

TOT

www.totbadalona.com
Del 19/05 al 02/06 '23

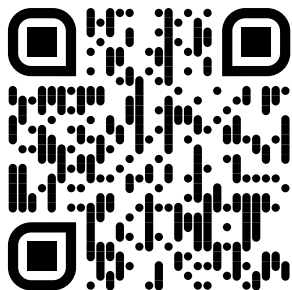
Salten les espurnes

koliaky
Happy and Healthy

**NOU CONCEPTE ARTÍSTIC I SALUDABLE
DE PROPERA OBERTURA A BADALONA**

El 29 de maig, Koliaky t'espera a la Pl. Ernest Lluch, 3 de Badalona
amb uns àpats i uns còctails provinents d'una altra dimensió.

"LA FELICITAT COMENÇA EN EL MENJAR"



Badagres us desitja unes bones

FESTES DE MAIG!



Badalona
2023

 badagres

www.badagres.com



rrutaway
Salud para llevar



DISSABTE 27 DE MAIG **Badalona Shops Open Night!**

TRANSFORMERS & TRUITES!

De 22 a 00h

2 PINTXOS DE TRUITA
+ COPA DE CAVA O REFRESC 6€



La Setmana



Les Festes de Maig enllacen amb l'inici de campanya electoral

Ciutat | Albert Sancho

El maig ja de per si és un mes convuls. La temperatura és d'entretemps, tenim l'estiu a tocar, però encara falten uns mesos per arribar-hi i ens trobem en plena primavera. A Badalona, però, el vivim encara d'una manera més boja. Si no en teníem prou amb les Festes de Maig, aquest any s'hi ha sumat la campanya de les eleccions municipals del 28M.

Unes Festes de Maig amb èxit d'afluència

Les diverses activitats durant les Festes de Maig d'enguany van tenir un gran èxit de públic. Les pluges van amenaçar en tot moment, però es van mantenir la gran majoria

d'activitats. Un dels moments que més es patia era el de la Cremada del 'Dimoni Sense Fum' que es va poder fer sense problemes. Va ser un èxit de participació amb més de 100,000 persones que van assistir a la Cremada. Un dels primers incidents que va entrar en joc en campanya va ser la quarantena de persones ferides lleus per la caiguda de guspines i un coet durant la Cremada del Dimoni. Un coet dels focs artificials va caure sobre una part del públic situat a la Rambla. A més, a causa del vent, les guspines del Dimoni que s'estava cremant van afectar de forma lleu una trentena de persones i dues palmeres de la Rambla. A banda dels concerts, la Fira de l'Arrop i la Diada Castellera

van ser algunes de les activitats amb més afluència. La Nit dels Museus va atraure prop de 4.000 persones. La pluja també va obligar a modificar algunes de les activitats, com el concert de Willio que es va haver d'anul·lar i els concerts del divendres 12 que es van haver de posposar uns minuts. El concert infantil de la companyia Roger Canals i el de l'Orkestra Canalla del dissabte també es va suspendre

Eleccions 28M

El divendres 12 de maig va començar la cursa electoral per fer-se amb l'alcaldia de Badalona. Un any més, els resultats es preveuen una incògnita. El pols entre la majoria absoluta d'Albiol i la suma de regidors entre les



altres forces per mantenir el govern actual. Encara que Albiol sigui la llista més votada, un escenari provable pel que s'ha vist en les darreres eleccions, si Albiol no obté la majoria absoluta dels 14 regidors, res fa pensar que acabi sent alcalde. Recordem que a Badalona no hi ha hagut cap majoria absoluta des de 1991, quan ho va aconseguir el socialista Joan Blanch.

Albiol declina participar en el primer debat electoral

El 16 de maig va tenir lloc el primer debat electoral, organitzat per ACN, que va ajuntar a les 6 candidatures que tenen els drets electorals: Rubén Guijarro (PSC), Dolors Sabater (Guanyem), Àlex Montornès (ERC), Ai-

da Llauredó (En Comú Podem), David Torrents (Junts) i Àlex Romero (Badalona Suma). Les diverses formacions van debatre sobre la seguretat, la modernització de l'ajuntament i els futurs pactes de govern. Des de

l'ACN van voler evidenciar la no-presència del candidat popular Xavier Garcia Albiol amb una cadira buida al centre del teatre. Des del partit es van justificar dient que va ser per "motius d'estratègia electoral".



ACN / Jordi Borràs

L'Ajuntament de Badalona ofereix a la Generalitat un solar per ubicar el futur CAP de Sant Crist



Redacció |

L'alcalde de Badalona, Rubén Guijarro, va oferir formalment, a través d'una carta al Departament de Salut, el solar ubicat entre l'avinguda dels Vents i el carrer Coll i Pujol per ubicar-hi el futur CAP de Sant Crist. A la carta insta al conseller

de Salut, Manel Balcells, que iniciï els tràmits necessaris per materialitzar aquesta demanda històrica al barri. La notícia la va destacar l'Associació de Veïns de Sant Crist de Can Cabanyes al seu compte de Twitter que va agrair a l'Ajuntament la sol·licitud formal. L'AV expli-

ca que és una forma que pot servir per accelerar el procés el màxim possible fent que els tècnics posin una data d'inici a la construcció del centre.

Desarticulada una organització criminal especialitzada en el tràfic de drogues a Santa Coloma



Redacció |

Una organització criminal especialitzada en el tràfic de drogues a diversos municipis de l'àrea metropolitana, entre els que hi havia Santa Coloma de Gramenet, ha estat desar-

ticulada aquesta setmana. La Policia Nacional ha detingut sis persones, dues de les quals han entrat a presó provisional, acusades de pertinença a banda criminal, tràfic de drogues i tinença il·lícita d'armes.

Multa econòmica de 300 euros al PP per demanar el vot abans de l'inici de la campanya electoral



La Junta Electoral va posar una multa econòmica de 300 euros al Partit Popular per demanar el vot abans de l'inici de la campanya electoral. La formació va passejar un vehicle amb el lema "Vota Albiol". La denúncia la va fer el PSC i és la primera vegada que s'imposa una multa econòmica per uns fets d'aquest tipus.



El nostre millor actiu:
les persones

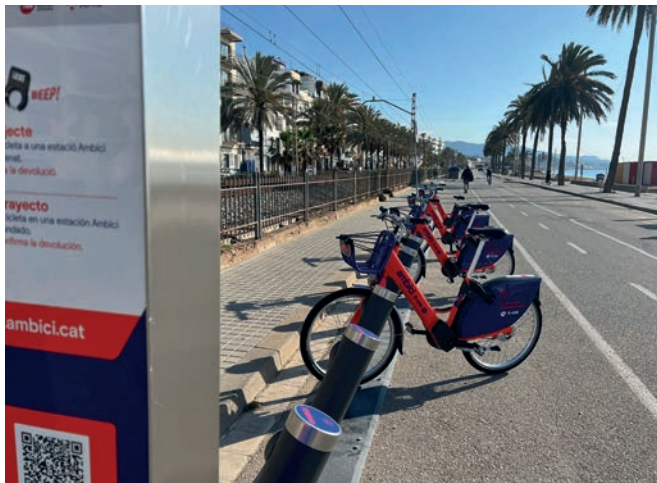
menarini.es

**Bones
FESTES
DE MAIG**

BADALONA 2023



L'AMBici comença a funcionar a Badalona



Redacció |

L'AMBici, el servei metropolità de bicicleta pública compartida, ja comença a funcionar des del dilluns 15 de maig a Badalona i Santa Coloma. La sortida ha arribat amb alguns dies de retard a causa de problemes de subministrament de bicicletes amb el proveïdor d'AMB. Actualment hi ha 9 estacions disponibles a Badalona. A partir

de la setmana del 22 de maig, s'activaran tres estacions de transferència a Santa Coloma i Sant Adrià de Besòs, que permetran als usuaris canviar de bicicleta si voleu anar a Barcelona i utilitzar el servei de Bicing de la ciutat comtal. Us podeu descarregar l'App AMBici, disponible a AppStore i Play Store, per consultar les estacions i novetats.

