

The TOT logo is displayed in white, bold, sans-serif capital letters on a red rectangular background. The background of the entire page is a photograph of a large bonfire at night, with people gathered around it.

TOT

www.totbadalona.com
Del 14/06 al 27/06 '24
Num. 323

La nit més curta...



**Sempre poses
programes eco
a la rentadora,
però encara
tens un bany
dels 70**

**AMB
BADAGRES
ETS +
SOSTENIBLE**

www.badagres.com

 **badagres**
ÉS MÉS!

Finançament de fins a 24 mesos sense interessos.

Subjecte a l'aprovació de l'entitat financera corresponent.

 Pots demanar cita prèvia al 93 395 03 11 o per whatsapp al 661 674 245



Celebra Sant Joan amb Fontisi

Aquest Sant Joan, deixa't seduir per les delícies de Fontisi

Des del 1965, la nostra pastisseria badalonina acompanya la teva revetlla amb una gran varietat de Coques de Sant Joan.

Descobreix les nostres coques de brioix, pasta de full, llardons, nata i crema catalana, entre d'altres. O sabors tan innovadors com la de xocolata.

Novetats d'aquest any

Aquest any, per primer cop, també podràs comprar online les teves pizzes i empanades perquè puguis celebrar la nit de Sant Joan en companyia sense preocupar-te d'haver de cuinar. I tancant la nit amb una deliciosa Coca de Sant Joan.

Pots escollir entre pernil, bacon o tonyina; amb o sense xampinyons i olives per completar-la. I si ets més d'empanada, també tens la possibilitat de comprar la teva empanada de tonyina

a través del nostre web i venir a recollir-la al nostre obrador del Carrer Miquel Servet 202, Badalona.

Venda Online i Recollida

- Fins quan pots comprar la teva Coca de Sant Joan Online? Pots fer la teva comanda online a través de www.fontisi.com fins al dijous 20 de juny a les 20h. Després d'aquesta data podràs fer-te amb elles directament a la nostra botiga de Plaça Pep Ventura, 16.

- Lloc de recollida: Recull la teva comanda al nostre obrador del Carrer Miquel Servet 202, Badalona.

- Dies de recollida: Divendres 21 de juny de 8h a 14h i de 16.30h a 20h, dissabte 22 de juny de 8h a 19h i diumenge 23 de juny de 8h a 12h.

La Fontisi de sempre en una nova botiga

Prefereixes comprar la teva

Coca de Sant Joan directament a la nostra botiga? La trobaràs a la Plaça Pep Ventura 16, a Badalona.

Vine i gaudeix d'una experiència de compra única en un local que s'inspira en l'essència de la Fontisi més tradicional enfocada a la venda de pastisseria i brioixeria de la millor qualitat i preu amb una gran varietat de productes típics regionals; en un nou espai modern i un estil únic.

Fontisi, la pastisseria dels badalonins des del 1965.

Horari Especial Obertura Botiga

Dissabte 22 de 8h a 19h.
Diumenge 23 de 9h a 14h.

FONTISI
BADALONA 1965

La Setmana



Sant Joan, la nit més curta per inaugurar l'estiu

Sant Joan 2024 | Redacció

La revetlla de Sant Joan és nit de foc i alegria i també de fogueres. Aquesta tradició s'ha anat perdent durant els darrers anys. La construcció i les mesures de seguretat han fet reduir el nombre de fogueres arreu de la ciutat. Abans, a cada barri, i fins i tot gairebé a cada carrer, trobàvem autèntiques competicions per trobar la foguera més gran. Ara a Badalona, les fogueres que s'organitzen durant la revetlla de Sant Joan es poden comptar amb els dits de les mans. Podem trobar a Bonavista,

Llefià o Pomar, però cada any perdem una foguera. El que es manté, per aquesta Revetlla, són les festes als barris o molts carrers de la ciutat on s'organitzen de manera popular. Al web del TOT trobareu les Revetlles que s'han organitzat, així com la programació de l'arribada de la Flama del Canigó.

Operatiu especial per a la revetlla

L'Ajuntament de Badalona ha organitzat un dispositiu amb motiu de la celebració de la revetlla de Sant Joan per garantir el normal desenvolupament de la revetlla

a la platja i alhora assegurar el civisme i la convivència en una nit especial. Des de l'Administració, també es vol assegurar que no es congestioni el trànsit de la zona de la platja amb l'objectiu de facilitar, si calgués, l'accés de serveis urgents d'assistència, seguretat i d'extinció d'incendis. A Badalona, com cada any, les platges seran un punt de festa massiu. L'Ajuntament ha recordat que està prohibit fer fogueres, o barbacoes, a la sorra de la platja. El matí de Sant Joan hi haurà un dispositiu per deixar netes les platges.



FORN DE PA *La Riera*



Després de 35 anys, arriba el moment de dir adéu. Ens hem llevat cada dia molt d'hora molt d'hora, per fer amb llenya el pa que et mereixes. Hem compartit festes, des de Nadal a Castanyada, passant per Sant Joan, i també els dies més importants per tots vosaltres. Com tot a la vida, arriba l'hora de posar punt final però com el millor pa, aquell que hem fet cada matí, ho fem amb agraïments a tots els clients i amics que ens heu fet confiança.

Gràcies, Badalona, Forn La Riera



Tancarem les portes dels nostres establiments després de fer les últimes coques de Sant Joan el dia 23 de juny 2024



Tanca novament Can Casacuberta fins a l'any que ve



Equipaments | Redacció

És la història de no acabar. El passat divendres, 7 de juny, tornava a tancar la biblioteca central de Badalona, Can Casacuberta. El govern municipal assegura que seran les obres

definitives. Ara es treballarà a la coberta, per evitar les goteres i la climatització. En els darrers 4 anys, l'equipament ha estat molts més dies tancat que obert.

Molina anirà a Brussel·les a mig mandat

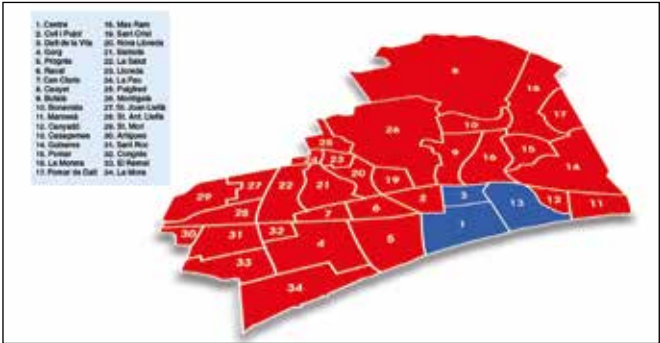
El badaloní Tomàs Molina serà eurodiputat tot i que Ara Repúbliques, la coalició amb la qual ha concorregut ERC a les eleccions europees i que ha revalidat tres representants, no ha aconseguit el quart escó al qual aspirava l'exmeteoròleg de la televisió de Catalunya. ERC ha anunciat que Molina entrarà a mig mandat.



El PSC guanya a Badalona les eleccions europees

9J | Redacció

El PSC s'ha imposat a Badalona en aquestes Eleccions Europees 2024 amb un total de 23.757 vots (un 36,90%). La segona força més votada ha estat el PP amb un total de 11.221 vots (un 17,43%). En tercer lloc s'ha situat ERC-Ara Repúbliques amb 7.556 vots (un 11,73%). A continuació se situa Junts amb 5.928 vots (9,20%); VOX amb 4.333 vots (un 6,73%); Podemos amb 3.318 vots (un 5,15%); Comuns-Sumar amb 2.740 vots (un 4,25%); "Se acabo la fiesta" de Alvisé amb 2.319 vots (un 3,60%); PACMA amb 958 vots



Mapa Badalona electoral

(un 1,48%), i Cs amb 366 vots (un 0,56%). Per barris, el PSC s'imposa a tots els barris, menys

al Centre, Casagemes i Dalt la Vila. La participació a Badalona només ha estat del 41%.

Per navegar de forma cibersegura



CATALUNYA ENS CONNECTA

L'Agència de Ciberseguretat de Catalunya posa al teu abast un seguit de guies, infografies, activitats i altres recursos perquè puguis navegar per Internet de forma més segura i prevenir els possibles fraus digitals.

Tanca la Fundació Germina a Badalona

La Fundació Germina ha tancat els centres a Catalunya després d'obrir-ne dos a Madrid. S'han de cancel·lar els casals d'estiu i les colònies per a molts infants i joves de Badalona i Santa Coloma de Gramenet. L'Ajuntament ja ha anunciat que buscarà alternatives per aquests infants.

Els afectats de Can Bofí Vell continuen a la plaça de la Vila

Un grup de persones sense sostres, que vivien a l'alberg de Can Bofí Vell, a Sant Crist, continuen malvivint a la plaça de la Vila. La solidaritat de molts veïns els està ajudant amb els àpats o material sanitari, però reclamen al govern municipal la reobertura d'aquest centre d'acollida nocturn.



Torna el sopar de blanc contra el càncer

Aquest dissabte tindrà lloc el tradicional Sopar de Blanc de la Fundació Badalona Contra el Càncer, a les 21h, al Club Nàutic Bétulo. Es poden reservar els tiquets al 654 23 78 44. Si no es pot assistir, hi ha fila 0, els donatius es poden fer al compte: ES25 2100-0186-52-0200655380.

Albiol promet asfaltar el 70% dels carrers en 3 anys



Imatge d'arxiu d'un carrer de Pomar

Via Pública | Redacció

L'Ajuntament de Badalona posarà en marxa aquest any, segons ha promès, un pla de renovació de l'asfalt dels carrers de la ciutat. L'alcalde de Badalona, Xavier Garcia Albiol, ha anunciat que s'invertiran uns 62 milions i l'objectiu és arribar al 70% dels 1,6 milions de metres

quadrats de carrers que hi ha a Badalona. Les obres es licitaran aquest juliol i la previsió és que les màquines comencin a treballar a l'octubre. Segons ha detallat el govern municipal, s'actuarà en paral·lel als diferents districtes de la ciutat. El 70% dels carrers representen més de 600 carrers.



