

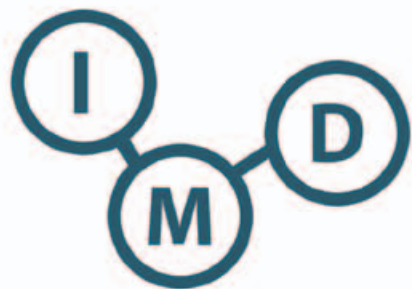
Sabadell informatiu

Revista quinzenal gratuïta
núm. **010** • 26 de gener de 2018



Ràdio Sabadell 94.6
www.radiosabadell.fm 

El Sabadell de Calzada



IMATGE MÈDICA DIGITAL

RESONÀNCIA MAGNÈTICA

TAC | Ecografia | RX Convencional | Mamografia
Densitometria | Ortopantomamografia

CONVENI AMB LES
**PRINCIPALS
MÚTUES**

RADIOLOGÍA
**SENSE
LLISTES
D'ESPERA**



C/ Illa, 52 • SABADELL • www.imdsd.es • info@imdsd.es

93 748 48 85

AEDAS
HOMES

La casa que vols, a Sabadell



PROPERA PROMOCIÓ D'HABITATGES

Residencial

**Jardins de
Castellarnau**

SABADELL

Habitatges amb
terrassa de 2, 3, i 4
dormitoris

Informació i venda

93 595 10 64

aedashomes.com/castellarnau

Tota la informació i lliurament de documentació es farà segons allò establert al Reial Decret 515/1989 i altres normes que poguessin complementar-lo, ja siguin de caràcter estatal o autonòmic.
Il·lustracions orientatives sense caràcter contractual. Més informació a la nostra política de privacitat.

**2^a FASE
A LA VENDA**



El nou Centre d'Esports

En un país com el nostre, gairebé sempre disposat a atacar amb duresa i enveja insana aquells que sobresurten i destaquen de la resta, són pocs els casos dels que aconsegueixen un reconeixement sincer i objectiu de la resta de coneguts i/o saludats. Així doncs, encara avui costa acostumar-se a les facilitats que, en aquest sentit, ha trobat Esteve Calzada des de la seva arribada al Centre d'Esports Sabadell el passat estiu. I és que, en poc més de sis mesos, el nou màxim accionista arlequinat i el seu equip de confiança han estat capaços de donar al club un gir radical. Una volta al mitjà que l'ha allunyat, i no poc, del Sabadell que hem conegut al llarg de les últimes temporades.

Especialment complicada va ser la passada campanya i així el canvi aplicat a les diferents àrees de treball han estat realment notable. Un canvi, sense anar més lluny, que s'ha fet palès en

Especialment complicada va ser la passada campanya

les maneres de fer dels nous màxims responsables de l'entitat. Per posar-ne un exemple, destaca l'evident aposta per una comunicació directa i transparent, que contrasta amb la foscor injustificada del darrer any. I tot, a més, fent natural el fet d'explicar sense complexes la realitat d'una entitat històrica, cosa que ningú no dubta, però assenyalada encara avui per les dificultats econòmiques que l'ofeguen en el seu dia a dia. Una realitat que és de les poques coses que Calzada encara avui no ha tingut temps de canviar.

Malgrat tot, i un cop fora del concurs de creditors, Calzada i els seus, conscients que ara els toca ser al capdavant de la nau, tenen la responsabilitat que el projecte que lideren surti endavant. I això ja no els serà tan senzill d'aconseguir.

Aquest lleidatà, expert en marketing aplicat al futbol, ho ha tingut clar des del primer moment. Des del primer dia va voler deixar publicat que l'objectiu del seu Sabadell no és a un o dos anys vista. Però sabedor que tampoc no pot permetre que el somni se'ls eternitzi, cal anar pensant que la solució, l'única que ofereix el futbol modern ara mateix, la d'un ascens de categoria, s'ha d'anar construint amb un termini de dues, tres, quatre temporades a molt estirar. Més enllà en el temps estarien obligats a una reconsideració de tota l'estructura.

Mentre això no passa, Calzada continuarà fent, com ell mateix va explicar a l'*Hotel Suís* de **Ràdio Sabadell**, posant diners de la seva butxaca per anar trampejant el dia a dia. I, de pas, fent crides a nous inversors perquè també s'engresquin en aquest somni. Un somni que necessita de més gent valenta i que, posats a demanar, fos de la ciutat. Ja tocaria.

Autor fotografia de la portada: Roger Benet

El proper número sortirà al carrer el 9 de febrer

Edita: Comunicacions

Audiovisuals de Sabadell S.L.U. | www.radiosabadell.fm

Cap de redacció: Sergi Garcés.

Redacció: Adrián Arroyo, Aleix Graell, Joan Blanch, Karen Madrid, Marc Pijuan, Mireia Prat, Mireia Sans, Montse Pérez Creus, Pau Duran, Pere Gallifa, Raquel García.

Col·laboració: Josep Maria Antentas

Maquetació: DBcoop, sccl | www.dbcoop.cat

Publicitat: GPL, sccl. Trinitat Gutiérrez (654368974) trinitat@gpl.cat

Imprimeix: Imprintsa S.A. 15.000 exemplares

D.L.: B - 24.043 - 2017

ÍNDEX



04. Entrevista d'Esteve Calzada a l'*Hotel Suís* de **Ràdio Sabadell**

06. Nou capítol en el serial de la Caserna de la Guàrdia Civil



14. Alberto San Juan arriba demà a l'Estruch

18. Nou èxit de participació de la Llanera Trail



20. Jordi Tarradas torna a **Ràdio Sabadell** amb *La llanterna màgica*



CLÍNICA DENTAL

L'ART DE CREAR SOMRIURES

Rda. Europa 481 - 931 187 142

artisclinicadental.com



1ª visita +
RX digital
GRATUÏTES

Finançament
sense interessos

Totes les
especialitats
odontològiques



Esteve Calzada busca empresaris de la ciutat per al nou consell del Sabadell

El màxim accionista agafa per complet les regnes del club amb el pas al costat donat pel president Antoni Reguant i a l'espera de rubricar-ho en Junta General