Es retiren les restes d'antigues edificacions a les platges

Aquesta setmana s'ha iniciat la retirada de les restes d'antigues edificacions aparegudes a la platja de Badalona ens els darrers temporals. Segons va anunciar Trena-do, els treballs duraran prop d'una setmana i ja s'han començat a les platges del Cristall i del Pont d'en Botifarreta.



Tomàs Molina nomenat casteller honorífic durant la Diada Castellera del 25è aniversari



El dissabte 14 de maig, el badaloní Tomàs Molina va ser nomenat casteller honorífic en una Diada Castellera marcada pel 25è aniversari dels Castellers de Badalona. La diada celebrada a la plaça de la Vila va comptar amb l'actuació dels Nens del Vendrell i la colla castellera Jove de Barcelona.

Badalona commemora el Dia internacional contra l'LGTBIQ-fòbia

El dimecres 17 de maig Badalona va commemorar el Dia internacional contra l'LGTBIQ-fòbia amb diverses activitats i tallers. Un recull de recomanacions sobre el tema als aparadors de les biblioteques, tallers al Badiu Jove, contes a les biblioteques i la penjada de la bandera LGTBIQ+ al balcó de l'Ajuntament van ser els actes més destacats. A més, l'exposició "Imatges per fer front a l'homofòbia, la lesbofòbia i la transfòbia" al CC Dalt la Vila estarà oberta al públic fins el 26 de maig.



El teu port urbà

La platja de la Marina
i el Port reben distinció
de Bandera Blava



Allau d'al·legacions de gent al Viver que no vol ser a una mesa electoral

Redacció |

Allau d'al·legacions de les persones que els ha tocat ser a una mesa electoral a les eleccions vinents municipals del 28 de maig. Segons han confirmat fonts municipals, aquest matí s'ha notat un increment de persones que han acudit a les oficines municipals per presentar a legacions al fet que han d'estar a les meses electorals, tant com a titular o suplents. A les oficines de l'Ajuntament de Badalona, aquest dilluns, s'han registrat cues per presentar aquestes a legacions. Les eleccions també s'han notat al CAP, on a principis de maig es van veure cues de gent que hi anava a buscar un certificat mèdic que els deslliuri de ser en una mesa electoral el 28 de maig.

Com s'escull qui va a mesa?

Els ajuntaments, sota la supervisió de les juntes electorals de zona, elegeixen les persones membres de les meses electo-



als i les persones suplents. L'elecció es fa per sorteig públic, mitjançant qualsevol procediment aleatori, entre les persones incloses a la llista d'electors de la mesa corresponent que siguin menors de 70 anys i majors de 18 anys i que sàpiguen llegir i escriure. Els majors de 65 anys poden renunciar al càrrec, sempre que ho manifestin a la junta electoral de zona que els correspongui.

La platja de la Marina obté per primera vegada el reconeixement de Bandera Blava

Redacció |

La platja de la Marina de Badalona, ubicada al costat del port de la ciutat i oberta al públic des de fa tres anys, ha obtingut per primera vegada el reconeixement de Bandera Blava que atorga l'Associació d'Educació Ambiental i del Consumidor i la Fundació per a l'Educació Ambiental (ADEAC-FEE). La platja dels Pescadors i la platja del Coco, en el

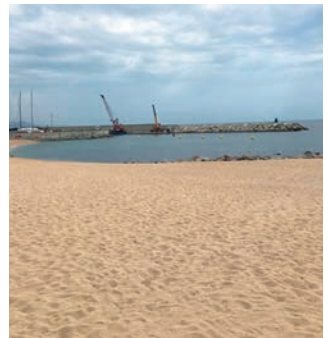
tram comprès entra aquesta platja i l'avinguda d'en Martí Pujol, també han rebut el guardó de Bandera Blava. El distintiu Bandera Blava és un reconeixement mundial que reflecteix que les platges amb aquesta bandera compleixen amb els criteris de legalitat, accessibilitat, sanitat, neteja i seguretat, així com que disposen d'informació i de gestió ambiental adequada.

Comença l'enderroc del mur de les Tres Xemeneies

Aquest mes de maig ha començat l'enderroc del mur que envolta les Tres Xemeneies. Els treballs, que arriben amb retard, s'han realitzat després del trasllat de la línia d'alta tensió que Endesa. Aquestes obres són essencials per poder fer realitat la llargament reclamada ampliació del carrer Eduard Maristany, que podria estar enllestida després de l'estiu. El pressupost de l'actuació és de gairebé un milió d'euros.

Més de 500 alumnes de dansa de tot Catalunya participen en la sisena Gala d'AEDA

El Teatre Zorrilla acull la Gala d'AEDA. Més de 500 alumnes de dansa de tot Catalunya van participar el diumenge 15 de maig a la sisena edició de la Gala, organitzada per l'Associació d'Escoles de Dansa Autoritzades de Catalunya.



CONNECTATS



CENTRE DE MAJORS
BALLESOL BARCELONA

Estades temporals i recuperacions postoperatòries

Equip assistencial expert en cures

Benestar i Qualitat de vida

Residències i apartaments per a gent gran a Barcelona

**Almogàvers | Barberà del Vallès | Fabra i Puig
Badalona | Reus**

INFORMA'T

900 24 24 25



ballesol.es



Dedicats a



perquè t'ho
mereixes

Les setmana en imatges

- 1 i 2** El Correfoc omple els carrers de Badalona de llums i colors
- 3** El Dimoni "Sense Fum" crema a la platja dels Pescadors
- 4** El copatró de Badalona, Sant Anastasi, recorre diversos carrers de la ciutat acompanyat pels balls
- 5** El carrer del Temple acull la tradicional Fira de l'Arrop



SABEM QUE ETS **CÍVIC** I **RESPONSABLE** PERQUÈ...



**REULLS
ELS MEUS
EXCREMENTS**

**EM PORTES
LLIGAT**



**M'INSCRIUS
AL CENS
MUNICIPAL
D'ANIMALS DE
COMPANYIA**

**TIRES AIGUA
AL MEU PIPÍ**

**M'HAS
POSAT
EL XIP**



M'ESTERILITZES



I **SI NO HO FAS,** HAS DE SABER QUE...

Les **sancions** poden anar **dels 60 als 900 €** d'acord amb la normativa vigent

Esports

Permanència assegurada

Bàsquet | Ferran Pursals

En el darrer partit de la temporada, el Badalona Futur va ser molt millor que el Deportivo Aragón. Van guanyar per 2 a 0 i això fa que l'equip aragonès hagi de jugar una promoció per evitar el descens de categoria. Des del primer minut, el Badalona ja es va avançar amb un gol de Peke Polo, que es va quedar sol davant del porter visitant i no va fallar. Aquest gol va donar molta confiança a l'equip d'Oriol Alsina, que va controlar el partit en tot moment, impedit que l'Aragón s'apropés amb perill a la porteria de l'Àlex Sánchez. El segon gol dels locals ha estat més a prop en tot moment que l'empat del filial del Saragossa. A la segona part, el Badalona va



mantenir la mateixa dinàmica i intensitat i va marcar un segon gol, fet per Albert Torras, que va sentenciar el partit. Amb aquests tres punts, els escapu-

lats han quedat en vuitè lloc de la classificació amb 47 punts, a un pas de poder jugar la propera edició de la Copa del Rei. I, per descomptat, salvats.