Acaba el reallotjament d'afectats de Sant Roc

Aquest dimarts ha culminat el llarg procés de reallotjament de les famílies afectades per la remodelació del barri de Sant Roc. La consellera de Territori en funcions, Ester Capella, i l'alcalde

Xavier Garcia Albiol han lliurat les claus de 28 habitatges del recentment acabat edifici T, on viuran els últims veïns que quedaven pendents d'un nou pis en el marc del procés iniciat el 2000.

Destrosses a l'escola Sant Jordi de Pomar

Successos | Redacció

Uns desconeguts van accedir a l'escola, el passat dijous a la matinada, i van començar a buidar tots els extintors del centre. A més, els lladres es van emportar unes tauletes digitals i material informàtic. Ràpidament, segons ha pogut saber el TOT, va saltar una hipòtesi, és una acció premeditada per destrossar les aules del centre i altera el funcionament de l'escola. I ho van aconseguir. De moment, prop de 200 alumnes, molts del mateix barri de Pomar, no van poder fer classe. A Pomar, les converses giraven sobre una mateixa hipòtesi i presumpta-



ment es va posar la lupa en una família que no va poder matricular uns nens al centre. És vox populi. Ara serà la policia qui haurà de confirmar els autors d'aquestes destrosses.

Troben 78 mòbils robats per un lladre

Una operació conjunta de Mossos d'Esquadra i Guàrdia Urbana de Badalona ha permès detenir un lladre que havia arribat a acumular 78 telèfons mòbils, vuit ordinadors portàtils i tres tauletes. La geolocalització del dispositiu va permetre situar-lo en un edifici de l'avinguda Madrid i quan la policia s'hi va presentar van enxampar un home intentant fugir per una finestra. En la fugida va llençar una bossa on hi havia 40 telèfons mòbils.



Tota la gestió de la teua salut
a l'App **Mi Quirónsalud**

Hospital Quirónsalud Badalona C/ Seu d'Urgel, 77 · 08911 Badalona · **93 868 97 00**

quironsalud.com



Continuem cuidant la salut de Badalona

Ara, amb acords amb les principals asseguradores.

Consulta-les



Hospital **quirónsalud**
Badalona

Prova pilot per al transport de mostres biològiques en drons



Salut | Redacció

Transportar mostres de sang o d'orina amb un dron des d'un CAP fins a un hospital tornarà a ser una realitat aquest any 2024. El Departament de Salut farà dues noves proves pilot per traslladar mostres biològiques fent servir aquestes noves tecnologies, un projecte que arribarà a Badalona. El projecte inclou l'atenció primària de l'Àrea Metropolitana Nord. Consistirà en el

transport de mostres biològiques entre el CAP que hi ha a Sant Fost de Campsentelles fins a l'Hospital Universitari Germans Trias i Pujol, a la muntanya de Can Ruti. Des de la Fundació TIC Salut Social -adscrita al Departament de Salut-, s'ha explicat que aquests drons poden portar diversos tipus de mostres durant un temps de vol que supera l'hora i mitja.

Relloctges intel·ligents per seguir pacients complexos

Salut | Redacció

L'Hospital de Can Ruti ha estrenat un programa de seguiment remot de pacients complexos mitjançant rellotges intel·ligents. El professional sanitari pot consultar variables fisiològiques del pacient a distància, en temps real i a través d'una aplicació mòbil. El dispositiu proporciona un seguit d'informació que farà possible anticipar-se al deteriorament del pacient, que també veu millorada la seva seguretat. També permet fer un tracta-



ment integrat d'aquestes dades als sistemes d'informació de l'Institut Català de la Salut.

Montgat fa enquestes de salut a la població

L'Ajuntament ha iniciat el Pla Local de Salut que és el document que acorda els objectius a assolir en salut pública i planifica les accions que es desenvoluparan els propers anys. El Pla de Salut és un dels compromisos de l'Ajuntament per aquest mandat 2023-2027.

Festa Major de Sant Joan de Montgat

Montgat està de festa. Fins al 29 de juny celebra la seva Festa Major de Sant Joan. Per escalfar motors, l'activitat començarà aquest dissabte 15 de juny amb la fira artesana i propostes familiars a la rambla del Turó del Mar. No faltarà la revetlla de Sant Joan, amb ball, sardanes o l'arribada de la Flama del Canigó, la tarda del 23 de juny.



Torna el Tast Tiana 2024

Aquest cap de setmana tindrà lloc la 15^a edició del Tast Tiana, la mostra gastronòmica i del vi de Tiana. La novetat d'aquest any és el Premi Pilar Solà Puyaltó, al plat més bo del Tast, en homenatge a una de les fundadores del Tast Tiana que ens va deixar el passat mes de desembre.

¡Nueva apertura!

canitas 

La seguridad social de tu mascota

Clínica veterinaria



Obrim al complet

el 30 de juny!

i no et perdis...

Urban Record Fest

Dissabte 15 de juny

YAN THE ONE · EL NEGRO JUANDA
OSPI · BRYOLAH · LA NEGRA READY

Ubicació: Plaza McDonald's



Celebra el Sant Joan amb nosaltres:

20-21 de juny

Fira de Coques de Sant Joan



Del 14 al 20 sortegem 10 coques de
Forn de Cabrianes en el nostre
instagram @ccmontigala

Dissabte 22 de juny
vine a la

FESTA de fi de curs

Jocs i diversió, música
DJ, ball, sorteig i molt
més!



@c.c.montigala

Més info en

centrocomercialmontigala.com

Montigalà

A PROP TEU

Esports

El Badalona queda eliminat al minut 94 (1-0)

Futbol | Redacció

Quan tot feia preveure que l'eliminàtoria, entre L'Hospitalet i el Badalona, marxaria a la pròrroga, un xut del riberenc, Albert López, al minut 94 va deixar als escapulats sense opcions a l'ascens. El partit va ser igualtat, tal com ja va succeir a l'anada. El Badalona va oferir grans minuts de futbol, gaudint de les seves opcions per guanyar el passí a la darrera eliminatòria del play off d'ascens. Dani Homet va tenir la més clara de la primera part, després d'un refús del porter local a rematada d'Estellés. El seu xut va sortir massa alt.



Després d'una gran intervenció de Craviotto, el mateix Estellés va disposar de la millor ocasió del segon període. El Badalona va dominar, però la defensa

local impedia que la darrera passada arribés a la seva destinació, fins que el xut d'Albert va ensorrar les aspiracions escapulades.

El vent i la mala mar obliguen a suspendre La Llarga

Poliesportiu | Redacció

i El 18è Trofeu Ciutat de Badalona de Llagut, més conegut com La Llarga, va haver de ser suspès per les adverses condicions del mar i el fort vent. El passat divendres, dia anterior a la regata, l'organització, per part del Club Nàutic Bètulo, va anunciar la inversió del recorregut, amb inici i final al Port, per les previsions de fort vent i així facilitar l'entrada de

les embarcacions a mar. El mateix dissabte, pocs minuts abans de l'inici, es va decidir escurçar la regata 500 metres. Aquesta modificació ja va comportar un retard de més de mitja hora. Un cop disputada la primera mànega de la categoria veterà femení, l'organització es va reunir amb els responsables dels equips participants, decidint la seva suspensió pel fort onatge.

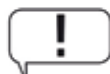


El Tennis Club Badalona ascendeix a Segona

La secció de pàdel del Tennis Club Badalona ha assolit l'ascens a Segona Categoria després de proclamar-se campió de la fase d'ascens de 3a, disputada a la localitat extremeña de Mérida. Els badalonins es van imposar a la final contra l'equip balear de la

Societat Esportiva Punt Groc, pel resultat de 3 a 2. L'equip, capitanejat per Xavi Marot Escudero, va guanyar tots els partits disputats. L'equip femení va caure als quarts de final. Les badalonines van caure per la mínima contra el Padel Indoor Alcala, (3-2).





Cursos intensius d'estiu 2024

ANGLÈS

Cursos	Dates	Horaris	Preu
Children/Juniors (6 a 12 anys) 2h diàries, dilluns a divendres	de l'1 al 26 de juliol	10.00 - 12.00	440 €
A1/A2 2h diàries, dilluns a divendres	de l'1 al 26 de juliol	10.00 - 12.00	440 €
B1.1 / 3rd Year 3h diàries, dilluns a divendres	de l'1 al 30 de juliol	09.30 - 12.30	635 €
B1.2 / 4th Year 3h diàries, dilluns a divendres	de l'1 al 30 de juliol	09.30 - 12.30	635 €
B2.1 / 5th Year 3h diàries, dilluns a divendres	de l'1 al 30 de juliol	09.30 - 12.30	635 €
B2.2 / **First Certificate 3h diàries, dilluns a divendres	de l'1 al 30 de juliol	09.30 - 12.30	635 €
C1 / **CAE 3h diàries, dilluns a divendres	de l'1 al 30 de juliol	09.30 - 12.30	635 €
C2 / **Proficiency 2h diàries, dilluns a divendres	de l'1 al 30 de juliol	18.30 - 20.30	440 €
**Juliol FC - no intensiu 3 h setmanals, dilluns i dimecres	de l'1 al 29 de juliol	17.00 - 18.30	141 €
**Juliol CAE - no intensiu 3 h setmanals, dimarts i dijous	del 2 al 30 de juliol	17.00 - 18.30	141 €

