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

Distribuïdors

Troba la teva
revista als
distribuïdors
oficials del TOT



RENOVACIÓ ►
Roger de Flor, 82
93 388 74 57

Horari:

De dilluns a divendres de 9:30 a 13:13
i de 17:00 a 20:00 i dissabtes de 10:00 a 14:00

A la nostra botiga especialitzada trobaràs per a la teva mascota una gran varietat de productes de les millors marques a preus ajustats

Per què continues de distribuïdor del TOT?

Perquè és la revista de la nostra ciutat i ens manté informats de l'actualitat



RENOVACIÓ ►
Prim, 195
93 611 14 66

Fem la vida més dolça. Horari de dilluns a divendres de 09:30 a 13:30 i de 16:30 a 20:30
Caps de setmana i festius: de 11:00 a 14:00 i de 17:30 a 21:00 Fem bosses i pastissos de laminadures a mida i tenim una gran varietat de regalèssies i pegadolces. T'esperem!

Per què continues de distribuïdor del TOT?

Perquè és una revista que informa de l'actualitat de la ciutat i ens agrada molt



RENOVACIÓ ►
Av. Navarra, 2
Tel. 934 641 372

Residencia de la TERCERA EDAD, con plazas tanto privadas como concertadas por la Generalitat.

Per què renoves com a distribuïdor del TOT?

Porque queremos tener presencia en esta gran ciudad y llegar a todos los usuarios de la revista, para que nos conozcan, sepan dónde encontrarnos y nos tengan presente si nos necesitan.



Distribuïdors oficials

ARTIGUES

FORN DE PA FIGUERA

Crtra. de Santa Coloma, 2
93 399 02 06

BUFALA

BON ÀREA

Independència, 156
934 605 516

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

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

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

Cadís, 4
934 642 677

PURA VIDA

QUIROPRACTICA

Francesc Layret, 171
933 843 775

XARCUTERIA

ARGUDO

Carrer de Mar, 38
933 848 061

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 Mª VENTURA

President Companys, 18
933 894 421

BAR REST. EL NIU

Ribas i Perdigó, 18
933 848 201

ADESLAS

D'en Prim 66
93 802 87 10

EL SABATOT

Riera Matamoros, 15
617 813 971

TEIXITS I RETALLS

Ribas i Perdigó, 24

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

DALT LA VILA

PASTISSERIA LA VILA

Martí 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

Troba la teva
revista als
distribuidors
oficials del TOT



FORN LAIA

Av. President
Companyns, 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

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

ABACUS

De la Concòrdia, 1

935 117 244

XURRERIA

RODRÍGUEZ

Passeig de la Salut, 76

933 874 690

LLEFIÀ

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

Rambla Sant Joan, 81
93 387 28 24

FARMACIA MONGUIÓ

Rambla Sant Joan, 180
933 873 893

MORERA

BON AREA (MORERA)

Morera, 101

933 955 012

POMAR

MERCAT POMAR

Avda. Primer de maig
S/N

FORN DE PA ARTESÀ

Plaça Pomar, 3
645 45 00 32

PROGRÉS

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
93 387 17 95

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

XARCUTERIA XENA

Conquista 72
93 389 04 93

RAVAL

FONTISI PASTISSERIA

Plaça Pep Ventura, 16
93 387 49 42

ABACUS

Francesc Macià, 60-64
93 384 19 19

SANT CRIST

BON ÀREA

Coll i Pujol, 185
934 610 405

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



Conjunt dormitori Enzo
Capçal, tauletes i còmoda

249€

No inclou transport, ni muntatge.



Cadira Emi

Es venen en
packs de 6 unitats.

20€ unitat

*No inclou transport
ni muntatge.*

**Liquidem
Stock!**

**Chaiselongue tres
places reversible ECO**

Mesura 240 cm.

479€

Transport i muntatge inclòs

**Pack canapé i matalàs
amb viscoelàstica**

135x190 Mes mides
i colors disponibles

499€

Transport i muntatge inclòs



Moble Menjador Julia

Mesura 221 cm d'ample.

149€

*No inclou transport
ni muntatge.*



*Ofertes vàlides fins al 31 de març o fins a fi d'existències
Consulta les opcions de transport i muntatge a la teva botiga.*

Compra online a www.sayez.com

**Troba la teva botiga a BADALONA, BARBERÀ DEL VALLÈS, SABADELL,
SANTA COLOMA DE GRAMENET, TERRASSA, Cerdanyola i Martorell**



VISITA'NS

 **Segueix-nos a @sayez_mobles**