Toca somiar a Kaunas

Recentment, la Peña Júnior ha guanyat el Campionat d'Espanya i ho ha contra el Real Madrid. Ara, els jugadors dirigits per David Jimeno afronten un gran repte: guanyar el títol europeu màxim en aquesta categoria, l'Eurolliga Júnior. El primer partit de la Peña serà contra l'U18 Next Generation Select Team, un equip format pels millors jugadors dels equips organitzadors de les competicions prèvies. A continuació, jugaran contra l'equip local, el Zalgiris Kaunas, i tancaran la fase de grups enfrontant-se al Mega MIS Belgrade. Només l'equip que quedi en primer lloc d'aquests quatre



passarà a la final, que es jugarà diumenge 21 de maig a les 12.30h. El rival en la final serà el guanyador del Grup

A, que està format per equips com el FC Barcelona, el Real Madrid, el Panathinaikos i l'Estrella Roja.



Mosquit Tigre

La prevenció és el millor mètode per al control d'aquest mosquit

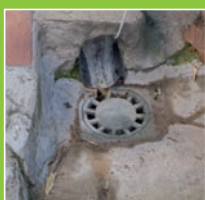
Sense punts d'aigua acumulada, no hi ha mosquits
Sense mosquits, no hi ha dengue, chikungunya ni zika

Com podem evitar-ho?



Buida'ls dos cops per setmana o posa'ls cap per avall

Buida'ls dos cops per setmana o tapa'ls amb tela mosquitera espessa



Evita les acumulacions d'aigua



Unitat de Protecció de la Salut / T. 93 483 27 78 / protecciosalut@badalona.cat



Ajuntament de Badalona

www.badalona.cat

Agenda



Diada Castellera del 25è aniversari de la Colla Micaco

Plaça de la Vila (18h)

DIVENDRES 19 DE MAIG

Gòspel Sentits, concert del 20è aniversari al Teatre Zorrilla (20h)

Happy Food Trucks. Fins el diumenge 21 de maig a la Plaça de Pompeu Fabra. Divendres 19 de maig: 18 h / CONCERT DJ i 22.30 h / De Mortimers (Karaoke Show). Dissabte 20 de maig: 12 h / Activitat familiar, 20 h / El Ventilador i 22.30 h / VHS. Vintage Hit Songs. Diumenge 21 de maig: 12 h / Activitat familiar, 18 h / DeeJay Torres

i 20.30 h / Alma de Boquerón (Rumba).

DISSABTE 20 DE MAIG

Orquestra de Cambra del Conservatori de Badalona al Teatre Zorrilla (20h)

Diada Castellera del 25è aniversari dels Castellers de Badalona a la plaça de la Vila (18h)

Màgic Maig al Centre Comercial del Màgic Badalona (17:30h)

DIUMENGE 21 DE MAIG

Cursa Popular Ciutat de Badalona. La Cursa del Dimoni al Passeig de la Rambla (9:15h). Preu: 2 € el circuit verd (1,7 km) i taronja (inclusiu) 5 € el circuit vermell (10 km) i blau (5 km).

DIUMENGE 23 DE MAIG

"De tants dits" IX Cicle de poesia a l'Espai Betúlia (19h)

"Elegies de Bierville", de Carles Riba. Per Susanna Rafart (19h)



TANATORI DE **BADALONA**

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

Atenció 24h.
93 497 0 497
Tanatori de Badalona



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

Barcelonès, Maresme i Baix Llobregat

Oficina del Centre
93 807 36 45

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

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



Opinió

FA 50 ANYS ERA NOTICIA ►

Cremàvem el Dimoni dels presos polítics

La Cremada del Dimoni sempre és un moment de crítica social i, ara fa 5 anys, l'actualitat política del moment va marcar clarament el dimoni d'aquell any. L'opció guanyadora del concurs va ser la del dibuixant publicitari badaloní Antonio Amador 'El Dimoni que va cridar llibertat', que reivindica l'alliberament dels presos polítics independentistes. El dimoni apareixia empresonat en una cel·la, amb el número 155 i el



cadenat de la cel·la era l'estel de la bandera estelada. El dimoni va tenir una vigilància extra, respecte a d'altres anys. De fet, va ser custodiat durant les 24 hores del dia per agents de la Guàrdia Urbana,

i no només durant les hores nocturnes, com era l'habitual. Per primera vegada, la tria del disseny guanyador es va obrir a la participació ciutadana, dels 772 participants, 331 van escollir el disseny d'Amador.



placetadelsol • (Jesús Crespo)

#TOTBADALONA A INSTAGRAM ►

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

@areagossosbdn:

Los colectivos animalistas de #Badalona reclamamos la puesta en marcha de la playa canina y un horario de usos de la playa de 22'00h a 8'00h.

@Carlooshidaalgo:

Ahir a Badalona vam viure la nostra màxima expressió cultural: la cremada del dimoni. Som les nostres festes; la cultura ens vertebra en conjunt i particularment, el poble es nodreix de les seves tradicions. Visca les festes de maig! Visca Badalona! Visca la cultura del poble!



VOTA



El 28 de maig

**Defensa
el que penses.
Vota el que
penses. / ♥**

Rubén Guijarro
Alcalde de Badalona

EL PERSONATGE ►

Mor la badalonina Remei Oliva, una de les últimes mares de la Maternitat d'Elna

Remei Oliva, una de les últimes supervivents de la Maternitat d'Elna, va morir el 12 de maig als 104 anys. Nascuda a Badalona, Oliva hi va arribar des del camp d'Argelers, i va tenir el seu primer fill al centre creat per Elisabeth Eidenbenz, el qual va ajudar a donar a llum 597 fills de dones empresonades en camps de concentració. Va sobreviure durant més d'un any als camps de concentració d'Argelers i Sant Cebrià. El testimoni de Remei Oliva sobre la maternitat va quedar recollit al llibre "La noia de la capsa de fills. Memòries d'un exili no desitjat", que va ser editat pel Memorial Democràtic. Amb 20 anys va haver de deixar casa seva (Badalona) per fugir cap a la Catalunya del Nord l'hivern del 1939. El novembre de 2021, l'Associació Cultural Alcalde Xifré li va preparar un bonic



homenatge a Badalona, amb un dinar de germanor al Cor de Marina i la projecció d'una pel·lícula, actes previs a la presentació de les memòries de la supervivent als camps de treball francesos. 'La noia de la capsa de fills' és la versió catalana de la seva trajectòria

vital, una trama que ressegueix l'exili de la modista badalonina als camps d'Argelers i Sant Cebrià. El llibre també explica el naixement del seu primer fill (Rubén) a la Maternitat Suïssa d'Elna i la difícil integració en una França immersa en plena Segona Guerra Mundial.

TOT Tot Badalona
Publicado por Albert Sancho · 16 de juny · 100%
Entrevista en exclusiva del TOT a @juanmagan abans del seu concert d'aquesta nit a Badalona
📍 Al rebre la Venus he plorat; encara que els altres no ho han notat"
📍 "Quan vinc a Badalona m'agrada anar a un barber de Sant Roc i al frangit del carrer de Mar i al del Pavelló Olímpic"



HO HEM VIST AL FACEBOOK DEL TOT ►

Samu Gines:

Al que no li agrada que no hi vagi i llestos!

Javi Montesino:

Nos representa este y Jorge Javier, vaya ejemplo

Montse Suárez:

Grande Juan Magán!!



Aïda Llauradó
Alcaldessa

La Badalona **que suma**

Badalona
En Comú
Podem

Juan Magán: "Em sento orgullós de poder abanderar Badalona al voltant del món"

Entrevista | Redacció

Magán és un artista badaloní d'èxit internacional, ha estat nominat sis vegades al Latin Grammy, i sis més als Latin Music Awards de Billboard, entre d'altres. Enguany ha tornat a Badalona just 10 anys després del seu primer concert a la ciutat per oferir un espectacle durant la Nit de la Cremada del Dimoni. L'artista més mediàtic de la ciutat actuarà al passeig Marítim, un marc incomparable en una nit ben especial. Hores abans del concert, va rebre en mans de l'alcalde Rubén Guijarro la Venus de Badalona. Des del TOT Badalona vam poder aprofitar per parlar amb ell perquè ens expliqués la seva relació amb la ciutat i com encarava el concert d'aquella nit màgica en la qual va acabar aglutinant més de 50.000 persones.

