

TOT
Badalona

www.totbadalona.com
Del 20/03 al 17/04 '26
Num. 2040

Joieria La Plana
us recorda que
la matinada
del dissabte 28
al diumenge 29
s'han d'avançar
els rellotges.

A les 2h. seran les 3h.

La Plana 

Joieria - Rellotgeria
C/ Guifré, 82
93 397 71 56

Benvinguda
Primavera!

Podcast **+QSaludable.**

Resol els teus dubtes i pren les millors decisions per a la teva salut.

COLESTEROL

NECESSARI, EN LA SEVA JUSTA MESURA



ESCOLTA'LI!

Compromesos amb
la vida de las personas
menarini.es

 **MENARINI**
ESPAÑA

EN BUS, A CLASSE PER UN FUTUR MILLOR

Anem amb tu



T'acompanyem a classe per aprendre coses noves cada dia i avançar cap al teu futur. Un futur molt millor per a tothom gràcies al transport públic.

Escull moure't de la forma més sostenible i segura.

Més informació:



DIREXIS
TUSGSAL

AMB Bus Metropolità



A FONTS

La Processó del Silenci arriba a la 398ena edició

Ciutat/Redacció

Badalona viurà en les properes setmanes una nova edició de la Setmana Santa, una de les celebracions més arrelades a la ciutat i que enguany pren una dimensió especial en situar-se a només dos anys de commemorar els 400 anys de la Processó de Dijous Sant. Un ampli programa d'actes omplirà els carrers i els espais religiosos amb tradició, cultura i devoció. El tret de sortida serà el diumenge 29 de març amb la 34a edició de la Moixiganga, a partir de dos quarts de deu del

vespre a la parròquia de Santa Maria de Badalona. Aquest acte, que combina expressió artística i simbolisme religiós, s'ha consolidat com un dels moments més destacats de l'inici de la Setmana Santa badalonina i any rere any suma nous seguidors.

Un programa que combina tradició i participació

Els actes continuaran el dijous 26 de març amb la benedicció del llorer, un dels rituals previs a la Setmana Santa. El Dijous Sant, 2 d'abril, serà el dia central de la celebració, amb una agenda plena

d'activitats. Al matí, a les 9 h, tindrà lloc l'ornamentació floral dels misteris, mentre que a les 17 h es farà la sortida de les imatges des de l'església per a la seva exposició. A les 17.30 h, la Capella de Sant Anastasi acollirà la recollida del Sant Sepulcre, que recorrerà diversos carrers del centre fins tornar a la parròquia. A les 19 h se celebrarà la Missa de la Cena del Senyor, preludi de la Processó.

La Processó dels Misteris, l'acte central

A les 21 h començarà la tradicional Processó dels Misteris, o del



Silenci, que enguany arriba a la seva 398a edició. Es tracta d'un dels esdeveniments més emblemàtics i multitudinaris de la Setmana Santa badalonina, amb la participació de confraries, armats i nombrosos passos processionals. El recorregut s'iniciarà a la plaça de Barberà i passarà per diversos carrers de Dalt de la Vila, com el carrer de la Costa, la plaça de la Constitució, el carrer Barcelona, el carrer Rector, Santa Bàrbara, Anselm Clavé, Mistral, Museu, Gaietà Soler, Sant Sebastià, carrer Quintana Alta i el carrer Lladó, Oli, per tornar finalment al

punt d'inici.

La Processó de Dijous Sant és una de les més antigues de Catalunya i un dels principals patrimonis culturals i religiosos de Badalona. La jornada es clourà amb la celebració de la Paraula a l'interior de la parròquia, posant punt final a un dels dies més intensos de la Setmana Santa.

[Més actes de Setmana Santa a Badalona](#)

La Setmana Santa badalonina continuarà Divendres Sant amb la tradicional Processó de Llefià, que començarà a partir de les 18 h i recorrerà els carrers del barri,

mantenint viva la celebració també fora del Centre de la ciutat. Una tradició amb arrels d'Andalusia. Finalment, el punt i final arribarà Dilluns de Pasqua amb les populars caramelles, que ompliran de música i ambient festiu els carrers de Baix a Mar durant tot el matí, posant el tancament a una Setmana Santa que un any més combina tradició, cultura i participació ciutadana. Nomès faltarà anar a comprar la Mona de Pasqua per tancar la Setmana Santa, que encara combina tradició i dies de vacances per a molts, per donar la benviguda a la primavera.

L'ICO de Badalona renova la unitat per atendre pacients



Ciutat/ Redacció

L'Institut Català d'Oncologia (ICO) de Badalona ha posat en marxa la renovada unitat per atendre pacients candidats a trasplantaments i teràpia cel·lular. Es tracta

de la Unitat de Trasplantament de Progenitors Hemopoètics i Teràpia Cel·lular que ha incorporat els "últims avenços tecnològics". L'espai ocupa 260 metres quadrats a la 13a planta de l'edifici

general de l'Hospital Universitari Germans Trias i Pujol, amb sis habitacions individuals equipades per a atendre "l'alta complexitat i garantint la seguretat als pacients immunodeprimits". La nova unitat "reforça" la capacitat del centre davant el "volum creixent de procediments en línia amb l'increment de les indicacions clíniques i el desenvolupament de noves tecnologies avançades". La posada en marxa de la nova unitat s'emmarca en l'estratègia de l'ICO de promoure una atenció "oncohematològica d'excel·lència i reforça el posicionament de Catalunya com a referent en l'àmbit del trasplantament hematopoètic i les teràpies cel·lulars avançades".

Ampliació del Municipal

Durant l'últim trimestre del 2026 les obres d'ampliació i modernització de l'Hospital Municipal en un projecte que, en una primera fase, mobilitzarà 12,5 milions d'euros i s'allargarà com a mínim dos anys. Es preveu actuar sobre gairebé 3.000 metres quadrats interiors, ampliar la superfície del centre en 855 metres quadrats i executar els treballs per etapes.



Senyalitzacions per Francesc Layret

Les obres de Francesc Layret continuen avançant i actualment es concentren en el primer tram del vial. Els treballs formen part del projecte de pacificació del carrer. Paral·lelament, durant

aquests dies també s'estan duent a terme tasques de senyalització als accessos al Centre. L'objectiu és millorar la circulació tant de vehicles com de vianants mentre duren les obres.

Nou Esclat a Badalona!

 C. Antoni Bori, 67

Descobreix les noves seccions i serveis:



Carnisseria
i carn madurada



Fruiteria
i espai fruits



Rostisseria



Fleca i taulell
de pizzes



Xarcuteria



Espai
mascotes



Peixateria amb
forn de cocció
de peix,
marisc i pop



Formatgeria
de lliure
servei



Drogueria,
perfumeria i
parafarmàcia



Basar i
parament
de la llar

Escaneja i mira tot el que t'ofereim.

T'hi esperem!



 **BonpreuEsclat**

Trambesòs fins al Port l'any 2033



Ciutat | Redacció

El projecte de transformació de l'antic recinte industrial de les Tres Xemeneies, a cavall de Sant Adrià de Besòs i Badalona, ha entrat en una fase decisiva. Ja s'han redactat els projectes urbanístics de l'entorn del Catalunya Media City, un pla director de 32 hectàrees que inclou un gran parc urbà, més

de 185.000 m² d'habitatge —el 40%, protegit— i uns 100.000 m² de sostre d'activitat econòmica. El Trambesòs es perllongarà 1,4 km, des de Sant Adrià fins al port de Badalona, amb dues noves estacions a les Tres Xemeneies i al front portuari de Badalona, l'any 2033.

Ferit amb un tret al peu

Un home va resultar ferit diumenge després de rebre un tret a Sant Roc. L'avís del succés va ser rebut a les 3 de la matinada al carrer de Huelva. La mateixa víctima va alertar que un desconegut l'havia abordat per l'esquena i li havia disparat al peu.

Cinquè mort als carrers

Badalona ha registrat una nova mort d'una persona sense llar, la cinquena en els últims dos mesos i mig. Es tracta d'un home de 60 anys, de nacionalitat espanyola, que va ser trobat dins d'un vehicle al barri de Puigfred el passat 15 de febrer.

Alerta per la presència de l'eruga processionària

Ciutat | Redacció

S'han col·locat rètols informatius a diverses zones alertant al veïnat de l'existència de processionària. Tot i que l'Ajuntament realitza els tractaments fitosanitaris als pins per prevenir aquesta plaga als espais públics, les condicions ambientals amb hiverns més càlids han afavorit un increment puntual d'aquesta plaga i per això s'alerta de



l'existència de processionària en alguns punts de Badalona,

Montgat i també de Tiana, durant les darreres setmanes.