ADRIÁN ARROYO
@ADRIAN_ARROYO

Des de l'ascens a Eibar del 2011 cap aquí, el Centre d'Esports Sabadell ha anat passant de mà en mà, de projecte en projecte, i de gestor en gestor. La inestabilitat ha estat una constant gairebé cada estiu, especialment a partir del descens del 2015, el que no li ha permès tenir una base sòlida sobre la qual suportar-se. L'encarregat d'aportar aquesta calma institucional per a poder plantejar un projecte de futur és Esteve Calzada. Acabat de sortir del concurs de creditors, el club és a només un pas de completar el relleu total, des que fa uns mesos el lleidatà es convertís en el màxim accionista de la societat anònima esportiva i fa tot just un parell de setmanes l'encara president, Antoni Reguant, fes un pas al costat, deixant tota la tasca executiva i de representació a les mans del grup encapçalat per Calzada. L'únic que queda per a rubricar-ho és una Junta General d'Accionistes, que va amb retard després de detectar-se una anomalia al Registre Mercantil, que



Calzada ha traçat les línies mestres del projecte que encapçala | Roger Benet

no reflecteix de forma fidedigna qui són els accionistes i gestors del club des del 2002. Els juristes resolen la irregularitat abans de fer la Junta, ja que entre altres coses, també condiciona la recerca de nous inversors.

Calzada, per tant, ja ha passat l'atterratge inicial i sap de sobres la realitat, què té entre mans i quant ha de pagar de deute el Centre d'Esports. "Ara el que volem és po-

der agafar embranzida, i per això l'hem de dotar d'una sèrie de recursos", ha dit el màxim accionista. Una de les primeres tasques serà formar un nou consell d'administració, ja que amb el pas al costat de Reguant també marxa la resta del consell. La intenció d'Esteve Calzada és formar-ne un amb gent de Sabadell: "És una ambició, però no donarem cadires perquè sí, volem gent involucrada que inver-

"No donarem cadires al consell perquè sí, volem gent involucrada que inverteixi"

a Segona A té retorn". I és que la situació actual del club ha canviat, diu Calzada, per la "credibilitat contrastada" que tenen al futbol i perquè ara com ara un club de Segona A "ja no seria deficitari".

També cal cercar un nou president que supleixi Reguant. El màxim accionista arlequinat ho veu "irrellevant" ara com ara, perquè el grup gestor serà el mateix. La intenció a la llarga és que sigui també algú de la ciutat, però si no, serà el mateix Calzada qui assumirà el lloc, ja que no volen "algú amb càrrec institucional i prou, sinó que sigui accionista". En aquest sentit, el responsable de Prime Time Sport haurà de lluitar contra moltes "rancúnies i males relacions històriques" que diu haver percebut durant aquest temps. "Això no suma, jo vull tenir una



Reformas Integrales
REINSA

reformas integrales, baños y cocinas

REFORMAS INTEGRALES

INFORMATE EN NUESTRA TIENDA

c/ Calassanç Durant, 48 · 08203 Sabadell

93 143 55 98 · reinsa48@gmail.com

CAMBIE SU **BAÑERA**
POR UN **PLATO DE DUCHA**

DESDE 1.140€



COCINA

DESDE 6.500€





Calzada treu importància a qui ocuparà el càrrec de president | Roger Benet

bona relació amb tothom a la ciutat, perquè si a sobre que no som prou gent, estem mal avinguts... Hem d'estar units per fer un Sabadell fort. Quan veig l'estadi del Girona penso que això és el que hem d'aconseguir aquí", diu Calzada.

A Segona B, el projecte és clarament deficitari

Després de la sortida del concurs de l'últim any, el Sabadell ha reduït el seu deute als dos milions d'euros, negociant el seu pagament amb terminis a set anys vista. A la xifra cal sumar-li més de 500.000 euros, que és la injecció econòmica que la temporada passada va fer el president de Hummel a la península, Jose García 'Coe', i que "el club ens van comprometre a tornar-li en el moment de la transacció d'accions". Tenint en compte això, i les característiques d'una categoria semiprofessional com és la Segona B, ser al futbol de bronze és una pèrdua de diners que Calzada xifra entre 80.000 i 100.000

euros mensuals. "Ja ho teníem a les nostres previsions. La clau és comptar amb els recursos necessaris per a aguantar aquest dèficit el temps que costi pujar a Segona A", confessa, traient a la llum els resultats dels estudis que han fet i que parlen d'uns tres anys el temps de mitjana que triguen equips amb un projecte com el del



Calzada a l'Hotel Suís de Ràdio Sabadell | Roger Benet

Sabadell a tornar al futbol professional. Si no s'assoleix l'ascens en quatre anys, aleshores "caldrà un nou pla de negoci amb recursos addicionals".

De moment, en la parcel·la esportiva, enguany ja s'han establert les bases per a intentar l'assalt a un ascens que "no exigim ja, perquè l'equip és completament nou". El primer pas va ser convèncer un entrenador contrastat a la categoria com és Toni Seligrat per dos

anys i fent una renovació total de la plantilla, fixant els que han de ser els fonaments dels projectes de futur: "Quan fas tantes incorporacions és inevitable que alguna no surti bé, però per a la pressa que teníem, el grau d'incert amb els fitxatges ha estat molt alt". Ara cal arrodonir l'equip amb l'arribada d'un punta que garanteixi gols, l'assignatura pendent d'aquest Sabadell 2017/18.