ALEMANY, FRANCÈS

2 h diàries, dilluns a divendres	de l'1 al 26 de juliol	matins/tardes	440 €
----------------------------------	------------------------	---------------	-------

Prova de nivell i matrícula gratuïta en tots els cursos

El preu del curs no inclou el cost dels llibres

****Classes aptes per als candidats als exàmens de Cambridge**



652 73 70 87

**Fes tot un curs
en un sol mes**

Agenda

DIVENDRES 14 DE JUNY

Presentació del llibre El increíble mundo de los chakras, a les 17:30h, a la Biblioteca de Lloreda

DISSABTE 15 DE JUNY

Masterclass ioga i zumba, durant el matí, a la platja del Pont del Petroli

Presentació de llibre, El amor viene en bicicleta, a les 12h, a la Biblioteca Canyadó-Casagemes

Concert Sagrera Gòspel, a les 19:30h, a la parròquia de Sant Antoni de Pàdua

Concert Jove Orquestra de Cerdanyola, a les 20h, Església dels Pares Carmelites

Sopar de Blanc, a favor de la Fundació Badalona contra el càncer, a les 21h, al CN Bétulo

DIUMENGE 16 DE JUNY

Visita guiada a l'exposició Fang i foc. La ceràmica a Baetulo, a les 10:30h, al Museu

DILLUNS 17 DE JUNY

Lectura dramatitzada de l'obra de teatre LA SERVA AMOROSA, text original de Carlo Goldoni, a les 19:30h, a l'Espai Betúlia

DIMECRES 19 DE JUNY

Presentació del llibre «Juno Crónida», de Martín Godoy García, a les 19h, a l'Espai Betúlia



Festival de Música Gran Sol, concert de Paco Candela
Divendres 21 a les 22h, amfiteatre del parc de Gran Sol

Conferència "La ceràmica en els derelictes d'època romana del litoral català", a les 19h, al Museu

DIVENDRES 21 DE JUNY

Festival de Música Gran Sol, concert de Paco Candela, a les 22h, amfiteatre del parc de Gran Sol

DISSABTE 22 DE JUNY

Festival de Música Gran Sol, Espectacle 'Konjaleo' Diego Cortés i Flamenco Vivo, a les 22h, amfiteatre del parc de Gran Sol

DIUMENGE 23 DE JUNY, NIT DE SANT JOAN

Rebuda de la Flama del Canigó, lectura del manifest, lluïments dels balls i encesa del peveter, a les 19h, plaça de la Vila

Revetlles populars, a diferents barris, durant la Nit de Sant Joan

DIMARTS 25 DE JUNY

Poti-poti - Bebecontes, a les 17h, Biblioteca Canyadó i Casagemes – Joan Argenté

DIMECRES 26 DE JUNY

Les aventures de Jim Panzé - Hora del conte i taller, a les 17.30h, Biblioteca Llefià - Xavier Soto

MONTGAT DIVENDRES 15 DE JUNY

Festa Major de Sant Joan, fins al 29 de juny

TIANA DIVENDRES 14 DE JUNY

Fira Tast Tiana 2024
durant el cap de setmana amb desgustacions gastronòmiques



AGRAEIXO
ALS MEUS CLIENTS
CELEBRAR EL
1r ANIVERSARI

Gràcies!!!



Ignasi Iglesias, 34 local | www.trasterbadalona.com
604 15 29 00

La setmana en imatges

- 1 Els carrers de Dalt de la Vila tornen a celebrar Corpus amb les catifes de colors
- 2 Un camió es torna a quedar encastat al pas de la riera Canyonadó cap a la platja
- 3 El barri de Pomar s'ha convertit en un barri marroquí per la gravació d'un curt
- 4 Deixalles recollides durant el dia del Mar i els Oceans. Activitat d'EspaiMar
- 5 Llefià va viure, el passat dissabte, el seu tradicional Correfoc. Foto: Gonzalvo__Photos



Opinió

EL PERSONATGE ►

Pau Canivell, director de cinema, guionista, actor i performer

El badaloní Pau Canivell es va graduar en Comunicació Audiovisual en 2022 a la Universitat Pompeu Fabra i es va donar a conèixer amb el seu documental "Tacones sobre ruedas" on narra la història d'una família formada per drag queens i una icona trans que viatgen en autocaravana a llocs hostils, amb l'objectiu d'organitzar una performance per a demostrar el seu suport a un



nen que va ser agredit per un altre menor a les portes de la seva pròpia escola. També

treballa com drag performer amb el seu alter ego "Emma Mess".



Matrimonis parlant per x de com gestionar la muntanya a Badalona. Està passant. A l'hora de sopar, parlen via whatsapp? [@robyga8](#)

Us proposem una ruta modernista amb els punts més emblemàtics d'aquesta arquitectura a Badalona, on el moviment va lligat a Joan Amigó i Barriga, arquitecte badaloní
[@BadalonaTurisme](#)

La Feria de Primavera y Fiesta del Vino Fino de 2025 estará dedicada a Badalona
[@VivaElPuerto](#)

Ja es pot consultar el padró dels badalonins de fa un segle [@totbadalona](#)



m_pili_bv • Seguir
Dalt La Vila Badalona

#TOTBADALONA A INSTAGRAM ►



Nova caserna dels bombers



Foto: Revista de Badalona

Fa 50 anys era notícia a Badalona ►

Uns terrenys cedits per l'Ajuntament, ara fa 50 anys, es construïa la nova caserna dels bombers de Badalona. A l'avinguda Marquès de Montroig, a l'altura de l'avinguda del Congrés, a Sant Roc, es

va construir la nova seu. El mes de juny s'estaven ultimant les obres, que s'havien d'acabar durant el mes de setembre de 1974. Segons explicava Revista de Badalona, el 22 de juny de 1974, el nou edifici era modern, i a dins hi cabien fins a 14 camions de bombers. De fet, fa 50 anys,

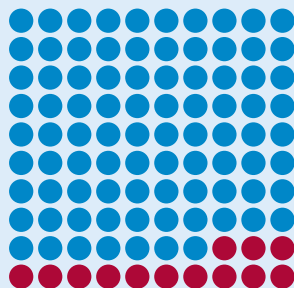
ENQUESTA ►

via Twitter @totbadalona

Terrassa prohibirà patinets elèctrics i bicicletes a tota la zona de vianants del centre. Creus que #Badalona hauria de copiar el model de Terrassa?
(Ara mateix està prohibit circular amb patinet pel carrer de Mar i Rambla, però poca gent fa cas a la normativa)

Sí, estic d'acord **87%**

No, no estic d'acord **13%**



730 vots

Badalona tenia actives un total de 3.489 indústries i la població superava els 200.000 habitants. L'any 1974, la plantilla dels bombers de la ciutat arribava als 48 integrants. Els bombers deixaven, aquell any, l'antiga caserna ubicada al carrer Quintana Alta, al barri de Dalt de la Vila.



HO HEM VIST AL FACEBOOK DEL TOT ►

Veïns del barri de Canyadó denuncien que els ocupes de l'antiga escola Lola Anglada estan malmetent l'històric edifici. Segons els veïns, han trencat vidres, baranes i s'estan emportant material de dins. #Badalona

Mercè Garin: Quina pena que a cap dels nostres alcaldes els hi preocupi perdre el poc patrimoni que ens queda. És un edifici que té moltes possibilitats, però no els importa.

Eugenio Elfo: Sin luz ni agua, ni comida verás que pronto salian

Carlos Cerve: Això s'arregla aviat. Tapien les portes i finestres amb ells a dins sense entrar queviures i els antidisturbis només esperant fora

Carlos Torre: Com es que no compleix amb el protocol que Albiol diu que va fer de fer-los fora a les 24 hores la Guàrdia Urbana?


SmartOptics



Promoció
audiòfon Philips

Muntura + lents
progressives digitals

199€



desde

899€

SmartAudio 

Cultura

Torna el Festival de música clàssica Reafina amb 8 propostes

Música | Redacció

El Festival Reafina és un festival de música clàssica programat a Badalona del 21 al 30 de juny de 2024, que pretén acostar la clàssica a les audiències que no hagin entrat en contacte amb aquesta música, especialment als joves. Aquesta 2a edició de Reafina consistirà en 8 concerts, on podrem veure una varietat de formacions i disciplines artístiques encara més àmplia que l'any passat, i així mostrar totes les facetes que la clàssica ens pot oferir. De nou, el centre de Badalona serà l'escenari principal del



Imatge d'arxiu del Festival Reafina

Festival, amb la col·laboració de diverses entitats culturals de la ciutat, com el Teatre El

Círcol, el Museu de Badalona, l'Orfeó Badaloní o La Sargantana entre d'altres.

Nova edició de les Nits d'Estiu del Museu a l'Anís del Mono

Cultura | Redacció

Un any més arriba una proposta imprescindible de l'agenda de juliol de la ciutat: les Nits d'Estiu del Museu a la fàbrica de l'Anís del Mono. Les nits arrancaran el 5 de juliol, amb Marian Barahona trio, seguirà Swing Engine Sweet Trio, el 12 de juliol, i el darrer concert serà per Canela N'Drama,

el 19 de juliol. L'activitat permetrà, com cada estiu, conèixer la història i les in comptables anècdotes que han convertit l'Anís del Mono en el més famós del nostre país. I com sempre, podreu, també, gaudir d'un concert acompanyat d'un combinat d'anís refrescant. Podeu obtenir més informació al web del Museu de Badalona.

Prop d'un 90% d'ocupació als teatres municipals



Teatre | Redacció

Els tres teatres municipals de Badalona han tancat la programació professional de la temporada gener – maig 2024 amb un 88% global d'ocupació. Un total de 24 espectacles han conformat aquesta temporada d'arts escèniques professionals a Badalona. Una xifra lleugerament inferior a la de l'any anterior però que ha mantingut, no obstant, la mateixa quantitat de sessions exhaurides i ha superat el percentatge global d'ocupació.