Badalona manté els horaris de terrasses per al 2026

Ciutat/ Redacció

L'Ajuntament de Badalona ha aprovat els horaris de funcionament de les terrasses a l'espai públic per a l'any 2026, que es mantenen sense canvis significatius respecte als darrers anys. Segons la resolució, les terrasses continuaran vinculant el seu horari al del propi establiment, amb limitacions concretes segons l'època de l'any. Així, entre març i octubre, els locals podran mantenir el servei fins a la 1.00 h els divendres, dissabtes i vigílies de festiu, i fins a la mitjanit la resta de dies. A l'hivern, de novembre a febrer, els horaris es redueixen fins a les 24.00 h o les 23.30 h segons el dia. En aquests espais més singulars, especialment a la façana marítima, els caps de setmana d'estiu



es podrà allargar el servei fins a la 1.30 h, i fins i tot una hora més en dates assenyalades com les Festes de Maig o la revetlla

de Sant Joan. El muntatge de les terrasses, durant el matí, no es podrà iniciar abans de les 8.00 h en la major part de la ciutat.



LIMPIEZA A DOMICILIO

LIMPIEZA HOGAR, OFICINAS Y EMPRESAS
LIMPIEZA PROFUNDA DE TAPICERÍAS: COLCHONES, SOFÁS Y ALFOMBRAS CON LA ÚLTIMA TECNOLOGÍA INYECCIÓN / EXTRACCIÓN.

SIN TÓXICOS ECO-FRIENDLY
SEGURO PARA LOS NIÑOS SEGURO PARA LOS ANIMALES

**10%
DESCUENTO
CÓDIGO
TOT**

 **614 616 336**  **www.mataro.ecocleans.es**

L'Olímpic viu una festa amb 12.139 espectadors

Bàsquet| Redacció

L'Olímpic de Badalona va viure una festa amb la victòria de la Peña davant el FC Barcelona. 12.139 espectadors, pocs d'ells blaugranes, van gaudir d'una nova classe magistral de Ricky Rubio. El del Masnou va ser l'encarregat de dirigir en tot moment el ritme del partit, ben ajudat per Cameron Hunt en anotació i la feina d'homes com Tommic o Jabari Parker. Amb la classificació al play-off ben encaminada, el principal objectiu dels verd-i-negres és superar l'eliminàtoria



dels quarts de final de la BCL, amb un play-off al millor de tres partits que ha de

conduir l'equip a disputar la Final Four de la competició a la nostra ciutat.



Setmana de tennis a Badalona

Des del passat dilluns dia 16 i fins diumenge, se celebra una nova edició del Trofeu Anella de Catalunya, el segon més antic de Catalunya amb la 29a edició al Tennis Club Badalona. L'ITF Audax Badalona Open reuneix tenistes nacionals i internacionals, amb un premi de 30 mil euros per al guanyador. Des del club volen repetir l'èxit de repercussió de les

dues darreres edicions. Si el temps acompanya, no com va succeir l'any anterior, la final es disputarà diumenge a partir de les 11 del matí. Paral·lelament a la celebració del torneig, el Tennis Club Badalona ha organitzat diferents activitats durant la setmana, amb l'assistència de diverses escoles i instituts, una conferència, i activitats lúdiques al Village.

Comença la remodelació de les pistes d'atletisme

Dilluns 23 de març comencen les obres de reforma de les pistes d'atletisme Paco Àguila, amb una inversió de 4,5 milions. Durant la primera fase (març-setembre), els usuaris podran continuar utilitzant les instal·lacions, tot i que no hi haurà llum. Aquest

fet obligarà als esportistes a fer la seva activitat en horari diurn. A partir de setembre, les pistes quedaran tancades. Les entitats usuàries hauran de buscar alternatives per a continuar amb les seves activitats i entrenaments.



Divendres 20 de març

Exposició Forjadors de la Festa. Capgrossos, a l'ombra dels gegants, al CC Carme

Exposició: Els orígens prehistòrics de la cistelleria, al Museu

XXIX Trofeu Anella de Catalunya – ITF Audax Badalona Open Tennis 2026, fins al 22 de març, al Tennis Badalona



Ruta històrica d'Evarist Arnús. Dissabte 21 de març, a les 11h, davant de l'escola Sant Andreu

Espectacle teatralitzat i interactiu Café Cantante, a les 19h, a la Biblioteca de Sant Roc

Tribut Guns'N'Roses, a les 23:30h, al Sarau

Dissabte 21 de març Donació de sang, durant tot el dia, davant del metro del Gorg

'Tom i Jerry: aventura en el temps', a les 16h, als cinemes del Màgic

Ball de primavera, a les 18h, a la plaça de la Vila, amb l'Esbart Sant Jordi

Teatre "Culpables", a les 20h, al teatre del Círcol

Dansa, Parlem-ne, a les 20h, al teatre Margarida Xirgu

Concert The Tutsies, a les 24h, al Sarau 08911

Diumenge 22 de març

Caminada Solidària

2026, a les 9h, sortida: Anudal Industrial, Avinguda Conflent, 100

Visita guiada a la masia de Can Miravitges, durant el matí. Més informació al Museu

Dimecres 25 de març

La primavera - Nascuts per llegir, a les 17h, a la Biblioteca de Llefia

Divendres 27 de març

Teatre, Carn humana, a les 20h, al Margarida Xirgu

Concert El Último tributo, a les 23:30h, al Sarau 08911

Dissabte 28 de març

Tardeig amb Mala Vida, a les 18:30h, al Sarau 08911

Diumenge 29 de març

Moixiganga 2026, a les

21:30h, a l'església de Santa Maria

Dijous 2 d'abril

Cinema Aprop, amb la pel·lícula "Flow", a les 12h, al Círcol

Processó del Silenci, a les 21h, als carrers de Dalt de la Vila

Divendres 3 d'abril

Processó del Divendres Sant, a les 18h, pels carrers de Llefia

Dilluns 5 d'abril

Caramelles a Baix a Mar, durant el matí, pels carrers del Centre

Montgat

Diumenge 22 de març

Cicle de música Montgat Sons primavera, amb Chapman Stick, a les 12h, al parc del Tramvia

Divendres 27 de març

Exposició sobre els Capgrossos al CC Carme

Festes/ Redacció

A Badalona, els capgrossos són presents almenys des de finals del segle XIX. Tot i que avui només set capgrossos municipals continuen actius, al llarg de la història festiva de la ciutat n'han arribat a desfilar més de cinquanta. L'exposició Capgrossos, a l'ombra dels gegants, recupera la història, sovint secundària, però essencial, reunint capgrossos d'arreu del país idèntics als que havien existit a Badalona per recrear antigues comparses. La podeu visitar fins el 24 de maig.



Un dimoni per commemorar la Final Four de Bàsquet

Festes de Maig/Redacció

Aquest any la figura del Dimoni, que es plantarà a la platja dels Pescadors i es cremarà la nit del 10 de maig com a acte central de les Festes de Maig 2026, serà "El 6è jugador". Es tracta de la figura d'un dimoni que és una picada d'ullet a la tradició basquetbolista de la ciutat en un mes de maig que coincideix amb la celebració de la Final Four de la Basketball Champions League al Palau Municipal d'Esports que, del 7 al 9 de maig, acollirà 4 dels millors equips del bàsquet europeu. El disseny del Dimoni "El 6è jugador" és obra d'Àlex Prats Corbalan, guanyador del Crema'l Tu!



Ball de primavera de l'Esbart Sant Jordi

L'Esbart Sant Jordi de Badalona ha preparat per aquest dissabte 21 de març la celebració de la festa de l'arribada de la primavera. Per aquest motiu, a partir de les 18 h, la plaça de la Vila acollirà el tradicional Ball de Primavera, una proposta oberta a tota la ciutadania. L'entitat celebrarà aquesta jornada amb un acte de dansa i música d'arrel catalana pensat per retrobar-se després dels mesos d'hivern. La tarda vol ser un punt de trobada festiu amb música i bon ambient.



Premis de teatre, arriben les Guineuetes



Teatre/ Redacció

La junta directiva de l'Associació Amics del Teatre Zorrilla de Badalona ha anunciat els guardons de les Guineuetes d'enguany, que reconeixen persones i entitats que han contribuït al desenvolupament cultural i escènic de la ciutat. Els premis s'entregaran durant la Nit de les Guineuetes,

que tindrà lloc diumenge 29 de març a les sis de la tarda al Teatre Zorrilla. El reconeixement principal d'aquesta edició, la Guineueta Honorífica 2026, serà per al badaloní Juanjo Navarro Fibla, una figura amb una llarga trajectòria vinculada al teatre i a la gestió cultural. També rebrà premi, entre d'altres, Badagres.

Ja hi ha data per la Festa Medieval



Ja hi ha data per la 26a Festa Medieval de Badalona. Enguany serà just abans de Sant Jordi, els dies 18 i 19 d'abril, durant tot el dia, al voltant de la Masia de Can Banyadó i altres espais com la platja dels Pescadors. Com cada any, es farà una fira medieval.