Què sents al rebre de la teva ciutat la Venus de Badalona?

Sento molt orgull d'haver nascut i crescut aquí. He pogut abanderar Badalona al voltant del món i em sento orgullós d'haver-ho fet de cor, sense perseguir cap mena de reconeixement. Jo sentia realment que portava la meva ciutat a tots llocs i quan m'han donat la Venus m'han entrat ganes de plorar. Bé, realment he plorat, però no s'han notat gaire.

El primer concert de Juan Magán amb entrada gratuïta. Com encares el concert d'avui a Badalona?

Serà brutal. Jo em considero



un DJ, interpreto les meves cançons. Els DJ's transmetem energia positiva, volem que la gent ho passi bé. Després d'aquell concert, ara fa 10 anys, sé que molta gent estava esperant que tornés. Crec que serà apoteòsic. Estic boig per fer-ho. A més, el que ha fet l'Ajuntament és increïble. No sols perquè hagi pogut venir jo, sinó també pels equips tècnics i tot el que s'ha de fer perquè això succeeixi i que pugui gaudir el poble de forma gratuïta. Es donen totes les circumstàncies i tots els ingredients perquè això d'avui sigui una festa per a recordar sempre.

Quins llocs visites quan vens a Badalona?

Sempre vaig a un barber que està al barri de Sant Roc i després quan surto intento anar mig d'amagat al Frankfurt del carrer de Mar o al que hi ha al costat del Pavelló Olímpic. Després, abans d'anar-me'n, pujo amb el cotxe per Coll i Pujol, fins a Àngel Guimerà, per

a veure el meu carrer i el meu barri i marxo. Moltes vegades ni baixo del cotxe. Avui en dia ja gairebé no conec gent aquí, els meus amics van anar a viure a altres llocs. Igualment, m'agrada fer sempre aquest petit recorregut per recordar coses.

Quina diferència hi ha entre el Juan Magán d'avui i el de fa 10 anys, quan vas fer el teu primer concert a Badalona?

Soc una persona més madura que veu la vida d'una altra manera i que fa les coses d'una forma més adulta. Però, d'altra banda, crec que l'energia és la mateixa, no he canviat. Soc una persona molt positiva, amb molta energia. Tinc ganes de fer coses cada dia i aquesta actitud no canvia mai. Aquesta és la meva actitud davant la vida i quan em poso en un escenari es nota. Artísticament ningú notarà canvis, perquè continuo sent la mateixa persona.

Pots contactar amb **Dolors Sabater** mitjançant el seu whatsapp  **623 124 457**



Dolors Sabater

Il·lusió, transformació i present

www.dolorssabater.cat  [@mariadolosa](https://twitter.com/mariadolosa)  [@mdolorssabater](https://www.instagram.com/mdolorssabater)  [@dolorssabater](https://www.facebook.com/dolorssabater)  [dolorssabater](https://www.linkedin.com/company/dolorssabater)



GuanyemBadalona

Cultura

Última representació de "Per un instant" a El Círcol

Teatre | Redacció

El dissabte 20 de maig a les 17h, la Xirriquiteula i La Tresca i la Verdesca actuaran al Teatre d'El Círcol amb el seu espectacle "Per un instant". Les dues companyies estan dedicades als espectacles familiars de la ciutat de Badalona i feia molt de temps que s'anaven fent l'ullet, en les seves trobades parlaven i s'entien. L'admiració, el respecte i sobretot l'amistat han fet que s'ajuntessin per preparar aquest espectacle. Per un instant s'han agafat de la mà, i han fet un saltet cap endavant.



"Hoy puede ser mi gran noche" al Teatre Margarida Xirgu



Concert del 20è aniversari de Gòspel Sentits



Música | Redacció

El divendres 19 de maig a les 20h, la formació badaloni- na Gòspel Sentits celebra el seu 20è aniversari al Zorrilla amb un espectacle musical que recorrerà les seves dues dècades d'història mentre animarà el públic perquè

gaudeixi, s'emocioni i participi a la festa. Una gran festa per gaudir de la música gòspel en què es combinaran versions actuals d'espirituals negres amb gòspel tradicional i contemporani, amb algunes incursions, també, en el món del swing, el soul i el rock.

Redacció |

El 27 de maig a les 21h, el Teatre Margarida Xirgu acollirà "Hoy puede ser mi gran noche". Una festa teatral, una peça còmica i musical, que explica la fascinant història d'un cantant d'orquestra a la Galícia dels anys 90 i les seves filles, que aspiren a ser com el seu pare. Les directores i dramaturgues Noemí Rodríguez i Andrea Jiménez han creat un espectacle hilarant carregat d'exotisme i situat en la fina línia que separa el teatre de la vida i la ficció de la realitat. Una apassionant aventura per intentar desentnyar el temps en què vivim.



Dipòsit Legal:
B 11724-2015
Núm.299

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

651 976 517 · comercial@totbadalona.com

David Torrents

Candidat a
l'alcaldia de
Badalona



Per Badalona

M'HI DEIXO
LA PELL

junts
Badalona

juntspercatbadalona.cat

Tendències

Saps com prevenir les varius?

Et presentem deu claus per a cuidar de tu i de la teva circulació

bellezaactiva.com - amic.cat

Tornem amb la dita "la primavera la sang altera", perquè els canvis de temperatura que ens porta l'estació poden tenir un efecte directe en la nostra circulació. Per a les persones que ja pateixen aquests problemes circulatòris, l'impacte de la pujada de la temperatura i la humitat de la primavera és major i aquestes patologies poden agreujar-se. A les portes de l'estiu volem parlar de com prevenir les varius, una inflamació de les venes que és molt més comuna del que creus.



Prevenir les varius

La importància de cuidar la circulació

Si pensem en les varius i

en problemes de circulació el més probable és que t'aparegui en la teva ment la imatge d'alguna persona

gran, la teva mare o el teu avi, explicant-te per què li costa caminar i per què se li inflen les cames i els peus.

INSTITUT EUGENI D'ORS



Av. del Maresme, 192, 08918 Badalona - Tel. 933 87 58 66

A portrait of Alex Montornès, a man with short brown hair, wearing a dark blue suit jacket over a white collared shirt. He is standing with his arms crossed against a bright yellow background.

**FEM
FUNCIONAR
BADALONA**

ALEX
MONTORNÈS
Candidat a l'alcaldia de Badalona



**ESQUERRA
REPUBLICANA**
Badalona



No obstant això, aquesta imatge mental ens fa pensar que si no som grans, no tenim per què preocupar-nos per la circulació. I estem equivocats. Sempre és fonamental preocupar-nos per aquest tema i per les afeccions que provoca, com a coàguls, edemes, flebitis, hemorroides, cel·lulitis i varius. I avui

ens centrem en aquestes últimes: perquè les veiem i no ens agrada que decorin la nostra pell; però deixant a una banda el factor estètic, les varius reflecteixen una mala circulació. Un de cada quatre adults té varius a les cames, i en el cas de les aranyes vasculars la presència és fins i tot major. Per què

sorgeixen? Encara que els factors genètics i hormonals són claus, el sedentarisme i la mala alimentació tenen un paper molt destacable en l'augment de les varius i el seu agreujament.

Decàleg per a cuidar-nos per dins i per fora
Així que... sí que podem fer

¿Tienes una boda, graduación, comunión o una celebración?

Ven a Vernos

Tel. 93 398 63 75
Guifré, 207 Badalona

Lionne

LIQUIDACIÓN TOTAL
POR JUBILACIÓN

	ANTES	AHORA
VESTIDO NOVIA	900€	99,99€
Gran Cantidad de vestidos desde 29.95€		

molt per a prevenir les varius, sobretot en aquesta estació en què la falta d'hidratació i les altes temperatures alteren la nostra circulació sanguínia.