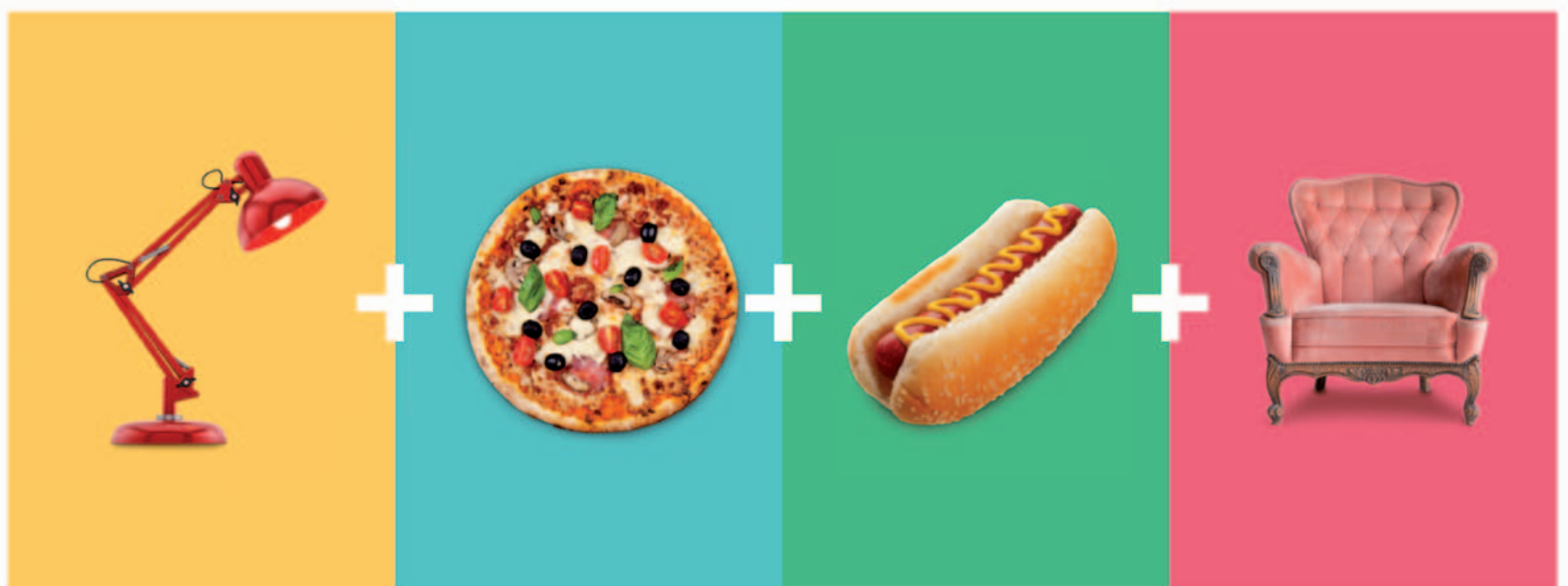
"El Sabadell ha de portar més gent a l'estadi"

Una de les sorpreses negatives per a Esteve Calzada des de la seva arribada a Sabadell ha estat l'aspecte social. Per número, que no pas per qualitat. La mitjana d'espectadors per partit a la Nova Creu Alta amb prou feines s'enfila als 2.000 seguidors, i gràcies al pic de gairebé 4.000 del dia de l'Alcoyano, que coincidia amb la presentació del futbol base. Les últimes entrades giren al voltant dels 1.700, el que

"Hi ha menys públic a l'estadi del que voldríem, però els que hi són, són molt del Sabadell"

suposa una decepció per al nou grup gestor: "Hem detectat una situació molt polaritzada a l'afició. És honest reconèixer que el número és més petit del que voldríem, però els que ho són, ho són molt, del Sabadell. La militància és molt potent, són aficionats espectaculars que ens esperonen i ens animen". L'objectiu de futur és donar amb la tecla que els permeti arrossegar més gent al 'Temple' els dies de partit. Com a mostra, només 26 famílies de les més de 500 del futbol base arlequinat són sòcies de l'entitat malgrat el 20% de descompte que tenen. "La nostra obligació és preguntar-nos per què passa això i canviar el que estigui a les nostres mans", assegura Calzada. D'una banda, "netejan la imatge d'anys enrere per a acabar d'engrescar a la parròquia", i de l'altra, també "guanyar més a casa, perquè durant anys l'equip ha girat l'esquena a la ciutat i no ha tingut bons resultats". Per al qui sap si futur president del Sabadell, el club "ha de portar més gent a l'estadi", però a la vegada és conscient que no poden "exigir una resposta immediata als canvis quan el passat no ha estat engrescador", sinó esperar perquè amb el temps puguin mobilitzar més gent.

Calzada ja ha presidit la llotja de la Nova Creu Alta els dos últims partits. "Gràcies Antoni Reguant, Ignasi Lúquez i la resta de companys per la feina feta. Continuarem treballant dur amb la moltíssima que encara queda per a construir un Sabadell modèlic", deia Calzada a Twitter en el moment del pas al costat del president. El màxim accionista és molt actiu a les xarxes socials.



**TOT EL QUE NECESSITES
VIA SABADELL**

www.viasabadell.es
DAVANT DE L'IKEA
c-58 sortida sabadell sud

NOTÍCIES
BREUS**Joan Garcia,
secretari tercer
de la mesa del
Parlament**

El diputat de Ciutadans ha estat escollit per formar part de la mesa de la cambrà catalana. En concret, exerceix de secretari tercer de l'organisme en representació de la formació taronja. Garcia no és l'únic sabadellenc al Parlament després de les eleccions del 21D. També hi són Laura Vilchez, de Ciutadans, Pol Gibert, del PSC, Carme Forcadell, d'ERC i Xavi Domenech de Catalunya en Comú-Podem.

**Joan Carles
Sánchez, nou
president dels
Saballuts**

L'exalcalde ha estat escollit com a president dels camises verdes en l'assemblea que es va fer el cap de setmana passat en substitució de Núria Benítez. Entre els reptes que es planteja hi figuren acostar la colla al públic més jove i mantenir el gran nivell de construccions aconseguit l'última temporada. Sánchez farà tàndem amb Bea Jimenez que es manté com a cap de colla de l'entitat.

**A la recerca de
voluntaris per
Posem-li pebrots
al càncer**

La lliga Catalana d'Ajuda Oncològica busca una vuitantena de voluntaris a Sabadell. És per posar en marxa la campanya Posem-li pebrots al càncer que impulsa conjuntament amb els supermercats Condis els dies 2 i 3 de febrer. Per la campanya es posaran a la venda pebrots vermells i pebrots verds. Amb els diners recaptats es podrà finançar tasques de suport i ajuda a les entitats federades.