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

ALFA SINGER wertheim PFAFF
REFREY SIGMA BERNINA brother

A. RAMOS



687 701 933

tecnicmaquinacosir@gmail.com

Un estudiant del Badalonès publica el seu primer llibre amb èxit en vendes

Llibres | Redacció

L'alumne de batxillerat del Badalonès., Martín Godoy, acaba de publicar l'obra 'Juno Crónida', on ret homenatge a la seva àvia, qui a través de la tradició oral li va relatar origen fundacional mitològic de la ciutat autònoma de Ceuta. Aquest relat fundacional, transmès amb amor i saviesa, es converteix en l'eix central del llibre. Godoy no sols captura l'essència dels contes que va escoltar en la seva infància, sinó que també honra la memòria i el llegat de la seva àvia, la influència i l'afecte de la qual van deixar una em-



Godoy és alumne del Col·legi Badalonès

premta inesborrable en la seva vida. 'Juno Crónida' és més que una novel·la, és un tribut a les arrels i al poder de la narració familiar que travessa generacions. El llibre s'ha convertit en un èxit de vendes i serà presentat el 19 de juny a l'Espai Betúlia, a les 19h.

III Recital Poètic 2024

L'Associació Badalona Poètica organitza, el pròxim 3 de juliol a les 19h, el tercer Recital Poètic 2024 de la ciutat. Els interessats en participar i llegir els seus poemes, cal que es posin en contacte amb l'associació recitalpoeticbdn@gmail.com o bé al telèfon 659 45 00 45.



Presupostos 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

Paco Candela actuarà en la 7a edició del Festival de Música Gran Sol

Música | Redacció

Paco Candela i l'espectacle Konjaleo són els protagonistes de la 7a edició del Festival de Música Gran Sol que se celebrarà els dies 21 i 24 de juny a l'amfiteatre del parc del Gran Sol del barri de Llefia de Badalona situat al carrer d'Àsia, cantonada amb el carrer de Juan Valera. Divendres 21 de juny, a les 22 hores, actuarà el músic sevillà Paco Candela, i dilluns dia 24, Sant Joan, a les 22 hores, el guitarrista català Diego Cortés i l'Asociación Flamenco Vivo presentaran l'espectacle flamenc Konjaleo. Entrada gratuïta.



Imatge del cantant Paco Candela

Homenatge al poeta badaloní Joan Argenté

La Xarxa Municipal de Biblioteques de Badalona rendeix homenatge a la figura del badaloní Joan Argenté i Artigal, el poeta, advocat, dramaturg, articulista i traductor d'obres al català que dona nom a la Biblioteca Canyadó i Casagemes-Joan Argenté. L'acte consistirà en un recital poètic sobre la seva obra

El Centre Comercial Montigalà acollirà l'Urban Record Fest

Música | Redacció

El Centre Comercial Montigalà acollirà, aquest dissabte 15 de juny, l'Urban Record Fest. L'esdeveniment començarà a les 17h amb el Dj "El Pirata" amb un remix de música urbana, i de 18h a 20:30h actuaran "Yan the One", "El Negro

Juanda", "Ospi", "Bryolah" i "La Negra Ready". Els organitzadors volen apropar artistes nominats als "Grammy llatins" a tots els públics en el marc d'un Centre Comercial. L'Urban Record Fest té el suport del Pirata del Maresma i és gratuït.



URGÊNCIAS 24H

93 147 70 00
615 90 32 48

DESATASCOS DE TUBERÍAS

INUNDACIONES Y VACIADO DE FOSAS SÉPTICAS



admin@grifellsl.com

REFORMAS, OBRAS, REPARACIONES, ALBAÑILERIA, ELECTRICIDAD, FONTANERIA, GAS, PINTURA, ECONÓMICO

670-232-977

Lectors

Per enviar-nos les vostres cartes o fotos podeu utilitzar el correu electrònic: badalona@totbadalona.com o bé el nostre WhatsApp del TOT, 651 97 65 17

Privatitzar el passeig marítim

Susana Vidal

Aquest estiu tenim menys sorra a les platges de l'Estació, del Pont del Petroli o del Coco. La sorpresa per molts amants del mar és la privatització que està fent el govern del PP del nostre litoral. No contents amb instal·lar, a peu de passeig,

els mòduls, certa guingueta està utilitzant el que queda de passeig per posar-hi pis-sarres i els caps de setmanes, no ens estem de res, barbacoa. Molts no entenem com aquests establiments tenen tants privilegis. Esperem que l'Ajuntament prengui nota.



Queremos explicaciones



El año pasado muchas personas adquirimos entradas para el concierto de Los Rebujitos, David de María y Andy & Lucas. Después del pésimo sonido y el desastroso concierto que hizo Andy & Lucas, hasta el punto de negarse a cantar, la organización mandó un co-

municado conforme este año tendríamos una entrada gratuita para escoger ir uno de los tres días. Este año no se ha anunciado nada y entiendo que no se realizará dicho concierto. Se nos compensará entonces de otra forma?

Alba

Les males herbes a la Riera de Canyadó

Us envio una imatge de les males herbes que han crescut a la Riera de Canyadó. Demano a l'Ajuntament que tingui més mirament a l'hora de mantenir els carrers nets. Aquesta imatge, a prop de la biblioteca de Canyadó-Casagemes Joan Argenté, ofereix una mala imatge. No costa tant tenir els carrers nets i sense males herbes.

Pau Hernández



Al Centre Sociosanitari El Carme

Deseo hacer mención y agradecer tanto al personal de planta como al de rehabilitación, el inmejorable trato que recibido de todos ellos. Cariño,

amabilidad, educación, profesionalidad y siempre atentos.

Por todo ello, muchas gracias.
Pilar Pérez

FONTISI I EL TOT et regalen una coca de Sant Joan

Pastisseria Fontisi i el TOT et regalen una coca de Sant Joan*.
Les persones que vulguin participar al sorteig han de seguir els perfils d'Instagram del TOT Badalona i Fontisi Pastisseria.

DATES DEL SORTEIG

Del 13 al 20 de juny

RECOLLIDA

DEL PREMI

21/22/23 de juny

**1 Coca de Sant Joan
a triar pel guanyador/a
a excepció de la
Coca de Nata
i Crema Catalana*

FONTISI
BADALONA 1965

@totbadalona

@fontisipastisseria



Aquest Sant Joan a Carniceria Mari sortegem un assortiment d'ibèrics

Les persones que vulguin participar al sorteig han de seguir els perfils d'Instagram del TOT Badalona i carniceria Mari.

DATES DEL SORTEIG

Del 13 al 20 de juny

RECOLLIDA DEL PREMI

21/22/23 de juny



@maribellotabdn

@totbadalona



Sant Joan

Coca de Sant Joan de crema i pinyons



Eva Remolina - amic.cat

PER A LA CREMA PASTISSERA:

Ingredients

- ½ litre de llet (sencera)
- 4 rovells d'ous
- 125 g de sucre
- 50 g de fècula de blat de moro
- Branca de canyella
- Branca de vainilla o ½ cullerada d'extracte de vainilla
- Pell d'una llimona.

Preparació: Aquesta crema es pot fer el mateix dia o el dia anterior. Això sí, cal tenir en compte que en portar ous, es recomana consumir-la com a màxim al cap de dos dies.

En un cassó posem a bullir la llet juntament amb la pell de la llimona, la branca de canyella i la vainilla (si és en branca, la buidarem prèviament de llavors).

En un bol a part, posem el sucre, les gemmes i la fècula i barregem amb varetes fins que tot estigui integrat. A continuació, afegirem la llet abocant-la a poc a poc i sense deixar de remoure. Quan estigui tot barre-

jat, ho posem tot en una olla a bullir a foc lent i sense deixar de remoure, fins que aconseguim que espessi.

Retirem i deixem refredar, tapant amb un plàstic que toqui la mescla per a evitar que surti crosta. Un altre truc per a evitar la crosta, és untar amb una mica de mantega.

Quan la tinguem reposada, introduïrem en una màniga pastissera, ja llesta per a decorar.

PER A LA MASSA:

Ingredients:

- 500 g de farina de força
- 30 g de llevat fresc o 10 g de llevat de fleca (no utilitzar llevat químic)
- 120 ml de llet (sencera)
- 10 g de sal
- 80 g de sucre
- 3 ous
- 85 g de mantega
- Entre 50 g i 75 g de pinyons (al gust).

Preparació:

Abans de començar amb la massa, deixarem en remull els

pinçons en aigua perquè es vagin estovant i així no se'ns cremin durant la cocció de la coca.

Mentrestant, en 1 bol posarem tots els ingredients a excepció de la mantega (que hauré deixat a temperatura ambient). Pastem amb l'ajuda d'un robot o manualment fins a aconseguir una pasta homogènia. Després, agregar a poc a poc la mantega i continuar remenant fins a integrar-la per complet. Finalment, afegirem el llevat i actuarem d'igual forma. Quan hàgim completat la mescla, farem amb la massa una bola i la deixarem en un bol tapat perquè creixi. Un cop fermentada, estirarem la massa amb ajuda d'un corró i li donarem forma ovalada o rectangular. I procedirem a la seva decoració.

Per a això, realitzarem uns talls en la massa en forma de reixeta, on introduïrem la crema, i entre els buits, els pinçons i una mica de sucre.

Introduïrem al forn a uns 180 graus durant uns 30 minuts.