1. Hidrata't. Beure dos litres al dia és un hàbit increïblement eficaç per a mantenir el nostre organisme en un estat saludable.

2. Dieta equilibrada rica en fibres, fruites i verdures i evita els greixos. Treu-li tot el partit als ingredients amb propietats diürètiques, drenants i depuratives, com el julivert, els espàrrecs, el fonoll, les carxofes o el carbassó, que ens ajuden a prevenir la retenció de líquids. Expulsa de la teva rutina alimentària les begudes gasoses, edulco-

rades i alcohòliques.

3. Porta roba fluida i de teixits transpirables. Descarta del teu armari les peces ajustades.

4. Gens de tabac, que ja sabem que no és saludable per a cap àmbit de la nostra salut.

5. Aixeca't de la cadira cada cert temps a l'oficina, per a no romandre en la mateixa posició durant massa hores.

6. Utilitza un calçat adequat, que tingui com a mínim 2 centímetres de sola, però que no excedeixi els 5 cm si és un taló.

7. Consulta sempre amb un professional de ginecologia abans de prendre anticonceptius orals, ja que poden

agreujar la retenció de líquids.

8. Sí a l'esport i converteix-lo en un indispensable en la teva vida. No fa falta que corris, tria la modalitat que més t'agradi i gaudeix del bon temps per a descobrir esports dinàmics que t'obrin nous universos. No hi ha excusa! Algun esport t'ha d'agradar! Ja veuràs com és un gran company.

9. Aposta per la nutricosmètica: incorpora complements alimentaris que t'ofereixin un plus en el repte d'enfortir una bona rutina.

10. Protegeix-te del sol i busca ombres per a resguardar-te de la radiació directa: una exposició solar prolongada és perjudicial per a la circulació sanguínia.

INSTITUT EUGENI D'ORS

CICLES FORMATIUS



Eugeni d'Ors
ESO - BATXILLERAT

TORN DE MATÍ

TORN DE TARDA

- 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

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

PREINSCRIPCIÓ

Cicles formatius de Grau Superior: del 26 de maig a l'1 de juny



Av. del Maresme, 192, 08918 Badalona - Tel. 933 87 58 66

Motor

Què has de fer quan circules per un tram d'obres



circulaseguro.com - amic.cat

Quan se circula per un tram d'obres s'ha d'extremar la precaució i les normes o mesures que abans eren d'obligat compliment, deixen de ser-ho per a passar a tenir prioritats aquelles que figuren en la nova senyalització, ja sigui a través d'un agent de circulació, amb nous senyals pintats en la calçada o amb senyals verticals. Enumerem, a continuació, què has de fer quan circules per un tram d'obres per a garantir la teva seguretat i la de la

resta d'usuaris, inclosa la del personal que està treballant en carretera.

En primer lloc, has d'estar especialment atent a la senyalització. Els panells d'informació variables solen avisar amb antelació que ens trobem pròxims a un tram d'obres. A més, visualitzarem senyals verticals i horitzontals amb fons groc, que ens alertaran de les obres, i comptaran amb balises lluminoses.

Quan t'aproximis a una zona d'obres, has de reduir la velocitat i incrementar la

distància de seguretat respecte al vehicle que et precedeix, així com la distància lateral respecte als operaris i vehicles de manteniment.

Compleix en tot moment amb les normes de circulació. En general, en aquests trams se solen prohibir els avançaments, se solen establir nous carrils, i pot ser obligatori l'ús de la llum d'encreuament.

Sempre s'han de seguir les instruccions donades pel personal allí present, siguin agents policials o personal de les obres.

Quedar-se adormit al volant: un risc real d'accidents



Consumer/eroski.com - amic.cat

Sentir cansament i somnolència quan conduïm és més freqüent del que pensem i, a més, un risc real. Segons la DGT, el somni durant la conducció és la causa de fins al 30% dels accidents de cotxe al nostre país. Com podem prevenir aquesta situació?

Entre els múltiples factors que afavoreixen el somni, destaquen quatre: la monotonia (una carretera recta, en silenci...); les hores prèvies de vigília (el temps que portem desperts abans d'iniciar el viatge influeix

en el cansament i el somni durant el trajecte); dormir malament o prendre uns certs medicaments (no descansar prou a casa o prendre fàrmacs amb efecte sedant); i el moment del dia (els moments crítics són les matinades i les tardes).

Per evitar adormir-se al volant, el primer consell és evident: abans d'asseure's a conduir és fonamental haver dormit bé i estar descansats.

En tots els casos, els següents consells et poden servir:

Si sents una mica de somnolència, para i descansa. És

preferible perdre uns minuts que perdre el control del vehicle i sofrir un accident.

Evita, si pots, les hores crítiques (de matinada i havent dinat) i para sempre cada 2 hores o 200 quilòmetres.

Ventila el cotxe. Renovar l'aire sempre ajuda a mantenir la vigília.

No et relaxis al volant. Cuida la posició del cos en el seient i evita la música suau en els moments més crítics.

Evita els menjars previs massa copiosos i no consumeixis alcohol.

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



Gastronomia

Humus: un aliment ple de proteïnes, ideal per a vegans



Eva Remolina - amic.cat

L'humus és una pasta vegetal suau i cremosa originària d'Orient Mitjà, que s'elabora a partir de cigrons cuits, pasta de tahini (llavors de sèsam), oli d'oliva, all i suc de llimona. A més, pot incloure altres ingredients, com a comí, pebre roig, coriandre, julivert, entre altres, per a agregar més sabor i aroma.

Orígens:

L'humus és un dels aliments més antics del món i es creu que té les seves arrels en l'antic Egipte, fa uns set mil anys. Des d'allí, es va estendre a través de tot el Mitjà Orient i el Mediterrani. En el passat, l'humus es consumia principalment als països d'Orient Mi-

tjà, però avui dia és un aliment popular a tot el món.

Usos:

L'humus s'utilitza com dip, untable i també com a ingredient en una varietat de plats. Es pot servir com a aperitiu o acompanyament en un sopar, en entrepans, en amandades o com a part d'una taula d'aperitiu. És una opció saludable per a menjar entre els diferents àpats perquè és baix en calories i ric en nutrients.

Beneficis:

Els cigrons que es fan servir per a fer l'humus són una bona font de proteïnes, fibra i carbohidrats complexos, cosa que significa que són una bona font d'energia. La pasta de

tahini, que també és un ingredient clau en l'humus, conté greixos saludables i minerals essencials com el calci i el ferro. L'all i el suc de llimona, que s'usen per a donar sabor a l'humus, tenen propietats antioxidants i antiinflamàtoies que poden ser beneficioses per a la salut.

A més, l'humus és una opció ideal per a persones que segueixen una dieta vegana o vegetariana, ja que proporciona proteïnes i altres nutrients importants que sovint es troben en aliments d'origen animal. També és una bona opció per a persones que tenen al·lèrgies alimentàries, pel fet que no conté glúten ni lactosa.