Universitat o Formació Professional?

AMIC/Redacció

En ple procés de preinscripcions per a les etapes educatives obligatòries, amb totes les famílies pendent de puntuacions i opcions, en breu arribarà un nou discerniment per als períodes educatius superiors. Un cop acabat el batxillerat, els adolescents -també amb les famílies, donat que habitualment és un decisió de futur força col·legiada- han de triar entre la formació professional (Cicles Formatius de Grau Superior) o la universitat. Sens dubte, una opció que es viu com a definitiva però que caldria relativitzar i flexibilitzar, ja que en alguns

casos el calendari fixat no casa amb el grau de maduració del jovent. De vegades, aquesta transcendència genera molta ansietat. I, en canvi, no passa res per provar o rectificar. De manera que l'ambient familiar hauria de defugir de frases com "ha perdut un any". La trajectòria vital ben bé pot superar aquests mesos de decalaix per decidir amb més seguretat.

Un estigma a superar

Durant molts anys, la universitat ha estat vista com el camí natural del batxillerat cap a l'èxit professional, mentre que la

formació professional quedava en un segon pla. Sens dubte, un estigma que forma part de l'imaginari col·lectiu de la generació de pares i mares dels moments en els què, des de la mateixa escola, traçaven l'itinerari prematur dels bons estudiants cap al sistema de BUP i COU, i les persones que no superaven aquella EGB se'ls convidava a continuar en l'FP. Tanmateix, i, afortunadament, aquesta percepció està canviant ràpidament en un món laboral cada vegada més dinàmic i exigent, necessitat de persones amb capacitacions professionals i en oficis.

CICLES FORMATIUS · PORTES OBERTES 19 DE MAIG A LES 18h

INSTITUT EUGENI D'ORS	TORN DE MATÍ	TORN DE TARDA
 <p style="text-align: center;">ESO - BATXILLERAT</p>	<ul style="list-style-type: none"> - CFGM TÈCNIC EN CURES AUXILIARS D'INFERMERIA - CFGM TÈCNIC EN FARMÀCIA I PARAFARMÀCIA - CFGM TÈCNIC EN ATENCIÓ A LES PERSONES EN SITUACIÓ DE DEPENDÈNCIA - CFGS TÈCNIQUES D'ACTUACIÓ TEATRAL 	<ul style="list-style-type: none"> - CFGM EN CURES AUXILIARS D'INFERMERIA - CFGM EN ATENCIÓ A LES PERSONES EN SITUACIÓ DE DEPENDÈNCIA - CFGM SERVEIS EN RESTAURACIÓ - CFGS SUPERIOR EN LABORATORI CLÍNIC I BIOMÈDIC - CFGS SUPERIOR EN INTEGRACIÓ SOCIAL - CFGS SUPERIOR EN DOCUMENTACIÓ I ADMINISTRACIÓ SANITÀRIA - CFGS SUPERIOR EN ED. INFANTIL
		
<p>Av. del Maresme, 192, 08918 Badalona - Tel. 933 87 58 66</p>		



Tècnic en sistemes microinformàtics

FP|lefià

ensenyaments professionals
933 883 298 - www.fplefia.com

Iniciem el 15/04/2026

Inscripcions a partir del 13/03/2026

Generalitat de Catalunya

El Certificat professional és una titulació oficial que et pot ajudar a trobar feina, reciclar-te o completar la teva formació.

Formació modular, flexible i acumulable dins del Sistema FP-CAT

Gratis

AI

Gemini

ChatGPT

Més informació

933 883 298

SOC

Servei d'Ocupació
de Catalunya

La universitat ofereix una formació més teòrica, que permet aprofundir en un camp de coneixement i desenvolupar capacitats analítiques, crítiques i de recerca. A més, en determinades professions com la medicina, el dret o l'enginyeria, el títol universitari és imprescindible. També pot obrir portes a carreres amb més projecció internacional o amb major responsabilitat. Però, sens dubte, la quantitat de persones amb aquests perfils és finita, i actualment està sobresaturada en algunes especialitats. Mentrestant, calen persones amb rols intermitjos que la societat demana: persones formades en oficis que ara per ara no tenen relleu generacional. Hi ha una mixtura de necessitat entre les

noves professions vinculades amb la digitalització i la robotoització, i, paradoxalment, especialitats més clàssiques que el mercat reclama.

Estudiar i treballar alhora

Els cicles estan dissenyats per respondre a les necessitats reals de l'empresa, i sovint inclouen pràctiques obligatòries que faciliten la inserció laboral. Això fa que molts estudiants d'FP accedeixin al mercat de treball més ràpidament i amb una experiència valuosa sota el braç. A més, sectors com la tecnologia, la sanitat o la indústria demanden cada cop més perfils tècnics qualificats.

Un altre factor determinant és la durada i el cost. Mentre que una carrera pot allargar-se qua-

tre anys o més, molts cicles es cursen en dos anys. Això pot ser clau per a qui es vol incorporar al món laboral abans o té limitacions econòmiques.

Tanmateix, la decisió no hauria de basar-se únicament en practicisms. És fonamental tenir en compte l'interès i les habilitats. Hi ha estudiants que se senten més còmodes amb un aprenentatge pràctic i directe, mentre que d'altres prefereixen aprofundir en la teoria i la reflexió.

En qualsevol cas, com dèiem, els camins no són ni definitoris ni excloents. Avui dia, és possible començar per una formació professional després anar a la universitat. Aquesta flexibilitat permet adaptar-se millor a les circumstàncies i evolucionar al llarg de la vida.

**FENT CAMÍ
PER
APRENDRE**

**Institut
La Riera**

JORNADA DE PORTES OBERTES BATXILLERAT

VINE A CONÈIXER EL NOSTRE PROJECTE EDUCATIU

Dimecres 8 d'abril a les 17 h

Riera Canyadó, 49-51
Truca al 93 857 43 13 i reserva plaça.

**ESTREMEM
INSTAL·LACIONS!**



**ESO · BATXILLERAT · FORMACIÓ
PROFESSIONAL**

JORNADA DE PORTES OBERTES

BATXILLERAT

**dimarts 24 de març a les
17:30 h.**

**FORMACIÓ
PROFESSIONAL**

**dimecres 13 de maig a les
17:30 h.**

Cr. Torrent de la Batllòria, s/n, 08917 Badalona
Tel 933990511 · inslapineda@xtec.cat



Les mones de Pasqua, l'origen

Francesc Murgadas / AMIC

Remenant fotos antigues m'he vist amb dues mones de rotlle ficades una a cada braç, entre acovardit i feliç, el dia del diumenge de la Pasqua Florida. I m'he adonat de com ha canviat tot plegat en el mig segle llarg que separa aquell marrec en calça curta d'aquest ganàpia que us escriu mentre pensa la mona dels seus nets. Perquè aleshores, els ous que ara semblen imprescindibles per poder parlar d'una mona tradicional, només apareixien, testimonialment, en alguns rotlles de família benestant i a l'aparador

d'alguna pastisseria. Seria més endavant, mentre recuperàvem la democràcia i les tradicions catalanes, quan els rotlles dels fillols començaren a dur tants ous com anys tenia l'apadrinat. Però no avancem tant. Perquè abans, durant la postguerra i qui sap si com a herència del pla Marshall, la pastisseria pasqual va fer un gran salt endavant. Homogeneïtzant el regal del padrí amb el dels pares pels aniversaris. Apareix la que jo en dic "Mona del segle XX". Probablement inspirada en la pastisseria aristocràtica euro-

pea. El pastís cilíndric de pa de pessic folrat amb crema pastissera i, sovint, recobert pels costats d'ametlla laminada o picada. Però en els meus records de joventut apareixen també uns plomalls clavats a la cara superior, compartint espai amb cireres confitades i amagant un o dos talls horitzontals farcits de crema o xocolata. Faltava però la darrera revolució que coincidiria, per mi, amb la nostra europeïtzació. El pastís de base del "monument" pasqual s'anà reduint, fins ser un simple sòcol, mentre la figura es diver-

sificava i creixia en una nova mostra de qui era ric i qui ho intentava, monopolitzant l'ofrena del padrí en detriment de rotlles i pastissos. El darrer sotrac abans que la tradició pasqual es rendís front la factoria Disney i altres invents que allunyaren el pensament pasqual dels seus orígens, duent-ho a la simple ostentació més o menys publicitària i allunyant-ho de la rotllana comestible encimbellada de tants ous com anys tenia el receptor.

D'on venen les mones de pasqua?