Història dels Focs de Sant Joan

Josep Roquer i Soler - tradicat.cat

Sant Joan

De ben segur que les imatges que us vénen al cap quan penseu en la festa de Sant Joan, són la nit o revetlla que s'allarga fins a la matinada, les fogueres, els petards, la coca, la ballaruga. I molt possiblement... l'inici d'un llarg període de vacances. En canvi, qualsevol text, article, reportatge al voltant de Sant Joan que us pugui caure a les mans, veureu que parla de tota una altra sèrie d'elements, presents sobretot durant la nit que va del 23 al 24 de juny, la nit o revetlla de Sant Joan: nit màgica; les herbes remeieres, solstici d'estiu, personatges fantàstics, el poder de l'aigua i la rosada, nit de bruixes. Antigament, diada de pagar tributs rurals i en algunes zones de renovar els contractes i actualment, període de pagues extres. Jornada per fer romeries i trobades en fonts per fer-hi un bon berenar.

Jornada amb un gruix de rituals i creences, en bona part oblidats o en tot cas amb una pèrdua important de presència en la celebració actual.

La nit de Sant Joan

La nit de Sant Joan és la nit més màgica de l'any. Els orígens d'aquesta celebració solen relacionar-se amb les festes que civilitzacions molt antigues realitzaven amb l'arribada del

solstici d'estiu. Les fogueres semblen estar relacionades amb ritus en honor al sol. El foc, representat en les fogueres, esdevenia l'element que donava força al sol, que després d'haver arribat al zenit començava un nou període que marcava pausadament la seva davallada. Durant molts segles, en la nit de Sant Joan, a bona part d'Europa, però també al nord d'Àfrica, la munió de fogueres

Forn Sant Pere Productes Artesans

Tots els nostres productes estan elaborats manualment i cults a la llenya. Vine per Can Sant Pere i tastà el nostre pa, retroba't amb el veritable gust d'ençà.

Gaudiu de les festes amb el Forn Sant Pere.

**Carrer Sant Pere, 38
Tel. 659 22 05 89**





enceses era enorme. Aquesta pràctica comuna servia per homenatjar el sol en la seva plenitud com a font de la llum i de la vida.

La nit de Sant Joan, però, conté moltes pràctiques i rituals diversos que fan pensar que són hereves de tradicions ben diverses. Tal com diu Joan Soler Amigó: “La

Nit de Sant Joan ha mantingut i acrescut la seva tradició pagana i supersticiosa, que integra ritus solars amb d'altres de relatius a l'aigua, les plantes i els estels.



LA TARTELETApastisseria

Badalona

**Encarrega les
teves coques**

Santiago Russinyol, 108
933 891 763



Hi conflueixen tradicions pirinenques i mediterrànies d'ambdues riberes, cèltiques i romanes, paganes, cristianes i laiques, rurals, marineres i urbanes, ancestrals i del segle XXI”.

La presència del foc

El foc continua tenint una gran presència en la celebració de la festa de Sant Joan. De fet podem dir que la vigília i la nit de Sant Joan, en el calendari festiu, és la gran festa del foc. L'encesa de falles i sobretot fogueres continua ben arrelada a casa nostra, encara que s'ha perdut el caire més popular que havien tingut per adquirir-ne un de més institucional, en bona part com a conseqüència del zel que s'ha posat en el compliment

de la normativa d'encendre foc a l'àmbit públic. Del costum, no pas massa llunyà, de l'encesa de fogueres a la majoria de places i fins i tot a les cruïlles de carrers, fruit de l'apilament de mobles vells i atrotinats, de caixes i restes de fusteria, s'ha passat a l'encesa molt més reduïda de fogueres, totes elles amb el corresponent permís municipal. En aquesta nova etapa de les fogueres de Sant Joan, l'arribada de la Flama del Canigó, que aporta el foc que encendrà bona part d'aquestes fogueres, ha contribuït, en canvi, a mantenir el caire col·lectiu que sempre havien tingut, encara que fos en grups més reduïts, i al mateix temps s'ha convertit en un veritable símbol d'unió de tots

els territoris de parla catalana: els Països Catalans.

Nit de fogueres.

Joan Soler Amigó

“La Nit de Sant Joan és nit de foc: s'abranda l'haro a l'Aran, es cremen barraques al Priorat i a les terres de l'Ebre, s'encenen fogueres per tots els pobles i ciutats, arreu dels Països Catalans, de manera que convergeixen les tradicions pirinenques i les mediterrànies: a Alacant és coneguda com la Nit del Foc [...]”

‘Els focs de Sant Joan se salten per davant; els de Sant Pere se salten per darrere.’ Les fogueres són objecte de tota mena de rituals: qui giravolta o salta set





focs es casa abans de l'any; qui salta el foc s'assegura salut per tot l'any, i qui camina descalç damunt les brases o sobre les cendres calentes –homes i dones, infants i bestiar-, s'enforteix i prevé de malures... El foc de Sant Joan és sagrat: casa les parelles que el salten donant-se les mans. Hom en recollia les cendres per les seves virtuts guaridores i preservadores de mal.

La tradició conserva els ritus i el costumari propis de les fogueres ancestrals, i hi ha incorporat, des de la invenció de la pólvora, els focs d'artifici. Focs d'espetec o d'espurneig..., fins als espectaculars castells de focs.

Els anys setanta es va proclamar aquest dia com la Diada Nacional dels Països Catalans, per la comunitat simbolitzada en la tradició de les fogueres: cada any, la flama del foc encès al cim de Canigó –com una torxa olímpica- és transmesa solemnement de poble en poble per colles de marxaires i abranda les fogueres de moltes viles i ciutats catalanes.

vinalium
by tic-tac drinks

VINACOTECA

vinalium
by tic-tac drinks

Els millors productes i millors preus per celebrar la teva revetlla de Sant Joan

ESPECIALISTES EN VINS, CAVES, GINEBRES, WHISKY I ALTRES LICORS.

LA BOTIGA ON TROBARÀ OFERTES EN TOTES LES REFERÈNCIES, DEGUSTACIONS I TASTS.

OBERT DIUMENGES D'11 A 14H.

c/ Francesc Layret, 163 BADALONA | Tel. 93 461 85 83

f Vinalium Badalona ✉ vinalium42@gmail.com

Gastronomia

Amanides refrescants per a l'estiu



Gastronomia / amic.cat

Amb l'arribada de la calor, no hi ha res millor que gaudir de plats frescos i lleugers que ens ajudin a suportar les altes temperatures. Les amanides es converteixen en les protagonistes indiscutibles de l'estiu, i ofereixen una varietat infinita de combinacions que no només són refrescants, sinó també ràpides i fàcils de preparar. Aquí et presentem algunes idees inspirades en diverses receptes perquè puguis delectar-te amb amanides estiuenques plenes de sabor.

La clàssica amanida Cèsar amb pollastre és sempre una opció segura, però el veritable secret està a la seva salsa. Preparar-la a casa és senzill: barreja maionesa, formatge parmesà, mostassa de Dijon i anxoves picades. Aquesta barreja aporta un sabor intens i deliciós, perfecte per als dies més calorosos.

Si busques una amanida

cruixent i afruitada, l'amanida Waldorf és ideal. La barreja d'enciam, poma, api i nous crea una textura refrescant i única. Un toc de maionesa i suc de llimona completa aquest plat clàssic, fent-ho perfecte per a qualsevol moment del dia.

Per a una opció més local i contundent, l'amanida murciana és una elecció excel·lent. Aquest plat es prepara amb tomàquet pera en conserva, ceba tendra, ou dur i olives negres, tot amanit amb oli d'oliva verge extra i vinagre de Xerès. És una alternativa estu-
penda a la clàssica amanida de tomàquet, oferint un sabor fresc i intens.

La gastronomia alemanya també ofereix una opció refrescant: l'amanida de patata o 'kartoffelsalat'. Amb patates cuites, cogombres trossets, cibulet, sal, pebre i maionesa, aquesta amanida és perfecta per acompanyar salsitxes i gaudir d'un toc internacional

als àpats.

Inspirada a la cuina peruana, l'amanida de pollastre, alvocat i patata és una delícia estiuenca. Un bon amaniment d'oli d'oliva verge extra realça els sabors, creant una combinació irresistible.

L'arròs també pot ser la base d'una deliciosa amanida estiuenca. Combina'l amb blat de moro, tomàquet, olives verdes, pastanaga i pernil cuit en daus, o deixa volar la teva imaginació i afegeix els teus ingredients preferits. L'amanida d'arròs és versàtil i mai no avo-

Bar - Restaurant

La Bota de Aragón

des de 1973

ESPECIALITAT

en Tapes Variades i típiques d'Aragó

Santa Madrona, 122 - 123

08911 Badalona

Tels. 93 389 30 80- 93 464 17 09

labotadearagon@wanadoo.es

reix.riures i moments agradables amb els altres convidats. Això ajuda a crear vincles socials i a enfortir les relacions

entre les persones. Podem dir que el Potluck és molt més que una simple trobada per menjar. És una tra-

dició que celebra la diversitat culinària, fomenta la comunitat i crea moments de convivència inoblidables.

Els sandvitxos saludables

Gastronomia / amic.cat

A la frenètica realitat actual, on el temps sembla ser un bé escàs i preciós, el sopar es converteix en un moment crucial del dia. És allà on la temptació de les opcions ràpides sovint ens aguaita, però qui va dir que la velocitat ha d'afectar negativament la salut? És hora de fer un gir als sopars exprés i apostar pels sandvitxos saludables com a solució pràctica i nutritiva.

El primer pas és triar el pa adequat. Optem per pans integrals de qualitat, rics en fibra i nutrients essencials, evitant aquells amb additius innecessaris com sucres afegits o greixos poc saludables. El pa de fogassa o barra pot ser una excel·lent alternativa al tradicional pa de motlle.