La Generalitat assegura que la Caserna "és de Sabadell"

La Comissió Jurídica Assessora declara nul el conveni entre l'Ajuntament i el ministeri de l'Interior que encara pot fer-hi al·legacions

MIREIA SANS
@MIREIA_SANS

La Comissió Jurídica Assessora de la Generalitat assegura que la Caserna de la Guàrdia Civil "és i ha estat de Sabadell". La resolució permet declarar nul el conveni que l'any 2006 va signar el govern municipal amb el ministeri de l'Interior que estipulava que per recuperar l'espai calia pagar 3 milions d'euros i cedir un terreny de 5.000 metres quadrats a Sant Pau de Riu-sec. Ara, serà el ple qui haurà de declarar nul el conveni, per llavors poder exercir la titularitat municipal de la Caserna després del dictamen de la Generalitat. Això sí, la decisió encara no és ferma, ja que el ministeri de l'Interior pot fer al·legacions. Tot i això, el tinent d'alcalde de Cohesió Territorial, Juli Fernández, no creu que puguin tirar endavant perquè la decisió de la Comissió converteix el text "en nul de ple



Interior del recinte de la
Caserna | Roger Benet

dret i el camí a prendre ara seria diferent".

En qualsevol cas, l'alcalde Maties Serracant defineix el dictamen de la Comissió com un pas "molt important", però que deixa un "regust agredolç pels 20 anys que s'han perdut de poder fer ús d'aquest espai". De fet, l'admi-

nistració local planteja posar en marxa un procés ciutadà per determinar-ne l'ús dels 7.500 metres quadrats de l'equipament. En qualsevol cas, el president de l'Associació de Veïns de la Creu Alta, Rubèn Cantó, proposa que l'espai es converteixi en un institut pel barri "perquè la Generalitat neces-

sita molts metres quadrats per fer un institut i aquest és l'únic solar gran del barri". D'altra banda, el col·lectiu Volem la caserna aposta per donar a la finca "el màxim d'usos possibles", segons afirma la seva portaveu Júlia Alsinet.

Les obres d'ampliació de les urgències del Taulí acumulen un lleuger retard

El director general del Taulí, el doctor Joan Martí, assegura que les obres estaran enllestides entre el maig i juny del 2019

M.S.

els treballs per ampliar les urgències de l'Hospital de Sabadell amb dues noves plantes acumulen "un petit desajust, de setmanes, per les dificultats que suposa un concurs públic d'aquestes dimensions", ha explicat al programa *Al Matí* el director general del Taulí, el doctor Joan Martí. L'adjudicació de les obres, entre les nou empreses participants, ja s'ha fet i els treballs començaran el 30 de juny.

Un dels aspectes que es valorarà és que les feines generin el mínim impacte possible en el dia a dia a les urgències del Taulí. La previsió és que les obres comencin el mes d'abril i estiguin enllestides entre el mes de maig i juny del 2019.

Aquests treballs permetran comptar amb una vuitantena de llits més per ingressar pacients, una xifra que donaria sortida a la situació de les urgències de l'Hospital. Això sí, Martí confessa que en casos d'emergència, com els



El doctor Martí als estudis de
Ràdio Sabadell | Mireia Sans

que s'han viscut en les darreres setmanes a conseqüència del virus de la grip, l'ampliació no seria suficient perquè "no es pot dimensionar un hospital per al dia que estigui ple". L'Hospital ja ha aplicat algunes mesures per descongestionar urgències com ara potenciar l'hospital de dia per a malalts geriàtrics amb patologies avançades. A més, el Taulí vol remodelar les dues plantes de Santa Fe, una servirà per acollir noves consultes de Salut Mental i l'altre un hospital de dia oncològic.

El cas Bemba passa pel jutjat

Onze persones s'enfronten a penes de dos anys i mig de presó pels fets del 27 de setembre del 2003

KAREN MADRID
@KMADRID_RIBAS

El cas Bemba ja és als jutjats de Sabadell, catorze anys després dels fets que van tenir lloc en aquest bar del Centre. El pròxim 7 de febrer tindrà lloc la segona sessió del judici, amb la declaració dels testimonis dels fets, com ara el regidor del PSC Josep Ayuso, el màxim responsable de la Policia Nacional d'aleshores, Gonzalo Simón, i Jordi Roviralta. La sessió arribarà després que el 18 de gener declarassin davant del jutge nou dels onze acusats d'atemptat contra la policia, lesions i desordres públics durant la intervenció de la Policia Municipal i agents de la Policia Nacional la nit del 27 de setembre del 2003.

La majoria dels acusats van contradir la versió de la fiscalia i l'acusació particular desmentint que hi hagués hagut violència. Alguns dels encausats asseguraven que van veure la policia davant del Bemba, van sentir trets d'es-



Imatge d'alguns dels acusats del cas Bemba | Roger Benet

El pròxim 7 de febrer tindrà lloc la segona sessió del judici

copetes i van veure la gent marxar corrents. La fiscal els va preguntar si havien llançat objectes contra els agents, insultat o cridat "Gora ETA", però els acusats

ho van negar. En aquest sentit, alguns dels encausats van assegurar que ni tan sols es trobaven a prop del Bemba en el moment dels fets. És el cas de l'exfutbolista del Barcelona, Oleguer Presas, que va ser detingut al bar Sorginak: "Era una sensació d'indefensió en treure'ns al bar i posar-nos en fila", ha recordat.



Serracant i Perarnau a la roda de premsa de dimecres | Roger Benet

L'Ajuntament expedienta Smatsa

El consistori també reclama 3,5 milions d'euros, mentre l'empresa diu que ha canviat la reclamació

K.M.

L'Ajuntament expedienta SMATSA, acusant-la d'incomplir el contracte del servei de neteja i recollida d'escombraries de la ciutat. El consistori ha obert 5 expedients a l'empresa i, a més, li reclama el pagament de 3,5 milions d'euros en concepte del que hauria cobrat de més durant els anys 2014, 2015 i 2016. Tot plegat, després que una auditoria hagi demostrat, segons el consistori, incompliments en qüestions com la neteja dels contenidors o la neteja viària. L'alcalde, Matis Serracant, assegura que es vol

garantir la qualitat del servei, qüestionada en els últims mesos per part dels veïns.