Les mones de pasqua són unes postres tradicionals de la rebosteria de Setmana Santa. Encara que pot trobar-se en diverses parts de l'Estat en diferents va-

rietats i amb altres noms, és a Múrcia i en les comunitats de parla catalana (Balears, Comunitat Valenciana i Catalunya) on tenen una tradició més elevada. És costum que els padrins regalin als seus fillols la mona el diumenge després del dinar i que dilluns es reuneixin els familiars per a menjar-la tots junts. Aquesta mona, es diu, ha de contenir tants ous com anys té el nen que la rep i amb un màxim de dotze. Aquesta edat és la triada perquè tradicionalment és l'edat en què els nens es confirmen i a partir d'aquí deixa de regalar-se. En alguns llocs, és costum, a més, que els nens entonin una petita cançó si volen que se'ls regali la mona. A València, la varietat més consumida és la realitzada

amb la massa del panquemado però adornat amb ou dur, que sol trencar-se en el front d'algú. La forma habitual és la rodona, però també és freqüent veure-les en forma d'animals, concretament de tortugues, serps i cocodrils. A Catalunya i Balears, la massa és de bescuit que s'emplena de crema, xocolata o melmelada (a Menorca també és de merenga). A vegades es cobreix amb crema catalana i ametlles als costats i s'adorna amb ous de xocolata, plomes o pollets. No obstant això, és cada vegada més freqüent que íntegrament es facin de xocolata i es troben amb elles autèntiques obres de xocolata amb temàtiques sobre els personatges animats més populars del moment.

La Mona és a Fontisi

Trija la teva!

Les **més tradicionals**: fruita, mantega o mantega i xocolata, totes **farcides de melmelada**.

I els **sabors més llaminers**: nata, trufa, tot nata, nata o trufa amb **cobertura de xocolata** i decoracions d'**encenalls de xocolata o crocant d'ametlla**. I no t'oblidis de les **figures de xocolata, els pollets i les plomes tradicionals**.

Celebra la Pasqua amb Fontisi.



www.fontisi.com



FONTISI
INDUSTRIA PAS

60
ANYS DE
TRADICIÓ



La bellesa sostenible de la cosmètica vegana

Eva Remolina / AMIC

La cosmètica vegana no conté cap ingredient d'origen animal ni derivats, i per això són respectuosos amb el medi ambient, a més de ser efectius. En la seva formulació no s'hi troben substàncies com cera d'abella, mel, col·lagen animal, llet o proteïnes làcties, entre moltes d'altres.

En lloc d'aquests components, s'utilitzen alternatives d'origen vegetal o sintètic, com ara olis vegetals o mantegues naturals. Les persones defensores d'aquesta tendència insisteixen, per sobre de tot, que la seva opció la marca el compromís ètic que evita l'explotació animal i aposta per alternatives respectuoses.

La majoria de les marques veganes també treballen amb envasos reciclables, processos responsables i ingredients d'origen sostenible, en el marc d'un compromís global amb el medi.

D'entre els motius per anar cap a aquestes opcions, destaca que solen ser productes aptes per a pells sensibles.

NOVA COL·LECCIÓ!

C/ del Mar, 126
08911 Badalona
Tel: 93 369 45 61

Segueix-nos a
Instagram



@socialwv_dreams





MODA HOME



Aquesta proposta aprofita les grans propietats d'actius d'origen vegetal com l'efecte hidratant i calmant de

l'àloe vera; l'aportació d'equilibri de l'oli de jojoba i l'efecte regenerador de la rosa mosqueta. També

la mantega de karité vegetal aporta nutrició i l'extracte de te verd desemboca tot el seu poder antioxidant. Aquests ingredients ofereixen resultats eficaços sense necessitat de recórrer a derivats animals.

Per assegurar-se que un cosmètic és vegà s'ha d'identificar el segell "Vegan" en l'envàs. També és garantia consultar la llista d'ingredients com a tal (INCI) i revisar la política de la marca. La transparència és un factor clau en aquest tipus de productes.

HELLO NAILS
PEP VENTURA
BADALONA

**Les teves mans
parlen de tu**
Reserva ja el teu
moment Hello!

ESMALTAT
SEMPERMANENT
14,90€
(Pintada inclou)

☎ 610 476 784
📍 C/ Gúell i Ferrer, 81
✉ badalonapepventura@hellonails.es

HELLO NAILS

Badalona en IA

Com veu XatGTP l'arribada de la primavera a Badalona



Playlist

Aquesta setmana a la nostra secció sonara us proposem una sardana ben nostrada, gràcies a la cobla badalonina Marinada. Es tracta de la sardana "Noces d'or de Badalona" que trobareu a les plataformes. De fet, Badalona té diverses sardanes que porten o bé el nom de la ciutat o bé dedicada a l'Aplec badaloní.



El TOT d'abans

Aquesta setmana recuperem la portada, ara que anem cap al bon temps, de l'estiu de 2012. Aquell estiu, el TOT Badalona va organitzar un concurs per emportar-te la nostra re-

vista de vacances.

La portada era d'una platja on un nen pescava un dels nostres exemplars. La foto il·lustrava aquell Especial Estiu 2012. De fet, aquell concurs el varem fer diversos estius entre els nostres lectors.

Badalona en xifres

La primera notícia certa que tenim de la processó del Dijous Sant a Badalona és de l'any 1627.

Enguany se celebren 398 anys de processó del Dijous Sant.

La Processó comença quan és fosc. Cap a les nou de la nit, es realitza el Cant de la Passió a la façana principal de l'església de Santa Maria.

La Processó es va recuperar l'any 1987.

La badalonina Sílvia Soler publica el llibre "Érem tan joves"

L'escriptora de Badalona Sílvia Soler ha publicat aquest dimarts el seu nou llibre, *Érem tan joves* (Univers), una obra que pren com a punt de partida fotografies dels seus àlbums familiars per construir records, històries i reflexions personals. Durant una trobada amb periodistes, Soler ha destacat que el procés d'escriptura li ha resultat especialment estimulante perquè "una imatge



pot suggerir més de mil paraules". El llibre s'estructura a

partir de diverses fotografies que l'autora observa i descriu.

Moments

Avui compartim una imatge molt especial enviada per la Núria Cairó, una de les nostres seguidores més fidels. La Núria, que habitualment ens envia moltes fotografies, captura aquests dies d'inici de primavera la sortida de sol des de la platja de Badalona, moments que ens recorden la màgia dels

matins amb sol. Aquesta imatge que compartim amb vosaltres és un exemple perfecte de les bellesaes que ens ofereix la nostra ciutat i que els lectors del Tot Badalona ens ajuden a mostrar cada dia. Recordeu que podeu enviar-nos les imatges a les nostres xarxes socials del Tot Badalona.



El viral del @totbadalona

L'Ajuntament encarrega 28.500 samarretes per a la Final Four

Bancs deteriorats a la Rambla provoquen queixes veïnals

Els veïns del Front Marítim tornen a reclamar una reparació urgent de les fustes del Passeig marítim

Aliança Catalana es mou per presentar-se a les municipals del 2027

El Museu prepara una exposició sobre la transició democràtica a Badalona

La primavera ja és aquí. Això també es nota als carrers i places de Badalona, sobretot les que més plantes tenen. Un exemple el trobem al petit oasi dels carrers Sant Pere amb Banyoles. Un espai del Centre de Badalona on, de cop, la ciutat s'atura. Els veïns i veïnes mantenen les plantes a peu de carrer, i aquí és on la primavera també es deixa notar.





CC Montigalà amb les famílies

El centre comercial Montigalà reforça la seva aposta per les famílies amb noves iniciatives pensades per als més petits i per millorar la comunicació amb els seus visitants. El recinte ha posat en marxa recentment el Club Infantil de Monti, ha estrenat un canal de difusió a WhatsApp i continua ampliant la seva agenda amb tallers gratuïts. El Club Infantil de Monti és una de les principals novetats. Es tracta d'un espai dirigit a infants d'entre



3 i 11 anys, que es converteixen en protagonistes d'activitats, esdeveniments i tallers exclusius. A més, els socis poden participar en sortejos i accedir a una secció especial del web amb jocs per

gaudir des de casa. Les famílies poden inscriure-s'hi fàcilment a través de la pàgina web del centre. Paral·lelament, Montigalà ha estrenat el seu nou canal de WhatsApp

Qui fa anys?

Ermec, components electrònics

L'empresa Ermec, amb seu a Badalona, s'ha consolidat com un dels principals distribuïdors de components electrònics i elèctrics a Espanya i Portugal, treballant amb fabricants de primer nivell d'Europa, Amèrica del Nord i Àsia. Fundada l'any 1996 per cinc socis amb una àmplia experiència en el sector, la companyia ha experimentat un creixement sostingut al llarg de les darreres dècades. El 2006, després de deu anys de consolidació, Ermec va fer un pas endavant amb el tras-

llat a unes instal·lacions més grans a Badalona i l'obertura d'una oficina comercial a Madrid per donar resposta a la creixent demanda a la península Ibèrica. L'empresa destaca no només per la seva tasca de distribució, sinó també pel seu vessant tècnic.