A l'hora de muntar els nostres sandvitxos, deixem de banda les salses comercials carregades de greixos i sucres, i fem servir espècies i herbes aromàtiques per realçar el sabor sense afectar negativament la salut.

La clau per a un sandvitx saludable i complet està en l'equilibri

dels seus ingredients. No descuïem la inclusió de fruites i verdures fresques, que no només afegeixen sabor i textura, sinó també una varietat de nutrients essencials. Tomàquet, alvocat, pastanaga, cogombre, entre altres.

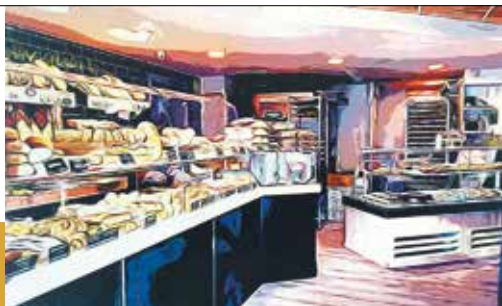
Pel que fa a les proteïnes, optem per fonts de qualitat com el pollastre a la planxa, el peix cuinat o l'ou, evitant els embotits i embotits processats que solen ser rics en greixos saturats i sodi. Els lacticis com el formatge fresc poden ser una addició saborosa i nutritiva, sempre amb moderació.

Swing

FORN DE PA
PASTISSERIA
DEGUSTACIÓ

Celebrem 20 anys!

Avda. Catalunya, 39 TLF. 93 460 66 70



Com protegir la pell del sol a l'estiu?

Salut / amic.cat

Durant l'estiu, els efectes del sol i la calor, juntament amb altres activitats pròpies d'aquesta estació, poden tenir un impacte destacat en la salut i l'aparença de la pell. Tot i això, és possible mantenir-la en bon estat mitjançant una sèrie de cures fàcils d'incorporar a la rutina diària, assegurant així una pell sana i protegida.

L'ús de crema solar és bàsic abans de sortir de casa. No només ajuda a prevenir el càncer de pell, sinó que també combat l'envelliment, les taques, la flacciditat i les arrugues. És bàsic triar un fotoprotector amb un índex

de protecció solar (FPS) de 30 o 50, aplicar-ho mitja hora abans de l'exposició al sol i repetir l'aplicació cada 2-3 hores o després de nedar. Aquesta mesura és vàlida tant per a adults com per a menors, i és especialment important en els primers 18 anys de vida, quan es produeix el 80% de l'exposició solar.

Mantenir la pell hidratada és fonamental a l'estiu. Beure suficient aigua, al voltant de 2 litres diaris, és la millor manera de fer-ho. A més, consumir fruites i verdures riques en antioxidants i vitamines, com les fruites d'estiu, els vins freds i els

lactis, contribueix significativament a la hidratació.

L'alimentació juga un paper fonamental a la salut de la pell durant l'estiu. Consumir fruites i verdures de temporada riques en vitamines A i C proporciona una protecció addicional.



Boramar Serveis

Telf. 93 464 21 34

Avgd. President Companys, 57 - 08911

Atenció domiciliària sanitària

Serveis domèstics a la llar

El primer audiòfon **SUMERGIBLE i** **RESISTENT a l'AIGUA**

AUDIÒFON PHONAK
Audeo Life



El primer audiòfon
recarregable,
resistent a
l'aigua,
a esquitxades
i a la suor!

OFERTA ESPECIAL FINS
AL 30 DE JUNY 2024

**AUDIFONS
PHONAK LIFE**
des de 59€/mes



- Finançament a mida sense interessos fins a 24 mesos
- 5 anys de Garantia
- Revisions de manteniment de l'audiòfon incloses



Barcelona

Carrer Balmes 412



93 211 50 85



Mataró

Rda. Prim, 67 - 69



93 799 98 92



Badalona

Av. Pres. Companys 67



93 715 14 05



ONAcústica

CENTRES AUDITIVS DE QUALITAT

www.onacustica.net



La midorèxia: quan volem mantenir-nos sempre joves

Eva Remolina / amic.cat

La midorèxia fa referència a un fenomen social i psicològic on les persones de mitjana edat s'esforcen per mantenir-se joves i actius, adoptant actituds i estils de vida que tradicionalment es consideren propis de persones més joves, com pot ser practicar esports extrems, començar nous negocis, canviar de carrera professional o implicar-se en les xarxes socials.

Són diversos els factors que contribueixen a l'augment de la midorèxia:

Avenços en la salut i la medicina: Amb una millor atenció mèdica i més consciència sobre la salut i el benestar, les persones viuen més temps i amb més qualitat de vida. Això els permet mantenir un estil de vida actiu durant més temps.

Canvis socials i culturals:

La societat està canviant les seves expectatives sobre l'envelliment. Avui dia, es valora més la joventut i l'energia independentment de l'edat.

Influència dels mitjans de comunicació:

Les xarxes socials i els mitjans de comunicació presenten sovint imatges de persones de mitjana edat que viuen vides excitants i plenes d'activitats. Això crea models a seguir per a altres persones que volen adoptar un estil de vida similar.

Això pot tenir diversos beneficis positius, com:

Millora de la salut física: Mantenir-se actiu i saludable a la mitjana edat pot prevenir moltes malalties relacionades amb l'edat, com ara les malalties cardiovasculars, la diabe-

tis i els problemes articulars.

Salut mental i benestar:

Sentir-se jove i actiu pot tenir un impacte positiu en la salut mental, reduint l'estrès i augmentant el sentiment de felicitat i realització personal.

Connexions socials:

Participar en activitats noves i dinàmiques pot ajudar a ampliar el cercle social i crear noves amistats, mantenint la vida social vibrant.

Tot i els aspectes positius, també pot presentar alguns inconvenients com pot ser la pressió social per complir amb un cert estereotip de joventut, generant estrès i ansietat o participar en activitats físiques exigents sense la preparació adequada, lo qual cosa pot comportar lesions o altres problemes de salut.

Senyals de deshidratació en nens i adults: com solucionar-ho

Eva Remolina / amic.cat

La deshidratació és un problema comú que pot afectar tant adults com nens. És essencial reconèixer els senyals de deshidratació i saber com tractar-la per evitar complicacions greus i mantenir una bona salut.

Senyals de deshidratació en adults

Set intensa: La set, és un dels primers indicis de deshidratació.

Boca i pell seques: La deshidratació pot provocar sequedat a la boca i a la pell.

Orina fosca i en poca quantitat: Una orina fosca és un signe que el cos està retenint aigua.

Fatiga i marejos: La manca d'aigua pot provocar cansament i sensació de mareig.

Mal de cap: Els mals de cap



són freqüents quan el cos està deshidratat.

Confusió i falta de concentració: La deshidratació pot afectar les funcions cognitives.

En els nens, els signes de

deshidratació poden ser diferents i poden incloure:

Boca i llavis secs: Com en els adults, la sequedat és un indicador important.

Plor sense llàgrimes: Els nens deshidratats poden plorar sense produir llàgrimes.

An advertisement for Casa Badina. On the left, a smiling elderly woman with short grey hair, wearing a straw hat, glasses, and a colorful floral blouse, is waving her hands. The background behind her is a soft blue watercolor wash. On the right, the logo for Casa Badina is shown, consisting of a circular pattern of orange dots. Below the logo, the text reads "Casa Badina", "Fundació Vallparadis", and "MútuaTerrassa". Further down, the slogan "Una casa plena de vida" is written in a large, elegant font, with "plena de vida" underlined. At the bottom right, there is contact information: "La primera residència i centre de dia de la Fundació Vallparadis a Badalona", a phone number "93 235 94 00", and an email address "casabadina@fundaciovallparadis.cat".

Casa Badina
Fundació Vallparadis
MútuaTerrassa

**Una casa
plena de vida**

La primera residència i centre de dia
de la Fundació Vallparadis a Badalona

93 235 94 00
casabadina@fundaciovallparadis.cat



Pell freda i seca: La pell pot semblar freda i seca al tacte.

Orina en poca quantitat o bolquers secs: Els nens que no orinen amb freqüència poden estar deshidratats.

Irritabilitat i letargia: Els nens poden estar més irritables o, al contrari, mostrar-se molt letàrgics.

Fontanel·la enfonsada (en lactants): En els nadons, la fontanel·la (la zona tova del crani) pot semblar enfonsada.

Tractar la deshidratació implica reposar els líquids i els electrolïts perduts. Aquí hi ha algunes estratègies per a diferents situacions:

Per als adults

Beure aigua: La forma més senzilla de combatre la deshidratació és bevent aigua. Cal prendre petits glops amb

freqüència.

Begudes esportives: Aquestes begudes poden ajudar a reposar electrolïts perduts, especialment després de fer exercici intens.

Aliments rics en aigua: Fruïtes i verdures com el cogombre, la síndria i les taronges poden ajudar a augmentar la ingesta d'aigua.

Evitar la cafeïna i l'alcohol: Aquestes substàncies poden augmentar la deshidratació.

Per als nens

Solucions de rehidratació oral: Productes com el sèrum oral són ideals per reposar líquids i electrolïts de manera segura i efectiva.

Aigua i suc natural: Per als nens més grans, l'aigua i els suc natural diluïts són bones opcions.

Alletament (per a lactants):

Per als nadons, l'alletament és crucial per mantenir una hidratació adequada.

Petites quantitats amb freqüència: És important oferir líquids en petites quantitats amb freqüència per evitar el vòmit.

Prevenició de la deshidratació
La millor manera de tractar la deshidratació és prevenir-la:

Beure prou líquids diàriament: Assegureu-vos de beure suficient aigua durant el dia, especialment en climes calorosos o quan feu exercici.