Recepta: Patates "A la Riojana"

Eva Remolina - amic.cat

Ingredients:

4 patates grans, 200 grams de xoriço picant, 1 ceba gran, 2 grans d'all, 1 pebrot vermell, 1 cullerada de pebre roig dolç, 1/2 culleradeta de pebre roig picant (opcional), 1 fulla de llorer
1 litre de brou de carn o verdures, Oli d'oliva verge extra, Sal al gust, Julivert picat per a decorar

Elaboració:

Pelar les patates i tallar-les en trossos mitjans. Reservar. En una cassola gran, escalfar un parell de cullerades d'oli d'oliva a foc mitjà. Agregar el xoriço tallat en rodanxes i sofregir durant uns minuts fins que deixi anar el seu greix i estigui lleugerament daurat. Retirar el xoriço de la cassola i reservar. En la mateixa cassola, afegir la ceba picada finament i el pebrot vermell tallat en trossos. Cuinar a foc mitjà-baix fins que estiguin tendres i lleugerament daurats. Agregar els alls picats i el pebre roig dolç



i picant. Remoure ràpidament perquè el pebre roig no es cremi i es barregi bé amb la resta dels ingredients. Afegir les patates tallades i barrejar bé perquè s'impregnin dels sabors del sofregit. Cuinar durant un parell de minuts. Agregar el xoriço reservat i la fulla de llorer. Cobrir tot amb el brou de carn o verdures. Si prefereixes un guisat més espès, afegeix menys brou. Cuinar a foc mitjà-baix, tapant la cassola, durant aproximadament 30-40 minuts

o fins que les patates estiguin tendres i s'hagi format una salsa espessa. Remoure de tant en tant amb cura per a evitar que les patates s'enganxin al fons. Provar i ajustar la sal al gust. Una vegada les patates estiguin llestes, retirar la fulla de llorer i servir ben calentes. Pots empolvorar una mica de julivert picat per damunt per a decorar. I això és tot! Ara pots gaudir d'unes delicioses patates "a la Riojana", un plat reconfortant i saborós. Bon profit!

J. TENA
XARCUTERIES

XARCUTERIA · PRODUCTES GOURMET
PLATS CUINATS

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



Els efectes nocius de menjar massa sucre

El sucre és una substància dolça i cristal·lina que es troba de manera natural en diversos aliments, com a fruites i verdures. No obstant això, la forma més comuna de sucre utilitzada en l'alimentació és el sucre de canya o el sucre de remolatxa, que es processa i refina per a obtenir cristalls blancs.

El sucre es compon principalment de sacarosa, un disacàrid format per glucosa i fructosa. És un carbohidrat que proporciona energia a l'organisme. Es fa servir àmpliament en la indústria alimentària per a endolcir aliments i begudes, i també s'usa en la preparació de productes enforats, postres i dolces. Prendre massa sucre pot tenir diversos inconvenients per a la salut. Aquí hi ha alguns d'ells:

Augment de pes: El consum

excessiu de sucre, especialment en forma de begudes ensucrades, postres i aliments processats, pot contribuir a l'augment de pes. El sucre conté calories buides, cosa que significa que proporciona energia sense nutrients essencials. Si consumeixes més calories de les que cremes, això pot portar a l'augment de pes i, potencialment, a l'obesitat.

Major risc de malalties cardíaques: La ingesta elevada de sucre s'ha associat amb nivells elevats de triglicèrids, colesterol LDL (el "colesterol dolent") i pressió arterial alta, tots ells factors de risc per a malalties cardíaques.

Augment del risc de diabetis tipus 2: L'excés de sucre en la dieta pot portar a resistència a la insulina, la qual

cosa dificulta que el cos utilitzi eficientment la glucosa en sang. Amb el temps, això pot portar al desenvolupament de diabetis tipus 2.

Problemes dentals: El sucre és una de les principals causes de les càries dentals. Els bacteris presents en la boca s'alimenten de sucre, produint àcids que erosionen l'esmalt dental i poden provocar la formació de càries.

Impacte en la salut mental: Alguns estudis han suggerit una relació entre el consum elevat de sucre i un major risc de depressió i trastorns de l'estat d'ànim. Encara que la connexió exacta no és completament clara, es creu que el sucre pot desencadenar canvis en la química del cervell i afectar negativament l'estat d'ànim i la salut mental.

Major risc de malalties cròniques: El consum excessiu de sucre ha estat associat amb un major risc de desenvolupar malalties cròniques com el càncer, la malaltia de fetge gras no alcohòlic i la malaltia renal crònica. Encara que s'ha d'investigar més per a comprendre completament aquestes associacions, l'evidència diu que el sucre en excés pot tenir un efecte negatiu en la salut a llarg termini.

És important tenir en compte que no tots els sucres són iguals, ja que com dèiem, les fruites contenen naturalment sucre a més de vitamines, minerals i fibra. No obstant això, el consum excessiu de sucre afegit en forma d'aliments processats i begudes ensucrades és el

que s'associa amb aquests inconvenients per a la salut. Es recomana limitar el

consum de sucres afegits i optar per una alimentació equilibrada i saludable.



Bm
Boramar *Serveis*

Av. President Companys, 57 local
08911 Badalona
Tel. 93 464 21 34
info@boramarserveis.com

Persones que cuiden de persones
Els serveis domèstics i d'assistència domiciliària de la teva zona

Empresa Registrada amb el núm. S03775 en el Registre d'Entitats, Serveis i Establiments Socials del Departament d'Acció Social i Ciutadania de la Generalitat de Catalunya

Llar

Vesteix els espais exteriors amb catifes d'estiu

Decoracion2.com - amic.cat

Les catifes d'estiu aporten frescor als espais exteriors, ja que estan confeccionades amb teixits lleugers, transpirables i frescos que no retenen la calor. A més tenen la qualitat d'enriquir la decoració exterior.

Les catifes de fibres naturals són perfectes per a crear un ambient refrescant i confortable. Són atemporals, pel fet

que mai passen de moda, no acumulen la calor i ajuden a regular la humitat de l'ambient. Són resistents i no requereixen moltes cures i són aptes per a zones de molt de trànsit. Es pot optar per catifes de bambú (flexibles, resistents, lleugeres, duradors i no acumulen pols); de sisal (aïllen la humitat i són biodegradable); la fibra de cànem (resistent i es conrea sense productes

químics); el coco i les algues (de gran resistència a la humitat i al desgast); el cotó (resisteix les altes temperatures i absorbeix la humitat); i la llana (aïllant natural per a la calor i el fred, regula la humitat ambiental i són antibacterianes i antial·lèrgiques).

Si parlem de catifes d'estiu de polipropilè, aquestes estan elaborades amb un material sintètic PVC o polipropilè. Són

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

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

A. RAMOS



687 701 933

tecnicmaquinacosir@gmail.com

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



resistents als raigs UV, són hidròfugues, i no acumulen pols ni àcars. Té un tacte suau similar a la llana. La resistència a l'abradió permet un ús intens sense deteriorar-se, sent catifes que duren molt temps en bon estat. A més, són impermeables als líquids.

Les catifes d'estiu de vinil

comparteixen la mateixa matèria primera (polipropilè) però canvia la seva confecció. Són planes i fines, i queden enganxades al sòl. Són les catifes més resistents que hi ha en el mercat, per la qual cosa són apropiades per a zones de molt de trànsit, per a nens petits i mascotes. La facilitat de neteja és un dels seus

avantatges, i són apropiades per a persones amb problemes respiratoris i al·lèrgics. Finalment, les catifes d'estiu PET reciclades són resistent al sol, a la humitat, a més de ser altament duradores, i per això són una excel·lent opció per a decorar els espais exteriors.

**Gaudeix del sol
a l'ombra**

NOVELTY
TOLDOS DE CALIDAD

**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



Estalviar aigua en la llar és molt fàcil fent alguns canvis

Decoracion2.com - amic.cat

No fa falta que sigui agost per a pensar a estalviar aigua en la llar, ja que en molts llocs escasseja, i ens trobem en situació de sequera també a casa nostra.

En la llar és on més s'utilitza l'aigua, encara que realment no es pot dir que sigui total-

ment així. Però en la llar, es consumeix per a preparar aliments, per a banyar-se, per a rentar la roba... L'aigua tan necessària per a la vida en el planeta demanda fer-ne un ús sostenible. En la llar podem estalviar-ne, evitant malgastarla. A més, és el lloc ideal per a educar a les futures gene-

racions, sobre la importància d'usar-la de manera racional. És necessari que limitis les dutxes, i apaguis l'aigua mentre t'ensabones. També ajuda instal·lar limitadors de flux. Cal ocupar-se constantment que l'aixeta es tanqui i es tanqui bé. A més, tanca l'aixeta mentre et rentes les dents, quan t'afaites o quan t'ensabones les mans. Això s'aplica també a la cuina, quan rentes els plats. Apaga l'aigua mentre ensabones, i no esbandeixis els plats abans de ficar-los en el rentavaixel·la. Per a un major estalvi, omple fins dalt la rentadora i el rentavaixel·la. Els càlids dies de l'estiu demanen més compte amb les plantes. I molta aigua s'utilitza al jardí, i fins i tot amb les plantes d'interior en jardineres. No has de deixar de regar, solament has de fer-ho al final del dia. Durant la nit serà menys aigua la que necessitis per a les teves plantes que si ho fas durant el dia. Un recurs ideal per a estalviar aigua és recórrer a l'ús de reductors, amb els quals s'estableix un límit per a no excedir-se en el consum d'aigua.