Ermec col·labora activament amb departaments d'I+D+i dels seus clients, aportant coneixement i suport especialitzat en el desenvolupament de projectes. L'empresa Ermec, a més, aposta per les energies renovables.



Fet a Badalona

Dia de la Palma a Badalona

La Setmana Santa 2026 ja és a tocar. Aquesta festivitat religiosa, que per a molts és sinònim de vacances, commemora la mort i resurrecció de Jesucrist. El Diumenge de Rams és una jornada religiosa: commemora l'entrada de Jesús a Jerusalem, envoltat de palmes, rams de llorer i oliveres. Aquesta rebuda va deixar pas a una tradició que ha perdurat tot i el pas del temps: la benedicció de les palmes i palmons a les esglésies.



A Badalona, els dies previs a Diumenge de Rams és costum visitar establiments com la Cistelleria Bofill o la Canals

per poder comprar les palmes, palmons i rams de llorer als fillols. També trobareu altres decoracions per les palmes.

Nova etapa del Casal del Centre

El Casal del Centre de Badalona inicia una nova etapa amb el relleu a la presidència de l'entitat. Després de més de dues dècades al capdavant, el fins ara president, Ignasi López, ha deixat el càrrec aquest mes de gener. El nou president és Lluís Pollina, que va ser escollit el passat 27 de febrer de 2026 per liderar aquesta entitat històrica de la ciutat. El Casal, fundat el 28 de març de 1976 com a Associació de Jubilats i Pensionistes de Badalona, és un



dels espais de referència per a la gent gran. El seu primer president va ser Joaquim Aguilar, i des de llavors ha mantingut una activitat continuada al servei dels jubilats i pensionistes. Al llarg dels anys, l'entitat ha

canviat d'ubicació fins a establir-se al seu local actual al carrer Ignasi Iglesias. A més, forma part de la xarxa de casals tutelats per l'Ajuntament de Badalona. Actualment, el Casal continua organitzant tallers i activitats diverses.



Adaptar la llar a la teva zona

Llar / Redacció

La llar és molt més que un espai físic delimitat per quatre parets; és un entorn emocional, social i cultural que configura la vida quotidiana de les persones. A Badalona, aquesta idea pren una dimensió particular, marcada

per la seva ubicació geogràfica, la seva història i la seva evolució com a ciutat dins l'àrea metropolitana de Barcelona. La llar, en aquest context, no es pot entendre de manera aïllada, sinó com una extensió del barri

i de la comunitat que l'envolta. Badalona és una ciutat costanera situada al nord-est de Barcelona, amb més de 230.000 habitants, fet que la converteix en una de les ciutats més poblades de Catalunya. Aquesta densitat urbana

An advertisement for Toldos Zaballos. The main image shows a sunset over a body of water with a sailboat. The text "Gaudeix del sol a l'ombra" is written in a stylized font. Below the image, the company name "NOVELTY" is visible. To the right, there is a blue box with white text: "Presentació GRATIS", "TENDALS MOTORITZACIONS AUTOMATISMES", "TOLDOS ZABALLOS", and contact details: "Tel. 93 399 01 00", "Badalona 2009, 83 barri Badalona", "Tel. 93 392 07 30", "Bruc, 58 Sot. Colònia de Gramanet", and "www.toldoszaballos.com".



condiciona la forma de les llars, que sovint es troben en edificis plurifamiliars, especialment en barris desenvolupats durant el creixement urbanístic del segle XX. Aquest període va estar marcat per l'arribada massiva de població procedent d'altres zones d'Espanya, que buscava oportunitats laborals en la indústria. Aquest fenomen va transformar profundament la ciutat i va donar lloc a barris amb una forta identitat comunitària, on la llar sovint s'estén més enllà de l'espai privat i es projecta cap al carrer i les relacions veïnals. Des del punt de vista històric, Badalona té un origen molt antic. L'antiga Baetulo romana, fundada

informàtica a mida

Servei
a domicili

Suport informàtic personalitzat
per a particulars i petites empreses

☎ 93 855 23 02 ☎ 620 041 200

📍 Carrer 2 · 08911 Badalona
(hores convingudes)

www.amidainformatica.cat



info@obradecor.com

Guifré, 150 Badalona, Tel: 93 464 63 39
Rosselló, 356 Barcelona, Tel: 93 459 35 09

al segle I aC, constitueix un dels elements patrimonials més importants de la ciutat. Encara avui es conserven restes arqueològiques que permeten entendre com era la vida domèstica en època romana, amb habitatges organitzats al voltant de patis interiors i espais comuns. Aquesta herència històrica aporta una dimensió addicional a la idea de la llar, com a espai que evoluciona al llarg del temps però que manté la seva funció essencial de refugi i convivència. La ubicació de Badalona entre el mar Mediterrani i la Serralada de Marina influeix també en la manera d'habitar. El litoral, amb diversos quilòmetres de platges,


és un element central en la vida dels seus habitants. La proximitat al mar aporta lluminositat, ventilació natural i una relació constant amb l'exterior, factors que influeixen tant en l'arquitectura dels habitatges com en els hàbits quotidians. Al mateix temps, la presència de la muntanya ofereix espais naturals propers que complementen la vida urbana i reforcen la qualitat de vida. A nivell social, les llars de Badalona reflecteixen la diversitat cultural de la ciutat. Amb el pas del temps, s'hi han incorporat noves comunitats d'origen internacional, fet que ha enriquit el teixit social i ha introduït noves

formes d'entendre la convivència i l'organització familiar. Això es tradueix en una pluralitat de models de llar: des de famílies tradicionals fins a unitats de convivència més diverses, incloent-hi persones que comparteixen habitatge per motius econòmics o socials. Tanmateix, la realitat de la llar a Badalona també està marcada per reptes importants. L'accés a l'habitatge és una problemàtica present, especialment per als joves i col·lectius amb menys recursos. L'augment dels preus del lloguer i la pressió immobiliària dins l'àrea metropolitana fan que, per a moltes persones, la llar sigui un objectiu difícil d'assolir o de



Preparat per estar fresc el proper estiu amb tecnologia d'alta eficiència energètica i silenciosa.



**A Pecamp els oferim l'estudi que s'ajusti més al seu espai i necessitats.
Carrer de Sant Bru, 206 -08911 Badalona · info@pecamp.es  656.668.302**



**Li encanta
anar descalç
per casa i
encara no has
instal·lat parquet**

**AMB
BADAGRES
ETS MOLT+
CONFORTABLE**

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

mantenir. Aquesta situació posa de manifest la importància de les polítiques públiques d'habitatge i del paper de les administracions locals en la garantia d'aquest dret bàsic. Malgrat aquestes dificultats, el sentiment de comunitat continua sent un element clau a Badalona. Els barris mantenen una forta vida associativa, amb entitats culturals, esportives i socials que contribueixen a reforçar els vincles entre veïns. Festes populars com les Festes de Maig, amb la tradicional Cremada del Dimoni, o celebracions com Sant Joan, són moments en què la llar s'obre a l'exterior i es converteix en part d'una experiència col·lectiva. En definitiva, la llar a Badalona és un espai complex i dinàmic que reflecteix la realitat de la ciutat. No és només un lloc on viure, sinó també un espai de construcció d'identitat,

de relacions i de memòria. Entre la tradició i la modernitat, entre l'espai privat i el públic, la llar continua essent el centre de la vida de

les persones, adaptant-se als canvis socials però mantenint la seva funció essencial: oferir seguretat, pertinença i benestar.

GRIFELL
SERVICIO DE REPARACIONES S.L.

URGENCIAS 24H **93 147 70 00**
615 90 32 48

DESATASCOS DE TUBERÍAS

INUNDACIONES Y VACIADO DE FOSAS SÉPTICAS

admin@grifell.com

DECORACIÓ GONZALEZ Canonge Baranera, 27
666 755 283

Por cierre pague 1 llévase 2!
Descuentos hasta del 50% y ofertas en toda la tienda



PINTURAS
CORBACHO

El teu magatzem de pintures de confiança

ALTA DECORACIÓ - GESPA - PAPER PINTAT - EINES - PARQUET - PINTURA INDUSTRIAL

Servicio de reparto



Carrer de la Tardor, 18-20.
Badalona

Carrer del Treball, 32.
Cornellà

C/ de Nustàner, 81
Barcelona

Passeo Urutia, 102-108.
Barcelona



BigMat
Grifell

Le ayudamos en su reforma

Tienda - Exposición

Av. Marqués de Montroig, 17
(Badalona)

Almacén

C. Sta. Bàrbara, 74
(Badalona)



Fer esport a l'exterior amb garanties

Eva Remolina / AMIC/ Redacció

Amb l'arribada del bon temps, s'intensifiquen les curses a l'aire lliure. Només heu de fer una ullada a l'actualitat esportiva cada cap de setmana, amb iniciatives molt interessants que cada cop més combinen l'esport col·lectiu i les causes solitàries.