Monitorar els signes: Estigueu atents als senyals inicials de deshidratació per poder actuar ràpidament.

Mantenir una dieta equilibrada: Una dieta rica en fruites i verdures ajuda a mantenir una bona hidratació.

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'Urpell, 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

Beneficis i propietats de la soia

Eva Remolina / amic.cat

La soia (*Glycine max*) és una planta lleguminosa originària d'Àsia Oriental, àmpliament conreada per les seves llavors, que s'utilitzen en una varietat de productes alimentaris i industrials. Pertany a la família de les Fabàcies. Les seves llavors, són una font rica en proteïnes, greixos saludables, vitamines i minerals. Els seus usos són molt diversos: des del consum directe com a llegum fins a la producció de derivats com el tofu, la llet de soia, la farina de soia i l'oli de soia. La soia també és un ingredient clau en molts aliments processats, com ara salses, snacks i productes substitutius de la carn.

Beneficis de la soia

Alta en proteïnes: La soia és una de les fonts vegetals més

riques en proteïnes, la qual cosa la converteix en una opció excel·lent per a vegetarians i vegans. La seva proteïna conté tots els aminoàcids essencials necessaris per al cos humà.

Greixos saludables: Les llavors de soia són riques en àcids grassos insaturats, especialment en àcids grassos omega-3 i omega-6, que ajuden a mantenir la salut cardiovascular.

Font de vitamines i minerals: La soia conté una gran quantitat de vitamines del grup B, especialment la B2 (riboflavina) i la B9 (àcid fòlic), així com minerals com el ferro, el calci, el magnesi i el zinc.

Ipriflavones: La soia és rica en ipriflavones, uns compostos que



actuen com a fitoestrògens i poden ajudar a reduir els símptomes de la menopausa, millorar la salut òssia i fins i tot reduir el risc de certs tipus de càncer.

Salut digestiva: Els productes fermentats de soia, com el miso i el natto, contenen probiòtics que poden millorar la salut digestiva i reforçar el sistema immunitari. A més de les llets vegetals, també hi ha altres opcions com el formatges, iogurts i altres productes elaborats específicament per a persones amb aquesta intolerància. És important llegir les etiquetes dels productes per assegurar-se que no continguin lactosa o que en continguin en quantitats mínimes.

Soledad Velasco
Terapia individual y grupal
Presencial y online

- Tomar conciencia de tus emociones
- Crecimiento personal
- Sanar las heridas pasadas
- Equilibrio emocional
- Duelos (muerte, ruptura, separación...)
- Autoestima
- Superar los miedos e inseguridades
- Ansiedad
- Gestionar los conflictos

LLÁMAME, puedo ayudarte

Carrer dels arbres 27 entl. 1ª Badalona
svelasco9857@gmail.com
@soledad_terapiagestalt • 637513916

Motor

Quan cal fer la revisió al cotxe



Motor / fundacionmapfre.org

Mantenir el cotxe en bon estat és essencial per a la seguretat i el bon funcionament del vehicle. Una part vital de l'entrenament del cotxe és la revisió periòdica. Saber quan cal fer aquestes revisions pot

estalviar temps, diners i potencialment evitar problemes més grans en el futur.

La millor guia per saber quan cal fer la revisió és el manual proporcionat pel fabricant del cotxe. Aquest manual ofereix un calendari de manteniment

específic per al teu vehicle, que pot variar segons el model, la marca i l'ús del cotxe.

Quilometratge del Vehicle:

A més del temps, el quilometratge del vehicle és un factor clau. La majoria dels fabri-

Taller de Reparacions

Badauto



Horaris: 8,30 a 13h. · 15,30 a 19h.

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

T. 93 384 11 52



cants recomanen fer revisions cada 10.000 a 15.000 quilòmetres, però això també pot variar. Si fas un ús intensiu del cotxe o viatges freqüents, pot ser que hagis de fer revisions amb més freqüència.

Condicions d'Ús: El tipus de conducció que facis també influeix en la freqüència de les revisions. Si circules principalment per carreteres urbanes, amb moltes aturades i arrancades, o si sols utilitzes el cotxe per a viatges curts, pots necessitar revisions més freqüents. En aquests casos, és possible que el cotxe estigui sotmès a un desgast més gran.

Edat del Cotxe: Com més vell sigui el cotxe, més probable és que necessiti revisions més freqüents. Els vehicles antics tenen tendència a tenir més problemes mecànics, així que assegura't de seguir un pla de manteniment regular.

Senyals de Problemes: Si notes algun signe de problema com sorolls estranys, vibracions, llums d'advertència al quadre de comandament o un funcionament anormal del cotxe, no esperis fins a la pròxima revisió. En aquests casos, és important portar el cotxe al taller immediatament per evitar problemes més grans.

Importància de les Revisions Periòdiques

Seguretat: Una revisió periòdica del cotxe garanteix que



tots els components essencials estiguin en bon estat de funcionament, el que redueix el risc d'accidents.

Fiabilitat: Les revisions regulars ajuden a evitar fallades mecàniques inesperades, evitant així avaries i inconvenients.

Eficiència del Cotxe:

Un cotxe en bon estat té un rendiment més eficient i consumeix menys combustible.

Valor del Cotxe: Mantenir un històric de revisions pot augmentar el valor de revenda del cotxe, ja que demostra que ha estat ben cuidat.

F.M.ASSESSORS, S.L. Administración de fincas de Badalona

Precisamos cubrir una plaza administrativa para gestionar un paquete de fincas

- Persona habituada a tratar con el público de forma resolutiva y dinámica - Se valorará experiencia en la gestión de propiedad horizontal

OFRECEMOS: Trabajo estable con contrato indefinido con buen ambiente de trabajo

Horario de Lunes a Viernes mediodía

Formación necesaria a cargo de la empresa - Incorporación inmediata

INTERESAD@S: Enviar CV a fmassessors@fmassessors.com

Horòscops

Facilitat Roser Bona · AMIC



Àries (Del 21/3 al 20/4)

El futur et preocupa una mica i mires com fer-ho per tenir les necessitats cobertes dels propers anys. Reps algunes visites a casa per parlar d'assumptes del teu interès.



Taure (Del 21/4 al 20/5)

Adquireixes més seguretat en tu mateix i això no està exempt d'algunes tensions. L'economia et preocupa i mires d'estalviar. Amb la parella parreu d'augmentar la família.



Bessons (Del 21/5 al 20/6)

Amb Mercuri i Venus per la Casa II pots rebre una bona notícia relacionada amb l'economia. Tens la sensació que alguna cosa se t'escapa i et poses a investigar a fons.



Cranc (Del 22/6 al 21/7)

Entra la Lluna Plena, Mercuri i Venus al teu signe, et pots sentir pletòric. Tens la sensació d'haver arribat a casa. Has assolit algun objectiu després d'un bon esforç.



Lleó (Del 22/7 al 23/8)

Si paties insomni, aquests dies pots descansar millor o com a mínim et sents més tranquil. Una persona amiga t'observa des del silenci i sembla que li has trencat el cor.



Verge (Del 24/8 al 23/9)

Mercuri i Venus per Casa XI col·laboren en una visió més positiva del futur. Hi ha la possibilitat que una amistat del passat es converteixi en una relació sentimental.



Balança (Del 24/9 al 23/10)

Tens més clar el teu futur professional i podries dissenyar un projecte en solitari. Recuperes el contacte amb una persona de la família amb qui vas deixar de parlar.



Escorpí (Del 24/10 al 22/11)

Si has de signar un contracte, llegeix-lo perquè podries acceptar obligacions de més. L'excés de vida sedentària pot portar dolors musculars i t'anirà bé fer més exercici.



Sagitari (Del 23/11 al 21/12)

Dies de fer balanç entre què t'agradaria fer i la realitat quotidiana amb les seves obligacions. Sents que necessites una escapada i, si pot ser, en bona companyia.



Capricorn (Del 22/12 al 20/1)

Moment ideal per fer més vida social. Podries generar enveges de persones malintencionades. Ser feliç serà el millor que pots fer. A la feina arriben reestructuracions.



Aquari (Del 21/1 al 19/2)

Possible tensió amb la parella perquè no teniu la mateixa manera d'invertir els diners i ho parreu. T'interesses pels teus avantpassats i fas preguntes a alguns parents.



Peixos (Del 20/2 al 20/3)

Sembla que amb la família política parreu diferents idiomes. Potser caldrà ser assertiu i deixar les coses clares. Gaudeixes d'un moment místic o d'especial sensibilitat.



Dipòsit Legal:
B 11724-2015
Núm. 323

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. Disseny: Marc Gasau · Comercial: Pilar Rigol

651 976 517 · totbadalona@gestiacomunicativa.com

Acudits



Sudoku

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

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

Dificultat: Extrema

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

Dificultat: Mitjana

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

Anuncis per paraules

VARIS

COMPRAMOS libros, juguetes, cromos, antigüedades, plumas, puros, licores, coñac, objetos religiosos. Restos pisos, casas. Pago al momento. José Miguel. 679-736-491.

VENDO televisor 32" Samsung nuevo 150 € 690 870 690

VENDO ropa niña semi-nueva tallas 3 A 6 años 690 870 690

TREBALL

BUSQUEM CUIDADORA per a persona gran, pels caps de setmana, persona catalana .