**FUSTERIA
BRICOLATGE**
GLAUCHE E HIJOS

- Trabajos en General de carpintería
 - Parquet - Puertas, Cocinas, Cortes a Medidas
- Reparamos todos sus muebles
 - Reformas Esperanza (Tienda en Barcelona)

93 349 89 86 · C/ Miquel Servet
166 · 08912 Badalona
fusteriaglauche@outlook.es



GRIFELL
SERVEIS DE NETEGES, S.L.

URGENCIAS 24H

93 147 70 00
615 90 32 48

DESATASCOS DE TUBERÍAS



INUNDACIONES Y VACIADO DE FOSAS SÉPTICAS

admin@grifellsl.com

Les eleccions municipals a BDN



Badalona Comunicació

Segueix la decisiva **Jornada Electoral**
del diumenge 28 de maig i el
Debat Electoral en emissió simultània a

BDN Televisió de Badalona
Ràdio Ciutat de Badalona
bdncom.cat

JORNADA diumenge 28 de maig

**Informatius per
seguir l'actualitat**

A les 14 hores i a les 20 hores
I durant tot el dia al portal de notícies

**Programa especial de
BDN Eleccions Municipals**

a les 20.30 hores
Per conèixer els resultats minut a minut
I les opinions de tots els protagonistes

DEBAT dijous 25 de maig

A les 18 hores

Amb reemissió a les 21 hores i l'endemà a les 12 hores

Amb els candidats

Xavier Garcia Albiol, Partit Popular

Rubén Guijarro, Partit dels Socialistes de Catalunya

Dolors Sabater, Guanyem Badalona en Comú

Àlex Montornès, Esquerra Republicana de Catalunya

Aïda Llauradó, Badalona en Comú Podem

David Torrents, Junts per Catalunya

Álex Romero, Badalona Suma - Ara Pacte Local

Moderat per **Carles Tornero**

Immobilariaria

Què fer si no es pot pagar la hipoteca per la pujada de l'euríbor

Consumer/eroski.com · amic.cat
Per culpa del brusc ascens de l'euríbor, molts hipotecats tenen problemes per a pagar les seves quotes. Què poden fer aquests clients?

En primer lloc, pot comprovar si reuneix els requisits per a acollir-se al Codi de Bones Pràctiques, un conjunt de mesures, consensuades entre el Govern d'Espanya i les entitats bancàries, al qual poden accedir els clients amb més dificultats econòmiques. Aquestes mesures inclouen, entre altres, la possibilitat de passar-se d'un tipus variable a un fix o d'abaratir la quota mitjançant la rebaixa de l'interès aplicat o l'ampliació



del termini de reemborsament.
En cas de no poder acollir-

se al Codi per no complir els seus requisits d'accés, l'hipotecat pot negociar directament amb el seu banc perquè li apliqui mesures que abarateixin la seva quota, com ampliar el termini de devolució, reduir el diferencial, etc.

Però si l'hipotecat no pot accedir a les ajudes del Codi de Bones Pràctiques i el seu banc tampoc es presta a negociar, existeix l'opció de vendre l'habitatge i, amb el guany obtingut després de liquidar la hipoteca, comprar una altra casa o pis amb un preu més reduït.

També està l'opció de la dació en pagament, és a dir, lliurar l'habitatge al banc per a liquidar la hipoteca. Aquesta mesura, no obstant això, compta amb dos inconvenients: l'entitat ha d'estar d'acord, i el client no guanyarà diners pel lliurament de la seva casa.

Asesoría Pereira
INTEGRAL CONSULTANCY

Más de 25 años de experiencia

RENTA 2022

Tu renta en manos de profesionales.

CONTACTA CON NOSOTROS

info@asesoriapereira.es
www.asesoriapereira.es

TEL. 933830376

Avinguda Martí Pujol, 14/ 08911 Badalona

Agencia Tributaria

Habitatges sostenibles a 15 minuts de Barcelona

Des de 290.000 €



JARDINS DE
CAN MATAS



2, 3 i 4
Habitacions



Tiana

Coneix-nos!



Horòscops

Facilitat Roser Bona · AMIC



Àries (Del 21/3 al 20/4)

Vols posar-te al dia i et compres un nou mòbil o ordinador. Et cuides més i ajustes la dieta a les teves necessitats. Un veí sorollós molesta i hauràs de prendre mesures.



Taure (Del 21/4 al 20/5)

El Sol en conjunció a Urà inclina a profunds canvis interns. Tu ja no ets la mateixa persona i ja no t'agraden les mateixes coses. Tens notícies d'un amor del passat.



Bessons (Del 21/5 al 20/6)

Mercuri deixa la retrogradació i sents que ja has de passar a l'acció. Si no estàs a gust a la feina, cerques altres opcions que et facin sentir en sintonia amb tu mateix.



Cranc (Del 22/6 al 21/7)

Amb la Lluna Minvant sents que voldries deixar enrere sentiments negatius i mals records. Dones voltes a la idea de buscar-te la vida en un altre indret i començar de nou.



Lleó (Del 22/7 al 23/8)

Poses energia en oferir una imatge més juvenil. Pots rebre una oferta laboral que ve d'una altra província o comunitat. En l'amor, et sents atret per algú de més edat.



Verge (Del 24/8 al 23/9)

Et mous per resoldre algun problema de salut o per millorar els hàbits del dia a dia. T'interesses per noves maneres de veure la vida o bé augmenta la teva fe religiosa.



Balança (Del 24/9 al 23/10)

Gestions vinculades a transmissió patrimonial o herències. L'ambient laboral pot ser més tranquil. Si tens un problema de salut, cerques un professional amb més experiència.



Escorpi (Del 24/10 al 22/11)

El passat et ve a buscar. Això pot ser un antic amor que torna, antics companys de treball o que trobes un objecte perdut. Coneixes gent jove i que desprèn molta energia.



Sagitari (Del 23/11 al 21/12)

Si en l'àmbit laboral les coses estaven estancades, s'obre una nova etapa. Repts els resultats d'una prova mèdica. Per millorar l'economia, hauràs de renunciar als capricis.



Capricorn (Del 22/12 al 20/1)

Algú més jove et mostra el seu interès i hauràs de decidir si vols donar-li una oportunitat. Si has de signar un contracte/sol·licitud, mira que les dades siguin correctes.



Aquari (Del 21/1 al 19/2)

Alguna cosa que estaves esperant fa temps, sembla que es paralitza i tocarà esperar una mica més. Un familiar d'edat avançada et dona un consell que et serà molt útil.



Peixos (Del 20/2 al 20/3)

Després d'unes setmanes que poden haver estat mogudes, ara vius un moment més dolç i amb més pau interior. Cerques la manera de tenir temps per tu i pels que estimes.

Frases cèlebres

«Ensenyar no és una funció vital, perquè no tenen la fi en si mateixa, la funció vital és aprendre.»