Un cop s'aprovin formalment aquests expedients, l'Ajuntament donarà 30 dies a SMATSA per reparar els suposats incompliments de contracte. De no ser així, l'empresa s'exposa a multes que superarien els 20 milions d'euros.

L'empresa, per la seva part, ha lamentat no haver estat informat de la presentació d'aquests expedients, al mateix temps que també asseguren que l'equip de govern ha canviat el concepte de les reclamacions que es van fer públiques ara fa un any.

CATALA
REINÓN
■■■
ADVOCATS

ADVOCATS
25
anys
EXPERIÈNCIA

No hay problema...



...sin solución.



Carrer Església 7, 08201 Sabadell - Av. Diagonal 449. 2º 08036 Barcelona.
Teléfono: 93 201 57 27. www.catala-reinon.es

NOTÍCIES
BREUS**El Servei de
Mediació resol
el 82 per cent
dels casos**

El 82 per cent de les mediacions sol·licitades al Servei de Mediació Comunitària de l'Ajuntament de Sabadell es resolen favorablement i, d'aquestes, el 77 per cent ho fan en un termini de menys de 60 dies. Durant el 2017, aquest servei ha rebut 246 sol·licituds per solucionar problemes de convivència, sobretot entre veïns. A través dels acords tancats, 6.500 persones s'han beneficiat d'aquest servei.

**Sabadell acull
10 refugiats,
fora del
programa
d'asil estatal**

Sabadell acull 10 persones refugiades que s'han quedat fora del programa d'asil de l'Estat, sigui perquè se'ls ha denegat la sol·licitud d'asil o perquè han finalitzat el programa. L'atenció s'està fent a través del programa Tenderol, pioner a Sabadell i únic a Catalunya. El servei ofereix seguiment de fins a un any perquè aquestes persones trobin feina i es reinsertin en la societat, a més d'oferir-los habitatge.

**Front veïnal
contra l'amiant**

La Federació d'Associacions de Veïns de Sabadell reclama a les administracions la creació d'un grup de treball que actuï de forma transversal per retirar l'amiant de la ciutat, present en moltes construccions dels anys 70. Des de la FAV volen, d'aquesta manera, pressionar perquè s'ataqui aquest problema, que pot afectar greument la salut pública.

Una veïna de Castellar viu sense electricitat durant nou mesos

Tot i que l'afectada havia pagat més de 2.000 euros per reparar una avaria, Endesa ha demorat l'obra

KAREN MADRID
@KMADRID_RIBAS

Una veïna de Castellar ha viscut sense electricitat durant nou mesos arran d'una avaria que Endesa no ha reparat, malgrat que l'afectada n'havia assumit el cost, de més de 2.000 euros. L'Elda Font, de la urbanització de Ca n'Avellaneda, ha denunciat el cas a l'Oficina d'Atenció al Consumidor de Castellar en nombroses ocasions, a més de demanar explicacions directament a Endesa, però la companyia subministradora només ha enviat els tècnics per reparar el cable que alimenta la seva finca un cop el cas s'ha donat a conèixer a Ràdio Sabadell.

La situació d'Elda Font s'ha donat perquè la urbanització on viu, que data de la dècada dels 60 i 70, no compleix la normativa actual. Una avaria en el cable d'alimentació va portar la companyia a reclamar el trasllat d'aquesta instal·lació elèctrica fins a casa seva des de la del davant. Font va pagar els diners que li demanaven i va canviar el comptador, pe-



La veïna de Castellar ha vist com li solucionaven el seu cas | Cedida

“He estat pagant a Endesa la factura cada mes sense tenir llum”

rò la part que depèn d'Endesa no s'ha fet fins ara. “He estat pagant la factura cada mes sense tenir llum”, lamenta font, que ha hagut d'aprendre a viure sense nevera, ordinador o cuina, tan sols amb un fogó portàtil.

Des d'Endesa atribueixen el retard en resoldre el problema al temps d'espera de les llicències municipals per realitzar l'obra i

el fet que l'empresa subcontractada no l'hagi prioritzat. Des de l'Ajuntament de Castellar, en canvi, assenyalen que van aprovar la llicència d'obres el 2 d'octubre i li van comunicar a la companyia una setmana després. “Això és inadmissible”, lamenta el regidor d'Urbanitzacions, Alexi Canalís.

Creix el número d'immigrants irregulars

Molts nouvinguts perden el permís de residència per la crisi

M.P.

La situació d'aquelles persones que, fa més d'una dècada, eren nouvingudes a la ciutat, està empitjorant arran dels efectes de la crisi econòmica. Segons el Servei d'acolliment a l'Immigrant, l'SCAI, molts dels

immigrants que tenien feina i estaven totalment integrats, ara han recuperat la situació d'irregularitat amb la qual van arribar. “El fet de perdre la feina o de reduir les jornades, d'esgotar les prestacions afecta directament a la situació legal d'aquestes persones. És la primera dificultat que es

troben, a part del tema econòmic, de desnonaments, de manteniment, etc. Això els dificulta molt la seva situació, perquè poden accedir a cap tipus d'ajuda, no poden fer formacions, els tanca gairebé totes les portes”, assenyalava Raquel Guerola, coordinadora de l'SCAI. Malgrat aquests canvis,

des d'aquest servei mantenen el nombre de visites al voltant de les 13.000 i els atesos entorn els 1.800. Entre altres coses, el Servei d'Acolliment a l'Immigrant ofereix una primera acollida, assessorament jurídic i acolliment lingüístic.