Sens dubtes, les curses a l'aire lliure

són propostes molt adequades per fer esport al teu ritme, donat que la majoria d'iniciatives ofereixen recorreguts de cinc i de deu quilòmetres, amb uns temps màxims força compatibles amb un ventall molt ampli de persones. Dinàmiques acompanyades també de curses adaptades a la canalla que representen una sana opció familiar.

A més, les ciutats del litoral, com Badalona, permeten fer un circuit planer a la vora del mar i, en alguns dels casos, també combina circuits que fan travessar el Parc de Ca l'Arnús i Can Solei.

Tanmateix, per a participar en una cursa popular cal preparar-se bé si volem gaudir-la i evitar lesions. Tant si és la teva primera cursa com si ja

en tens experiència, posem a l'abast sis consells molt bàsics que poden marcar la diferència en el sentit de gaudir de l'experiència i fer salut pel camí, i patir per un sobre esforç innecessari. També es poden modular d'acord amb l'exigència de les nostres expectatives finals; que poden ser, simplement, acabar la cursa, o fer cada cop una millor marca. Ni que sigui arrencar uns segons respecte de l'anterior.

Tenir un pla

En primer lloc, no costa res planificar l'activitat en el sentit d'establir un senzill pla d'entrenament adaptat a la distància i al teu nivell físic. Comença amb sessions curtes i augmenta gradualment la durada i





la intensitat. Ara que comença a fer bo i sembla que la pluja fa una treba, alterna dies de córrer amb dies de descans o activitats més suaus com caminar, nedar o fer bicicleta.

Un segon element que marca la diferència és cuidar l'alimentació per sentir-te una persona més lleugera i àgil. Una alimentació equilibrada és clau per tenir energia. La dieta ha d'incloure carbohidrats complexos, proteïnes i fruita i verdura. Evita menjar pesats abans d'entrenar i hidrata't bé durant tot el dia, especialment els dies previs a la cursa. Un altre hàbit interessant que evita molts maldecaps és escalfar i fer estiraments abans de la cursa, o d'entrenaments intensos.

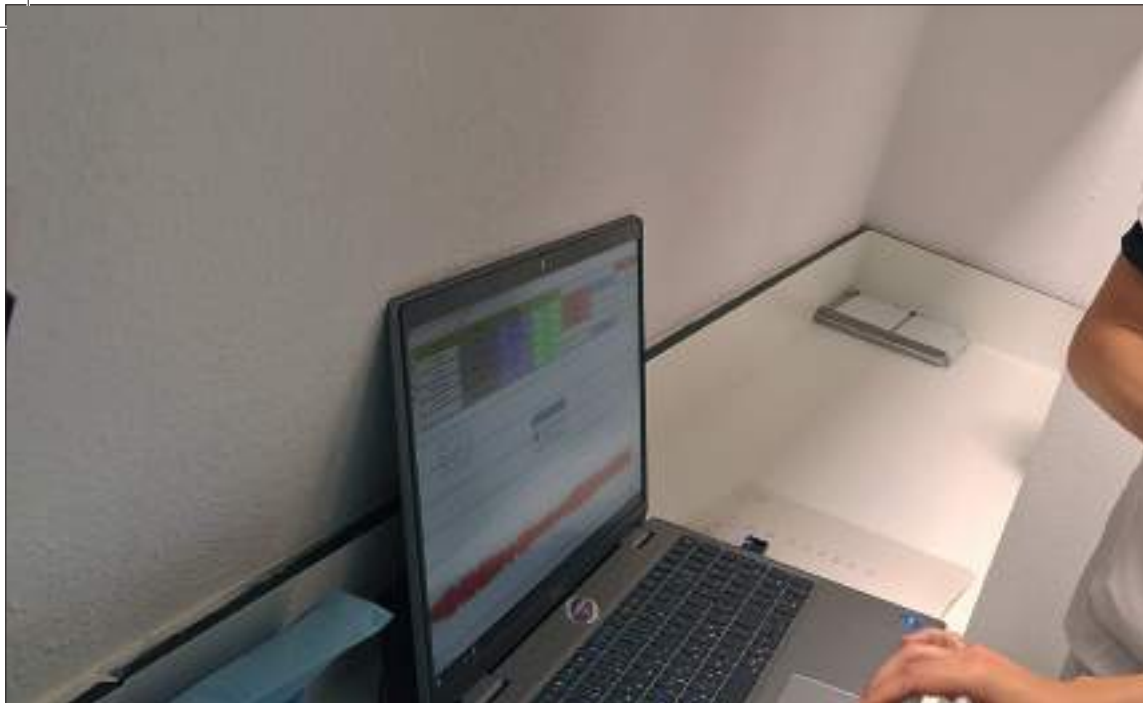
En aquest sentit, dedica uns minuts

a escalfar els músculs amb una caminada ràpida o trotar suaument. Després, fes estiraments suaus per prevenir lesions i preparar el cos per l'esforç.

Tria bé la roba

La indumentària també és un factor que pot jugar a favor o, contràriament, pot complicar la trajectòria. Per tant, la tria d'un equipament adequat és cabdal. Porta roba còmoda i transpirable i unes sabates adequades per a córrer, que evitin fregaments i donin suport al peu. Sobretot, que el calçat no s'estreni el dia de la prova. També és important portar roba adequada a la temperatura i condicions del dia. Un altre element, ja el cinquè,

perquè l'experiència sigui positiva és escoltar el teu cos. Si bé motiva "superar" les marques personals, no et forcis si et sents cansat o tens molèsties. És millor reduir el ritme o descansar un dia extra que arriscar-se a una lesió. Durant la cursa, regula la respiració i el ritme, i recorda que l'objectiu principal és gaudir i arribar fins al final. Ja hem arribat al final de la cursa, i no ens hem d'oblidar de tenir bons hàbits: encarem la recuperació. Un cop acabada la cursa, dedica uns minuts a caminar i fer estiraments. Hidrata't bé i menja algun aliment ric en nutrients per ajudar els músculs a recuperar-se. Dormir prou també és essencial per recuperar energia.



Nova àrea d'endoscòpia digestiva i respiratòria

Salut / redacció

Ha entrat en funcionament la nova àrea d'endoscòpia digestiva i respiratòria de l'Hospital Germans Trias, un espai modern i altament especialitzat que permetrà incrementar l'activitat assistencial i millorar l'atenció als pacients. La nova àrea corona l'edifici polivalent construït arran de la pandèmia de Covid, on també s'hi ubiquen, en plantes inferiors, la nova UCI i l'Hospital de

Dia polivalent, entre d'altres. Dobra la superfície actual —ubicada a la planta baixa de l'edifici general— i permet realitzar les exploracions d'endoscòpia intervencionista més punteres.

Compta amb prop d'una desena de sales d'exploracions convencionals i d'intervencionisme, sales de treball, d'acollida i de recuperació, d'admissions, de cribratge,

d'aïllament, d'espera, etc. Tot plegat, en uns espais més confortables i lluminosos per a pacients i professionals. La nova àrea d'endoscòpia digestiva i respiratòria de l'Hospital entrarà en funcionament dilluns

Es troba situada a sobre de l'edifici polivalent i permetrà fer més activitat i més procediments complexos, així com incorporar noves tècniques, consolidant l'excel·lència i el terciarisme del centre en aquest àmbit

Badalona, 20 de febrer de 2026
- Dilluns vinent, 23 de febrer, entrarà en funcionament la nova àrea d'endoscòpia digestiva i respiratòria de l'Hospital Germans Trias, un espai modern i altament especialitzat que permetrà incrementar l'activitat assistencial i millorar l'atenció als pacients.

	<p>El control del perímetre abdominal és clau per detectar riscos d'infart de miocardi.</p>	
	<p>Truca'ns. T'escolltem.</p> <p>T 937 557 005 C/ de Marina, 39 08012 Badalona</p>	



La nova àrea corona l'edifici polivalent construït arran de la pandèmia de Covid, on també s'hi ubiquen, en plantes inferiors, la nova UCI i l'Hospital de Dia polivalent, entre d'altres. Dobra la superfície actual – ubicada a la planta baixa de l'edifici general- i permet realitzar les exploracions d'endoscòpia intervencionista més punteres.

Compta amb prop d'una desena de sales d'exploracions convencionals i d'intervencionisme, sales de treball, d'acollida i de recuperació, d'admissions, de cribratge, d'aïllament, d'espera, etc. Tot plegat, en uns espais més confortables i lluminosos per a pacients i professionals.