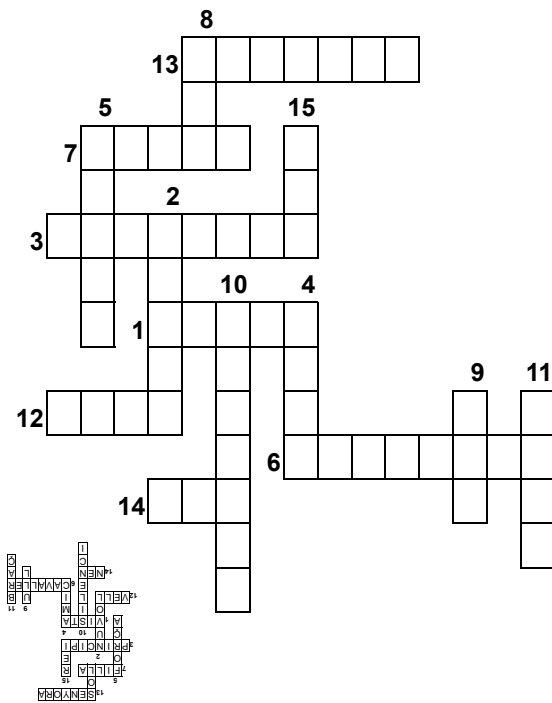
Aristòtil

Dites

«Cap pare enfillat no mor enfitat»
significat: els fills porten feina i dedicació, però tota aquesta dedicació queda compensada per l'amor que en rebs.

Mots encreuats

1. Òrgan visual de la percepció ocular. Sentit corporal pel qual es distingeixen les formes i colors de les coses. 2. Dissolució coloidal d'un gas o vapor en un altre. Per exemple, la condensació del vapor d'aigua en l'aire per disminució de la temperatura atmosfèrica. Massa de vapor a l'atmosfera. 3. El començament, raó fonamental. 4. Algú per confiar. Que té amistat. Utilitzada també com a tractament afectuós, encara que no hagi veritable amistat. 5. Potència. Vigor, capacitat de resistència. 6. Hidalgo de noblesa qualificada. 7. Plançó femení. Persona o animal respecte del seu pare o de la seva mare. 8. Astro rei del sistema solar. 9. Òrgan de la vista en l'home i en els animals. Globus ocular. Òrgan animal la funció és captar els estímuls lluminosos. 10. Manca de soroll. 11. Extremitat, de la mà a l'espatlla. Membre del cos que va de l'espatlla a la mà. 12. D'edat. Diu de la persona de molta edat. 13. Dama. 14. Nene. Que està en la infantesa. 15. Sobirà d'un regne.



Sudoku

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

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

Anuncis per paraules

IMMOBILIARIA

SE TRASPASA PAPELERÍA por enfermedad. Zona Pep Ventura. 93 348 45 76

TREBALL

CHICA BUSCA TRABAJO por horas de lunes a viernes limpieza cuidado de personas mayores y niños. 624 072 658

CHICA BUSCA TRABAJO de interna cuidado de personas mayores. 631 543 182

CHICA BUSCA TRABAJO de cuidadora de personas mayores, niños y limpieza, disponibilidad inmediata 678 298 408

SEÑORA BUSCA TRABAJO limpieza, cuidado personas mayores, titulada aux. enfermería. 633 748 642

CHICA BUSCA TRABAJO

limpieza profesional, eficiente, responsable y puntual, para domicilio o empresas, 663 558 299

SEÑORA BOLIVIANA BUSCA trabajo fijo interina disponibilidad inmediata 625 878 161

CHICA BUSCA TRABAJO de limpieza hogar interna o externa 661 451 759

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

CHICA BUSCA TRABAJO limpieza, cuidado personas mayores y niños, con experiencia de 5 años por horas externa 663 451 949

SEÑORA BUSCO TRABAJO cuidado personas mayores y limpieza, solo tardes y fin de semana 651 789 342

CHICA BUSCA TRABAJO cuidado personas mayores, limpieza 631 106 361

SEÑORA CON EXPERIENCIA y referencias busca trabajo para cuidar personas mayores y limpieza por horas 697 831 220

VARIS

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

**ARA POTS ENVIAR-NOS
LES TEVES CARTES,
FOTOS DENÚNCIES I
INFORMACIÓ SOBRE
NOTÍCIES QUE
PASSIN A BADALONA
AL WHATSAPP.
651 976 517**



AGENCIA EXCLUSIVA DE SANTALUCIA BADALONA

Contribuir a la Xarxa d'Agències Santalucia és una oportunitat de col·laborar amb una empresa líder, on podràs posar en pràctica les teves habilitats, coneixements i experiència, i explorar nous reptes per desenvolupar capacitats i aptituds diferents

Enviar cv:
SeleccionRRHH@sgs-santalucia.es

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

Pista **pc** Informática



(+34) 633 100 661



hola@pistapc.com

La Badalona d'abans

BADALONA ►

La trobada gegants de l'any 1998. Desfilada per la Rambla.

Genís Vera/Museu de Badalona. Al. Fons Ajuntament



LA FOTO DELS LECTORS ►

Festa Major de Badalona. Carrer Milà i Fontanals. Trobada d'amics jugant al domino, entre ells Joan Miralles, Nido i Josep Navarro. Foto. Miquel Miralles



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

Distribuïdors

Troba la teva
revista als
distribuïdors
oficials del TOT



RENOVACIÓ ▶
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 reneu com a distribuïdors del TOT?

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



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 14h, tardes dimarts i dijous de 17h a 20h

Botiga Canonge: Matins de dimarts a dissabte de 8.30h a 14h, tardes dimarts i dijous de 18h a 21h

WhatsApp 635 63 63 10

Peix de platja cada tarda.

Repartiment a domicili gratuït

Segueix-nos a Instagram @laboutiquedelpeixribeiro

Per què continues de distribuïdor del TOT?

Per oferir un servei als clients i veïns que ens la demanen cada setmana.



RENOVACIÓ ▶
Avinguda del Marquès de
Sant Mori, 151, 153, 08914
Badalona, Barcelona
933 87 79 77

Horari:

Dilluns a divendres de 08 a 14h. i de 17 a 20.30h.

Dissabte de 08 a 14h.

Per què continues de distribuïdor del TOT?

Seguim sent distribuïdors del TOT per oferir un millor servei als nostres clients.



SAYEZ®.COM

Tots els mobles al millor preu

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

Llit juvenil i estant 195€

Armari portes corredisses 120cm 195€

No inclou transport ni muntatge.

Oferta Pack

385€



LIQUIDACIÓ!

Cadira Emi

Es venen en packs de 6 unitats.

16€ unitat

No inclou transport ni muntatge.

Chaiselongue Chill

649€

Transport i muntatge inclòs

Pack Matalàs i canapè Neo

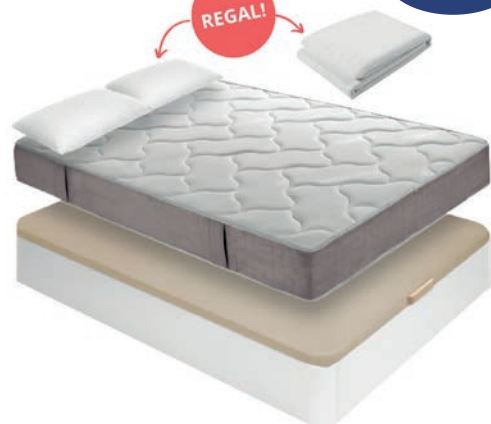
Matalàs de viscoelàstica. Coixins

i protector de matalàs de regal!

135x190 Més mides i colors disponibles

549€

Transport i muntatge inclòs



Entrega
ràpida!



Moble menjador

139€

No inclou transport ni muntatge.



*Ofertes vàlides fins el 30 de juny o fins a fi d'existències
Consulta les opcions de transport i muntatge a la teva botiga.*

Compra online a www.sayez.com

Troba la teva botiga a BADALONA, BARBERÀ DEL VALLÈS, SABADELL,
SANTA COLOMA DE GRAMENET, TERRASSA, CERDANYOLA I MARTORELL



VISITA'NS

Segueix-nos a @sayez_mobles