Oficina de l'SCAI | Roger Benet

La Fundació Gas Natural posa en marxa una Escola d'Energia a Sabadell

La iniciativa oferirà sessions formatives cada últim dijous de mes al Museu del Gas per a treballadors municipals i famílies en situació de vulnerabilitat

MIREIA PRAT DURAN
@MPRATDURAN

La Fundació Gas Natural Fenosa ha posat en marxa una Escola d'Energia al Museu del Gas, orientada als treballadors municipals i a famílies en situació de vulnerabilitat. La iniciativa ofereix sessions formatives cada últim dijous de mes, amb consells per reduir el consum energètic i aconseguir un llar més eficient. “Els diem com poden estalviar, com utilitzar els electrodomèstics d'una manera més eficient. Hi ha oportunitats de reduir la factura, però també a facilitar l'accés a les ajudes per vulnerabilitat”, apunta el director de la fundació, Martí Solà.



El Museu del Gas acollirà la nova Escola d'Energia | Roger Benet

L'impuls de l'Escola d'Energia respon a la voluntat de la Fundació Gas Natural Fenosa de pal·liar la situació de pobresa energètica que pateixen moltes famílies sabadellenques. De manera complementària, també ha publicat

un llibre amb 77 mesures per fer més eficients les llars de les famílies més vulnerables, com posar catifes a terra per evitar que marxi l'escalfor, injectar resines a

La Fundació aconsella mesures com posar catifes a terra per evitar que marxi l'escalfor

les cavitats o posar films a les finestres. “Entre el 75 i el 80% dels habitatges es van construir abans dels anys 80, quan no era obligatori posar aïllament. Això fa que aquests immobles no siguin gens eficients”, assenyala Solà. De fet, cada dos anys es fa un índex d'eficiència energètica per detectar l'estat de cada un dels habitatges al conjunt de les llars sabadellen-

ques. “Veiem coses que milloren, com per exemple els electrodomèstics, però també veiem que hi ha comportaments que permetrien reduir la factura, com desactivar els electrodomèstics que estan en espera. Es podrien estalviar uns 90 euros al mes”, proposa el director de la fundació.

A més, des de la Fundació Gas Natural Fenosa insisteixen que la situació de pobresa energètica no ha estat fruit de l'actitud de les companyies, tot i que volen ser part de la solució. “La pobresa energètica l'han de solucionar les administracions a través dels impostos. Però aquest problema se solucionarà quan ens asseguem a parlar i nosaltres ho volem fer”, ha conclòs Solà.



Neinor EIXAMPLE HOMES Sabadell



Habitatges de 2, 3 i 4 dormitoris
Des de 180.000 €

Descobreix el que **Eixample Homes** t'ofereix



Cuines equipades



Zona comunitària amb piscina



Àrea de jocs infantils

Informa-te'n al **900 11 00 22** o a **neinorhomes.com**



Bateguem
amb
FORÇA

Bateguem

amb
la **nostra**
Ciutat



Ràdio Sabadell 94.6

www.radiosabadell.fm



Les baixes reserves d'aigua fan entrar en fase de presequera

L'Agència Catalana de l'Aigua ha enviat aquesta notificació perquè els embassaments catalans es troben al 44% de la seva capacitat

PERE GALLIFA
@PERE_GALLIFA

El nivell d'aigua dels embassaments catalans ha caigut fins al 44% de la seva capacitat, fet que ha obligat a l'Agència Catalana de l'Aigua a determinar la fase de presequera a tot el país. “És una alerta que es llança a la ciutadania perquè el nivell dels embassaments, que ara es troba al 44%, no és crític, però sí que hem d'estar alerta per fer un consum el més racional possible. Si continuem sense pluges, sí que es podria determinar més endavant un estat de sequera”, ha explicat la directora



Imatge del pantà de Siurana | Cedida

de desenvolupament sostenible d'Aigües de Sabadell, Elisabeth Santacruz, al programa *Al Matí* de Ràdio Sabadell.

Per tal de no arribar a aquests nivells més preocupants, Santa-

cruz també ha fet difusió d'alguns consells i recomanacions per tal de fer un consum responsable i evitar el malbaratament d'aquest recurs natural. Entre les propostes

esmentades, hi ha “tenir un bon manteniment de les instal·lacions d'aigua, que les aixetes no degotin, utilitzar la dutxa en comptes de la banyera, omplir els electrodomèstics a la màxima capacitat o no usar el vàter com una paperera”. Tot i això, el consum mitjà dels sabadellencs ja demostra un bon estalvi d'aigua, situant-se als 97 litres per ciutadà i dia, per sota del conjunt de l'Àrea Metropolitana de Barcelona, que es troba als 100 litres per ciutadà i dia. “En el cas de Sabadell, són pràctiques que els ciutadans tenen molt incorporades en el seu dia a dia, i així ho demostra el consum mitjà de la ciutat”, conclou Santacruz.

El Gremi de Fabricants entrega els Premis Floc de Llana

L'empresa tèxtil GRAU S.A., la Fundació del CNS i Jordi Marminyà són els guardonats d'aquesta tercera edició

P.G.

Com cada any des del 2016, el Gremi de Fabricants de Sabadell ha entregat tres premis Floc de Llana, amb els quals

volien reconèixer la tasca d'empreses, entitats, i persones vinculades amb el sector tèxtil i compromeses amb la ciutat. Els guardons es distribueixen en tres categories, com ha explicat Núria Aymerich, secre-

tària general de l'entitat de fabricants. En l'apartat empresarial, la guanyadora ha estat GRAU S.A., “per la seva trajectòria industrial des de 1868, la creació d'ocupació i els seus valors de confiança, qua-

litat i professionalitat en el servei”. En l'àmbit associatiu, el premi ha recaigut en la Fundació del Club Natació de Sabadell. El jurat ha valorat “la vocació altruista per al foment de l'esport, la salut i la cultura, i el compromís amb les persones amb dificultats especials o en risc d'exclusió social”. Finalment, el tercer premi ha estat per a Jordi Marminyà Valls, “per la seva trajectòria professional en el sector tèxtil, la seva tasca com a formador i el seu servei en la transmissió del patrimoni tèxtil”. Els premis es van entregar divendres 19 de gener, per commemorar la festivitat de Sant Sebastià, patró del Gremi de Fabricants.

NOTÍCIES BREUS

Els Ballesteros celebren Sant Sebastià

P.G.