La persona a cuidar viu al centre de Badalona. Dissabte i Diumenge de 10 a 15h. i de 17 a 20h. 637 740 405

CHICA CON EXPERIENCIA busca Trabajo por horas de limpieza, cuidado personas mayores , de lunes a viernes 624 072 658

SEÑORA RESPONSABLE con experiencia y referencias se ofrece para cuidado de personas mayores interna o por horas 656 426 430 Sra, ZENI, disponibilidad inmediata

CHICA DE 35 AÑOS busca Trabajo por horas de limpieza, cuidado personas mayores y niños , noches o fines de semana con referencia 688 246 529

PERSONA HONESTA, responsable y trabajadora busca Trabajo interna (preferiblemente) o por horas 641 077 609

PERSONA HONESTA, responsable y dedicada busca trabajo cuidado adulto mayor , niños, limpieza ,por horas o interna 632 100 301 – 632 797 773

CHICA BUSCA TRABAJO de interna para cuidar personas mayores con experiencia y con buenas referencias 603 111 589

SEÑORA SE OFRECE para cuidar personas mayores , los fines de semana, interna, limpieza por horas, responsable , con buenas referencias Marlene 678 096 632

SE OFRECE CHICA Peruana de 36 años con experiencia para el cuidado de gente mayor, interina o por horas ,total disponibilidad 674 648 911

CHICA BUSCA TRABAJO interna y fines de semana cuidado personas mayores, limpieza por horas o cuidado de niños 607 826 998

CHICA BUSCA TRABAJO por horas y fines de semana de limpieza y cuidado personas mayores y niños 674 847 559

CHICA BUSCO TRABAJO de interna o por horas para limpieza ,cuidado de niños y personas mayores, con experiencia 631 929 455

CHICA BUSCA TRABAJO con experiencia cuidando personas mayores y niños y limpieza , interna o externa 611 050 906

CHICA BUSCO TRABAJO de limpieza y cuidado personas mayores por horas 602 089 060

CHICA BUSCO TRABAJO de limpieza , cuidado personas mayores y niños solo fin de semana 662 658 785

CHICA BUSCA TRABAJO cuidadora de niños , persones mayores y limpieza ,con experiencia 603 342 665

M'OFEREIXO per cuidar persones grans 626 270 553

CHICA BUSCA TRABAJO de interna o externa limpieza de pisos y casas 632 668 766

Maestro Kina

Africano médium

Auténtico vidente 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. ¡llamát

638 32 03 49

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

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**

TOT

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



La Badalona d'abans

BADALONA ►

Vista general de la platja des de la zona del carrer de Torrebadal, 1933. A la part central, l'edifici i una de les xemeneies del Cristall.

MB-Arxiu Cuyàs-
foto Germans
Sayol-1



LA FOTO DELS LECTORS ►

Sant Joan de l'any 1951: un bon grup de nois del carrer de Sant Rafael de Badalona, preparen el foc que encendran aquella nit. Tot servia per cremar, també un cove de peix.

Desconegut/Museu de Badalona. Arxiu Josep M. Cuyàs



Si voleu enviar les vostres fotos:
badalona@totbadalona.com o
WhatsApp, 651 976 517

Distribuïdors

Troba la teva
revista als
distribuïdors
oficials del TOT



RENOVACIÓ ►
Martí Pujol, 192
933 893 625

Pastisseria artesana, Bomboneria i Càtering
Ja podeu encarregar les vostres
coques per Sant Joan

Horari: de dimarts a divendres de 8:30 a 14
i de 16:30 a 20h. Dissabte de 8:30 a 14:30h.
Diumenge de 8:30 a 15 i dilluns tancat

Per què renoveu com a distribuïdors del TOT?

Volem seguir oferint aquest servei als nostres
clients.



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.



RENOVACIÓ ►
Av. President
Companyes, 57 - 61
933 84 55 54

Horari: Lu - Vi : 8:00 a 20:30
Sábado: 9:00 a 14:00

Per què renoves com a distribuïdor del TOT?

Perquè la gent ho demana i perquè dóna informació
de la ciutat.



Distribuïdors oficials

ARTIGUES

FORN DE PA FIGUERA

Crtra. de Santa Coloma, 2
93 399 02 06

BUFALA

BON ÀREA

Independència, 156
93 460 55 16

CONDIS

Independència, 186-188
93 388 65 08

FORN DE LLENYA LA RIERA

Martí Pujol, 350 - 352
93 399 62 52

CONDIS

Martí Pujol, 495-519
93 497 01 25

CAN CLARIS

EL POLLASTRE ANGLÈS

Pau Claris, 1-3
93 387 79 97

CASAGEMES

LA BOTA DE ARAGÓN

Santa Madrona, 122-123
93 389 30 80

RESIDENCIA DANAE

Santa Maria, 178-180
93 384 72 40

EL CELLER

Prim, 11 ·
93 464 31 99

LA TARTALETA

Santiago Rusinyol, 108
93 389 17 63

CENTRE

KARNS FIBLA

Arnús, 26-28
93 384 66 54

ELS DIARIS

Canonge Baranera, 98
93 389 56 47

LA BOTIQUE DEL PEIX

Canonge Baranera, 42
93 130 05 69

CUINEM

Canonge Baranera, 84
93 464 19 76

GRANJA FIMONS

Colón, 68
93 464 33 86

CALÇATS VILALTA

Francesc Layret, 24
93 389 48 61

DECORACIÓ GONZALEZ

Canonge Baranera, 27
666 755 283

FLORISTERIA MORERA

Francesc Layret, 40
93 384 26 53

PERRUQUERIA BARBANY ART

Francesc Layret, 147
93 464 11 41

MERCAT MAIGNON

Avda. Martí Pujol 70
93 483 29 24

FARMACIA BETULO

C/ Francesc Llairet 205
93 389 21 13

PRELUDI

Cadís, 4
93 464 26 77

CASAL DE GENT GRAN DEL CENTRE

Ignasi Iglesias, 38
93 389 29 48

FABRE GEMMÒLEGS

Lleó, 28 · 93 170 34 79
fabregemmolegs.cat

FRUTAS CUEVAS

Lleó, 65 · 93 464 01 79

DROGUERIA BOTER

Mar, 71 C. Baranera, 2e
93 384 54 64

FIMONS BAR

Mossen Anton, 29
93 389 11 38

SABATERIES GUBERN

Mar, 54 · 93 384 50 03

FERRETERIA PRIM

Prim, 113-117
93 384 41 51
ferreteriaprim.com

PAM I PIPA LLAMINADURES

Prim, 195 ·
93 611 14 66

FLORISTERIA

JOSEP M^a VENTURA

President Companys, 18
93 389 44 21

ADESLAS

D'en Prim 66
93 802 87 10

FLECA SANT PERE

Sant Pere, 38
659 220 589

J.CAMPS S.L.

Sta. Madrona, 45
93 118 42 32

MARGENAT

Santiago Rusinyol, 3
Martí Pujol, 131
93 389 48 20

FARMÀCIA CAIRÓ

Canonge Baranera 60
93 384 04 53
655 039 269

SPORT DREAMS WEAR

De Mar, 126
93 389 45 61

XTU CUINEM CUINA CATALANA PER EMPORTAR

Arnús 31
93 185 05 69
640 919 332

LA MODERNISTA

Maignon, 15
93 389 15 19



COLL I PUJOL

EL ESCONDRIJO

Coll i Pujol, 26
93 387 10 83

DALT LA VILA

PASTISSERIA LA VILA

Marti Pujol, 192 ·
93 389 36 25

ESTANC BENEYTO

President Companys,
57-61
93 384 55 54

FORN LAIA

Av. President
Companys, 45
93 384 53 57

FORN DIMA

President Companys 55
622 86 71 99

GORG

FARMÀCIA OLÍMPIC

Alfons XIII 127
93 387 93 50

LOTERIA SORS

Joaquim Ruyra, 1 - 3
93 387 17 97

REST. SHAN HAI CITY

M. Mont-Roig, 72-74
93 397 91 63

LA SALUT

MERCAT LA SALUT

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

CARNICERIA CHARCUTERÍA MARI LA EXTREMEÑA

Quevedo, 18 3
93 383 97 06

ABACUS

De la Concòrdia, 1
93 511 72 44

XURRERIA RODRÍGUEZ

Passeig de la Salut, 76
93 387 46 90

LLEFIA

QUEDA POLLO

Avda. St Salvador, 80-84
93 388 48 27

LLOREDA

FORN ANA I ELI

Avda. Lloreda, 55
93 603 06 15

FORN SWING

Catalunya, 39
93 460 66 70

DIETETICA SANDRA

Rambla Sant Joan, 81
93 387 28 24

FARMACIA MONGUIÓ

Rambla Sant Joan, 180
93 387 38 93

MORERA

BON AREA (MORERA)

Morera, 101
93 395 50 12

POMAR

FORN DE PA ARTESÀ

Plaça Pomar, 3
645 45 00 32

PROGRÉS

FARMÀCIA PRAT

Francesc Macià 94
93 387 06 47
607 26 72 21

FLORISTERIA S. VENTURA

Plaça Pep Ventura, 13
93 387 17 95

LA BONA PAPERERIA

Guifré, 280
93 348 45 76

CAN MIXO

Tot per la teva mascota
Roger de Flor, 82
93 388 74 57

LOTERIA MUSSOL MÀGIC

Alfons XIII, 6
640 662 756

CONDIS

Guifré, 100-108
93 464 69 89

JOIERIA LA PLANA

Guifré, 82
93 397 71 56

ALFA BADALONA CENTRE – MAR

Indústria 143 – 149 local
93 397 59 65

CONDIS

Torner, 5-7
93 461 07 70

ULTRAMARINOS MARTINA

Progres, 93
93 388 12 42

XARCUTERIA TENA

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
93 461 04 05

OPTICA & AUDIOLOGIA
UNIVERSITARIA

EN EXCLUSIVA
A ÒPTICA
UNIVERSITÀRIA



Ulleres graduades
Vidres monofocals
antireflectants o solars

opticauniversitaria.com

*Consulta'n les condicions als nostres centres o a la nostra pàgina web.

72€*

Badalona - C. del Mar, 75 - T. 93 384 85 95