La nova planta també està concebuda pensant amb la transformació de l'endoscòpia en les properes dues dècades, on la robotització, la intel·ligència artificial, la simulació, la realitat virtual, el diagnòstic mo-

lecular, i la fusió amb diverses tecnologies d'imatge digital seran molt presents. Un exemple de tot plegat és que la nova àrea acull el primer robot de l'Estat, i el segon d'Europa, per a fer endoscòpies respiratòries.

A més, el Ministeri de Sanitat l'ha designat com Centre, Servei i Unitat de Referència (CSUR) pel tractament endoscòpic avançat mitjançant miotomia peroral endoscòpica (POEM) en pacients adults.

CENTRE PODOLÒGIC COSPEDIA

PODÒLOGA PROPERA, HUMANA I DE CONFIANÇA A BADALONA

Atenció podològica per a persones grans, infants i famílies amb un tracte humà, exploracions clares i una cura personalitzada del peu.

Podologia general, infant, geriàtrica i esportiva. Altres tasques personalitzades. Servei d'urgències.

93 20 01 19 www.podologia.com

@cospedia ASS PEDI-30, Badalona

20% de descompte en la primera visita presentant aquest afany!

Patricia Díez
Cirurgia Podològica

Preparar la casa per al verd

AMIC/ Redacció

Quines ganes de sol i de preparar la casa per a la primavera. Sens dubte, un dels elements que marquen l'esperat canvi d'estació són les plantes. El verd natural a casa. Però, abans d'incorporar una planta a casa, és fonamental observar quina llum natural rep cada estança.

La llum és un dels factors clau per al bon desenvolupament de les plan-

tes d'interior, sovint per davant del reg o del tipus de test. Conèixer-la bé permet escollir l'espècie adequada i evitar problemes habituals com fulles grogues, creixement feble o manca de floració.

No totes les plantes tenen les mateixes necessitats. Algunes requereixen sol directe durant diverses hores al dia, especialment les que

provenen de climes càlids o zones obertes. Altres, en canvi, creixen millor amb llum indirecta o amb ombra parcial, com les espècies de sotabosc. Col·locar una planta amant del sol en un espai fosc pot afeblir-la, mentre que exposar-ne una de delicada a un excés de llum pot fer l'efecte contrari i cremar-ne les fulles.

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

ECONÓMICO
670 -232 -977



ANALITZAR LA LLUM

L'orientació de les finestres també influeix. Les finestres orientades al sud solen rebre més llum intensa, mentre que les del nord ofereixen una il·luminació més suau i constant. Les d'est i d'oest proporcionen llum directa només en determinades hores del dia. Analitzar aquests as-



pectes ajuda a decidir on situar cada planta dins la llar. Finalment, cal recordar que la llum varia segons l'estació. A l'hivern, pot ser necessari apropar les plantes a les finestres, mentre que a l'estiu convé protegir-les de l'excés de sol.

Començar amb les fàcils

Si t'inicies en el món de les plantes d'interior, triar espècies agràides és la millor manera de gaudir d'un espai verd sense complicar-te la vida i per animar-te.

Les plantes més adequades per començar destaquen per la seva

resistència, capacitat d'adaptació i un manteniment senzill que evita preocupacions. La *Zamioculcas zamiifolia*, coneguda com la "ZZ", és una aposta segura. Tolera períodes llargs sense aigua i creix amb poca llum, fet que la fa una aliada ideal per a llars amb ritmes intensos o amb poc sol. Amb un reg mensual n'hi ha prou per mantenir-la.

La sansevièria és un altre clàssic que mai falla. La forma vertical encaixa en qualsevol racó i requereix poca atenció. Suporta sequera, s'adapta a espais ombrívols i aporta un toc molt decoratiu.

Per completar la llista, el potos és una opció versàtil i senzilla de cuidar. Creix bé tan penjant com enfilant-se, tolera petites negligències i arrela amb facilitat, cosa que permet multiplicar-lo sense esforç. A més, totes tres ajuden a generar confiança en la cura vegetal gràcies al seu comportament previsible. Permeten observar l'evolució del fullatge i a regular el reg. Sens dubte, són un primer pas perfecte per descobrir el plaer de tenir natura a casa cada dia. Amb aquestes plantes, iniciar un petit oasi verd és més fàcil que mai.

Molt més que un allotjament...
 Descubreix *Badalona*

MASIA
CAN TIRANASI
 BADALONA

Una masia tradicional rehabilitada, perfecta per gaudir d'una *experiència única* a Badalona

AL BARRI DE DALT DE LA VILA, AL CENTRE DE BADALONA

cantiranas | cantiranas.com



Sostre panoràmic: avantatges i inconvenients

Eva Remolina / AMIC

El sostre panoràmic és un sostre, generalment, fet de vidre que ofereix una visió oberta al cel i cobreix una part o tota la superfície del sostre del vehicle.

Tot i aportar una conducció molt lluminosa i agradable, hi ha inconvenients que cal tenir en compte abans de decidir si optar per

instal·lar-lo al nostre cotxe, o triar-lo en el moment de canvi de model. Entre els avantatges principals trobem que aporta major lluminositat i sensació d'espai i també una experiència de conducció més agradable. Sens dubte, en segons quines vies i moments de conducció més relaxada, permet una major ventilació i un major contacte

amb l'espai exterior, especialment en escapades de natura.

En relació amb aspectes més patrimonials, augmenta el valor del cotxe donat que els vehicles equipats amb sostre panoràmic solen tenir un major valor de revenda, ja que aquesta característica és molt apreciada per moltes persones compradores en el mercat de segona mà.

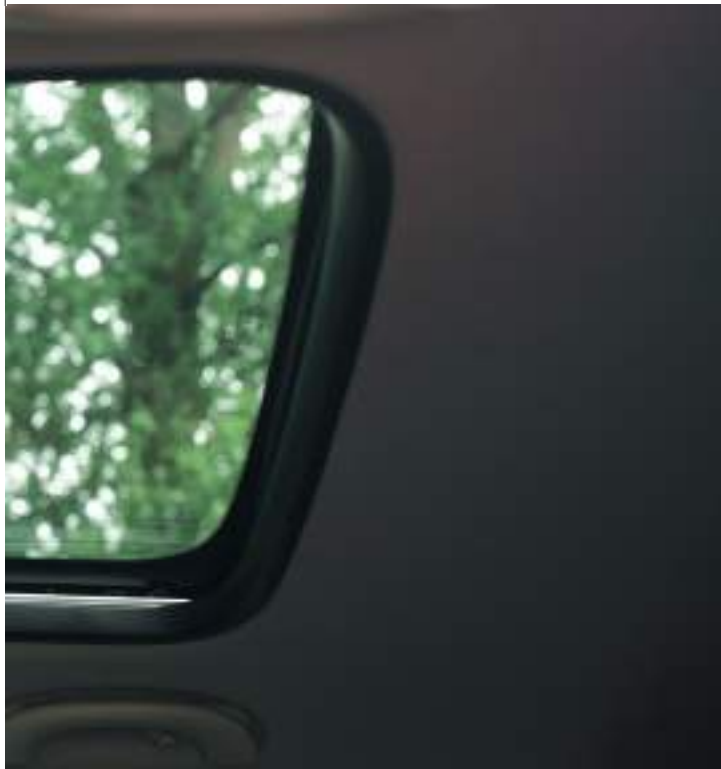
Taller de Reparacions

Badauto

Horarios: 8,30 a 13h · 15,30 a 19h.

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

T. 93 384 11 52



Arribat al punt dels inconvenients, incorporar un sostre panoràmic afegeix un cost extra en el preu inicial del cotxe i també suma un increment de pes, fet que pot afectar lleugerament el consum de combustible i el rendiment general del vehicle.

Pèrdua eficiència tèrmica

També afecta en la pèrdua d'eficiència tèrmica, especialment en dies molt calorosos que poden provocar un augment de la temperatura a l'interior del vehicle.

Els altres dos inconvenients estarien vinculats amb el manteniment. A ningú no se li escapa que aquest sostre és un risc de desperfectes perquè suma un punt de fragilitat, així com pot ser l'origen de filtracions d'aigua.

SE BUSCAN CHÓFERES

IMPRESINDIBLE CARNET C

 **GALIANO**
TRANSPORTES

 **93 555 82 99**

ENVIAR CV A: administracion@transportesgaliano.com



Àries (Del 21/3 al 20/4)
PER MOLTS ANYS! El Sol transita pel teu signe i comences una nova etapa. Darrerament, has après a integrar el teu costat idealista amb la teva part més terrenal i resolutiva.



Taure (Del 21/4 al 20/5)
El Sol es fa present a la teva Casa XII i aquest és un bon temps per atendre el teu costat més vulnerable, per millorar el descans o per apropar-te a l'espiritualitat.



Bessons (Del 21/5 al 21/6)
Finalitzada la retrogradació de Mercuri consideres que les coses ja es mouen al ritme que a tu t'agrada. Pot tenir lloc una trobada amb amistats que esperaves fa temps.