Més de 200 persones han assistit al convit organitzat per l'Agrupació Andalus de San Sebastián de los Ballesteros a l'Hotel Urpí, celebrada per commemorar el patró de la ciutat cordovesa. Hi havia representants de tots els partits polítics de l'ajuntament, així com membres de nombroses entitats sabadellenques. Al final de l'acte, s'han entregat tres ‘cordobans’, el premi que l'associació andalus entrega a dues entitats i una persona compromeses amb la germanadat. En aquesta ocasió, els guardonats han estat l'empresa SMATSA, la cooperativa agrícola de San Sebastián de los Ballesteros i una històrica parella de l'entitat, Luisa Alcaraz i Juan Martín. El president de l'entitat, Joaquín Lesmes, ha considerat que l'èxit de la proposta es deu al caràcter transversal de l'acte: “Ja portem molts anys i sempre deixem de banda la política. Segurament som l'única entitat que pot reunir tots partits”. Per la seva banda, el representant de la ciutat cordovesa va anunciar que els socis de l'entitat visitaran la població en un intercanvi cultural programat per aquest 2018.

AUDIOLAB
Centre Auditiu

molt per sentir

Centre de referència al Vallès

Psg. d'Espronceda 39 · Sabadell
93 515 39 75

tractament personalitzat
garantia de qualitat

Fisio Salut
centre
FISIOTERÀPIA

Pg. Rubió i Ors, 91
08204 Sabadell
93 137 42 82 - 659 32 03 82
www.fisiocentresalut.com

Qi CENTRE
per el teu benestar

Pg. Rubió i Ors, 89
08204 Sabadell
649 73 62 89
www.centreqisabadell.com

TÈCNIQUES M.T.C. | ACUPUNTURA | FITOTERÀPIA
DIETÈTICA | AURICULOTERÀPIA | REIKI
MOXIBUSTIÓ | MASSATGE TUI-NA
TUI-NA INFANTIL | QUIROMASATGE



FOTOGRAFIES DE ROGER BENET. @ROGERBR21



NOTÍCIES
BREUSEls sabadellen-
quismes, en un
llibre

Estrep, xurruques, petador o l'eixida de la casa anglesa són només alguns dels exemples que ha recopilat l'escriptor David Vila Ros a *Sabadellenquismes fil per randa*, un llibre editat per Plataforma per la Llengua. En la feina de recerca hi ha col·laborat el filòleg sabadellenc Cesc Prat i els ciutadans a través les xarxes socials amb l'etiqueta #sabadellenquismes. L'Ajuntament n'ha comprat 1.000 exemplars per regalar com a obsequi.

L'Ajuntament
projecta una
filmoteca local

El projecte forma part del pla del foment del cinema i pretén incorporar nous espectadors a les sales de cinema. El consistori ha anunciat que podria estar llesta el primer trimestre del 2018 i que s'ubicarà a l'Auditori del carrer Lacy. Dels continguts se n'encarregarà l'actriu Amparo Moreno en coordinació amb la regidoria de Foment de les Arts Audiovisuals, dirigida per Miquel Soler. El projecte compta amb la participació de la Filmoteca de Catalunya i la Diputació de Barcelona.

“Sóc un jove
capitalista espanyol”

Alberto San Juan aterra a l'Estruch amb el text
Autoretrato de un joven capitalista español

ALEIX GRAELL
@ALEIXGNN

L'actor madrileny Alberto San Juan estrena a Sabadell un dels seus monòlegs més rodats i exitosos, *Autoretrato de un joven capitalista español*. Serà aquest dissabte 27 a les nou del vespre a la Fàbrica de Creació Ca l'Estruch (Carrer Sant Isidre, 140). Un espectacle pel qual no queden gaires entrades. En aquest autoretrat San Juan expressa la seva visió pessimista de l'estat. La dictadura de Franco, la transició o el poder de la banca són les dianes de l'actor que reflexiona sobre



San Juan actua demà a
l'Estruch I | Cedida

les mateixes contradiccions en un text sense normes. L'actor passa de personatge a persona sense avisar, i l'espectador té la sensació que el que passa no té res a veure amb l'art dramàtic.

L'humor és una marca personal de San Juan. Tot i la cruesa del text, l'espectadorriu perquè l'absurditat de qui som ens provoca,

si més no, un somriure. A la seva mirada se li suma una base de textos filosòfics i historiogràfics que conformen aquest monòleg difícil de classificar dins del gènere teatral.

San Juan es membre fundador de la companyia Animalario i un dels impulsors del Teatro del Barrio de Madrid, que funciona com una cooperativa de consum. Un dels seus últims projectes és *El Rey, la película*, que neix de l'obra de teatre que protagonitzen San Juan, Willy Toledo i Luis Bermejo sobre la figura de Joan Carles I. La pel·lícula es pot cofinançar a través de la pàgina web de micromecenatge goteo.org.

La Quartera
engega el
segon cicle de
teatre polític

Microteatre i *Judes traït* de Gerard Bidegain són les propostes pels mesos de febrer i març

A.G.

La Quartera, espai annex al Casal Independentista Can Capablanca, ha començat el segon trimestre del cicle de teatre social i polític. En total han programat tres dies de teatre que van començar amb el projecte *Escales*, una producció de Lidia Casanovas, Aida Rivas i Carles Vidal de la companyia Orbayu Teatre, que es va estrenar el passat divendres. El dissabte 17 de febrer el cicle segueix amb dues peces de microteatre: *Orphelia* amb PH, que porta a escena la companyia Tragaluz, i

First Round, protagonitzada per la companyia Las Fritas. Tancarà el trimestre el 9 de març *Judes Traït*, escrita per Gerard Bidegain com a final del projecte de l'Institut del Teatre i produïda pel festival LOLA d'Esparraguera aquest 2017. “El primer trimestre ens va funcionar molt bé, vam fer tres obres i amb molta rebuda per part del públic”, explica Albert González, director artístic de la mostra. Per a González la voluntat a l'hora d'escollir la programació és buscar “textos amb contingut polític, social o si més no buscar companyies joves i emergents”.