Cranc (Del 22/6 al 21/7)
Amb el Sol ja transitant per la Casa X el sector professional continua vivint un bon moment, o com a mínim, seria l'hora de fer els canvis necessaris per evolucionar.



Lleó (Del 22/7 al 23/8)
Et sents animat i no descartes competir en alguna pràctica esportiva. Si ets pare/mare has de fer un exercici extra de paciència i comprensió que es veurà recompensat.



Verge (Del 24/8 al 23/9)
Estigues pendent dels missatges en general perquè pots rebre una notícia o resolució que estàs esperant. Pots sentir una atracció per algú, però ho portaràs en secret.



Balança (Del 24/9 al 23/10)
S'activen els assumptes legals o judicials i és moment per consultar a un advocat en cas que hagis rebut un servei deficient o si tens problemes al sector laboral.



Escorpí (Del 24/10 al 22/11)
Amb el Sol a Casa V és un temps per sentir-te millor. Podries enamorar-te o començar a flirtejar amb algú que t'agrada. Si tens fills podeu fer més activitats plegats.



Sagitari (Del 23/11 al 21/12)
Amb Mart a Casa IV podries patir uns veïns pesats i hauràs de posar límits. Sents que tornes a viure una situació que et trasllada a la infantesa. Dies per a la reflexió.



Capricorn (Del 22/12 al 20/1)
Revises el passat per comprendre millor les experiències vitals. Voldries deixar la teva empremta en aquest món escrivint un llibre o amb alguna cosa que et representi.



Aquari (Del 21/1 al 19/2)
Amb el trànsit de quatre planetes per Casa III vius un període de més activitat en general, però sobretot tens idees noves i ganes d'iniciar algun projecte o activitat.



Peixos (Del 20/2 al 20/3)
El sector material és ple de moviment amb noves entrades de diners, però també sortides. Podries començar una nova dieta o canviar alguns hàbits per qüestions de salut.



Dipòsit Legal:
B 11724-2015
Núm. 2040

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@gestiocomunicativa.com

TREBALL

SEÑORA RESPONSABLE se ofrece para trabajo cuidado personas mayores de las 17h en adelante, vivo en Badalona 648 646 454

CHICA RESPONSABLE y puntual se ofrece para cuidado de niños ,mayores, hogar con documentación ,referencias 696 839 158

REFORMAS INTEGRALES: se realizan todo tipo de reformas,baños,cocinas,fontaneria,pintura,pladur, electricidad y suelo parquet precios justos y económicos presupuestos sin compromiso 641 943 612

CHICA BUSCA trabajo de limpieza o cuidado personas mayores y niños con experiencia 632 636 934

ENFERMERA EN TRÁMITE de convalidación, se ofrece como auxiliar para cuidar mayores, niños o personas con discapacidad. Disponibilidad inmediata. 613 530 141 Francielly

BUSCO TRABAJO LIMPIEZA Referencias 632 565 736

VARIS

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

ES LLOGA O TRASPASA local a La Plana 47m2 fen cantonada 93 383 28 06

COMUNICA'T AMB EL WHATSAPP DEL TOT

ENVIEU-NOS EL QUE POT SER NOTÍCIA A BADALONA.

Tel. 651 976 517



Mercat municipal



La Salut

PARADAS DISPONIBLES

Para la venta de alimentación

Inf.: 649 199 883

TINTATEC.

Venta de Cartuchos, tóner e impresoras
REPARACIÓN MÓVILES

INSERTA EL TEU CLASSIFICAT AL TOT BADALONA

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

Preu: 0,35€/paraula

Avda. Martí i Pujol, 294 - Tel: 93 464 69 14 - 640 580 474

PROPER SUPLEMENT FESTES DE MAIG



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



La boutique del peix Ribeiro

RENOVACIÓ ▶
Canonge Baranera, 42
931 300 569
Pietat 25 B
93 265 49 23

Botiga Pietat: Matins de dimarts a dissabte de 8h a 13,30h. Dimecres tarda de 17 a 20,30h

Botiga Canonge: Matins de dimarts a dissabte de 8.30h a 14h, tardes dimarts i dijous de 18h a 20,30h

 635 63 63 10

Peix de platja cada tarda.

Repartiment a domicili gratuït

Segueix-nos a  @laboutiquedelpeixriveiro

Per què continues de distribuïdor del TOT?

Per oferir un servei als clients



Margenat

RENOVACIÓ ▶
Santiago Rusiñol, 3
Martí Pujol, 231

SANTIAGO RUSIÑOL: Dilluns a divendres: 9h. 13:30h. i de 17h.-20h. Dissabte: 9h. -13:30h.

MARTÍ PUJOL: Dimarts a divendres: 9h.-13:30h. i de 16:30h.-20h. Dissabte: 9.-13:30h.

Som la tercera generació de xarcuters artesans totalment enamorats del que fem. Servei de Whatsapp al 619.806.068 i enviaments a domicili a nivell nacional. Si vols saber més sobre nosaltres pots consultar la nostra web: www.margenat.es

Per què continues de distribuïdor del TOT?

Perquè entre tots hem de cuidar la nostra ciutat i tenir una revista com el TOT Badalona és important i necessari.



Vols el TOT BADALONA al teu comerç?

Tel. 651.976.517

totbadalona@gesticomunicativa.com

LLISTAT DISTRIBUÏDORS OFICIALS

ARTIGUES

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

BUFALÀ

BON ÀREA
Independència, 156
93 460 55 16

CONDIS
Independència, 186-188
93 388 65 08

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

LA TARTELETA
Santiago Rusinyol, 108
93 389 17 63

CENTRE

KARNS BIBLA
Arnús, 26-28 - 93 384 66 54

ESTANC CANONGE
Canonge Baranera, 100
93 384 39 09

LA BOTIQUE DEL PEIX
Canonge Baranera, 42
93 130 05 69

COSTA SERRA
Baldomer Solà, 1
93 399 57 18

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
Cadis, 4 - 93 464 26 77

CASAL DE GENT GRAN DEL CENTRE
Ignasi Iglesias, 38
93 389 29 48

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

PAM I PIPA LLAMINADURES
D'en Prim, 195 - 93 611 14 66

VENTURA FLORISTES
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

LA MODERNISTA
Maignon, 15 - 93 389 15 19

FLECA SANT JORDI
Planas i Casals, 1 - 93 627 86 16

COLL I PUJOL

EL ESCONDRIJO
Coll i Pujol, 26 - 93 387 10 83

DALT LA VILA

PASTISSERIA LA VILA
Martí 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

ESTANC MARTÍ PUJOL
Av. Martí Pujol 223
689 995 164

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 CHARCUTERIA MARI LA EXTREMA
Quevedo, 18 - 93 383 97 06

XURRERIA RODRÍGUEZ
Passeig de la Salut, 76
93 387 46 90

L'ANXANETA
St. Salvador Seguí, 26
93 387 70 42

LLOREDA

FORN SWING
Catalunya, 39 - 93 460 66 70

DIETETICA SANDRA
Rambla Sant Joan, 81
93 387 28 24

MORERA

BON ÀREA (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

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
Industria 143 - 149 local
93 397 59 65

CONDIS
Torner, 5-7 - 93 461 07 70

ULTRAMARINOS MARTINA
Progres, 93 - 93 388 12 42

PIT I CUIXA
Príncep de Bergara 46
93 464 30 81

BADAFER FERRERERIA
Guifré, 110 - 93 444 26 20

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

FOTO ▶

Processó del Divendres Sant, davant de la parròquia de Sant Josep. Any 1954. Fons Museu de Badalona



FOTO ▶

Vista aèria del port i de la ciutat. 2003. Desconegut/Museu de Badalona. Al. Col. Marina Badalona.



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

MORA | CLÍNICA DENTAL ODONTOLOGIA ESPECIALIZADA



ODONTOPEDIATRÍA ESPECIALIZADA EN BADALONA

- PREVENCIÓN Y EDUCACIÓN DESDE EDADES TEMPRANAS
 - MANEJO RESPETUOSO DE LA ANSIEDAD INFANTIL
 - TRATAMIENTOS MÍNIMAMENTE INVASIVOS
- SEGUIMIENTO DEL CRECIMIENTO Y DESARROLLO MAXILOFACIAL
 - ORTOODONCIA INTERCEPTIVA

PORQUE UNA BUENA EXPERIENCIA EN LA INFANCIA MARCA LA RELACIÓN CON EL DENTISTA PARA TODA LA VIDA.

MÁSTER EN ODONTOPEDIATRÍA

FORMACIÓN UNIVERSITARIA ESPECIALIZADA EN CRECIMIENTO Y DESARROLLO INFANTIL

MORA CLINICA DENTAL - DENTISTAS ESPECIALIZADOS
INFO@DENTALMORA.COM - 669 68 22 80 - @MORA.CLINICADENTAL