ANFER
Clínica Dental

**creando
sonrisas sanas**
más de 26 años a tu lado

primera visita + revisión
gratuita

Te ofrecemos los mejores servicios

Odontología integral | Periodoncia | Cirugía implantología | Prostodoncia
Ortodoncia conservadora | Sedación | Estética dental | Relleno de arrugas buco labiales



C. Urgell, 2 · BARBERÀ DEL VALLÈS · **93 729 21 00**

Final de temporada dels Pastorets de La Faràndula

Les vuit representacions del clàssic nadalenc sumen més de 5.000 espectadors al teatre del carrer de la República

PAU DURAN

Els Pastorets de La Faràndula baixen de l'escenari aquesta temporada amb tres comiats que seran definitius. El que n'ha estat el director els darrers quatre anys, Albert González, deixa de ser el màxim responsable de l'obra. A més, l'any vinent tampoc veurem dalt dels escenaris Marc Granado i Pol Berch; el Lluquet i el Rovelló aquests últims vuit anys. Els Pastorets, a més, s'acomiaden dels escenaris fins a la temporada vinent amb un èxit de públic. Més de 5.400 persones han anat a veure les vuit representacions que s'han fet aquest Nadal organitzades per la Joventut de La Faràndula. El director de l'espectacle, Albert



Els Pastorets de la Faràndula s'acomiaden fins l'any que ve | Roger Benet

González, ha valorat positivament la temporada, fins i tot amb els canvis fets en el repartiment. Creu que “teníem unes dates complicades, pel que fa a representacions, però hem tornat a fer una xifra similar a l'any passat”. Precisament, aquesta temporada ha estat l'última que González s'ha ocupat de la direcció d'Els Pastorets, ja que l'any que ve passarà el relleu a Ferran Vidal o a Montse Serra. Ells dos han estat la seva mà dreta aquest any, i decidiran qui s'hi posa al capdavant la pròxima primavera. El director sortint també valora la seva tasca

Albert González, deixa de ser el màxim responsable de l'obra

en la direcció, ja que “els primers anys vam fer força canvis, com la banda sonora, que la vam reorquestrar. L'any passat vam canviar les màscares dels pecats. El maquillatge dels dimonis també va ser nou. I aquest any, com que hi havia tantes cares noves, i de traspàs de la direcció, hem fet els canvis mínims”, ha assenyalat.

Baixen les visites als pessebres

La meteorologia és la causa més probable del descens de visitants

P.D.

Unes 16.000 persones han passat enguany per les exposicions de pessebres de la Casa Duran i l'Acadèmica Catòlica. Són xifres que ha donat l'Agrupació de Pessebristes de Sabadell, entitat organitzadora del certamen. En total, la mostra ha exposat 46 pessebres durant les setmanes de Nadal, comptant el pessebre de la ciutat de la Casa Duran i els diorames fets pels socis i sòcies de l'entitat. Joan González, president de Pessebristes Sabadell, valora de manera positiva l'assistència del públic, tot i que enguany és sensiblement més baixa. Diu que “altres anys eren aproximadament disset mil persones les que visitaven l'exposició, i aquest any, no sé si és perquè va fer mal temps el dia de Reis i Cap d'Any, ha baixat una miqueta”.

Per la mostra també han passat 3.700 escolars. La novetat han es-

3.700 escolars han visitat la mostra a l'Acadèmica Catòlica

tat els pessebres vivents fet per La Faràndula i l'Agrupació Parroquial de Sant Vicenç de Junqueras, que també han tingut molt bona acollida, segons González. En total se n'han fet tres sessions, que representaven l'anunciament dels pastors i el naixement.

Al mes d'abril, l'entitat Pessebristes de Sabadell es reunirà per preparar la mostra de l'any que ve amb la intenció de mantenir el pessebre de la Casa Duran i els pessebres vivents. Com a punt final, l'entitat va celebrar l'entrega de premis del norantè concurs de pessebres que premia els pessebres de particulars.



Don Carlo

Giuseppe Verdi

Producció i organització del Cicle Òpera a Catalunya:



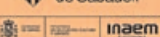
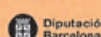
Associació d'Amics de l'Òpera de Sabadell
35 ANIVERSARI

Presidenta i directora artística: Mirna Lacambra
AAOS. Tel. 93 725 67 34 - aaos@aaos.info
www.aaos.info

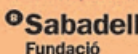


òperacatalunya
30 ANIVERSARI

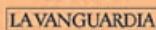
Patrocinen:



Amb el suport de:



Col·labora:



Giuseppe Verdi (1813-1901)

Òpera en quatre actes estrenada en versió italiana a l'Scala de Milà el 10 de gener de 1884.
(Sobretitulada en català).

Text de François Joseph Mery i Camille du Locle, basat en el poema dramàtic “Don Carlos, Infant von Spanien” de Friedrich von Schiller.

Filippo II, Re di Spagna
Don Carlo
Rodrigo
Elisabetta di Valois
La Príncepsa d'Eboli
Il Grande Inquisitore
Un frate
Tebaldo
Un eraldo reale
Voce dal cielo
Director musical
Director d'escena i vestuari
Assistent d'escena
Disseny d'escenografia
Il·luminador
Vestuari

Felipe Bou
Albert Casals
Carles Daza
Maite Alberola
Laura Vila
Danil Sayfullin
Juan Carlos Esteve
Laura Obradors/
Querali Aymerich
Alberto Espinosa
Anabel Pérez-Real

Daniel Gil de Tejada
Carles Ortiz
Anna Ponces
Jordi Galobart
Nani Valls
AAOS

REPRESENTACIONS

FEBRER 2018

Sabadell
La Faràndula
Dimecres 21 - a les 20.00 h
Divendres 23 - a les 20.00 h
Diumenge 25 - a les 18.00 h

Reus
Teatre Fortuny
Dimarts 27 - a les 21.00 h

MARÇ 2018

Viladecans - Atrium
Divendres 2 - a les 21.00 h

Vic - Teatre L'Atlàntida
Diumenge 4 - a les 18.00 h

Manresa - Teatre Kursaal
Dimecres 7 - a les 20.00 h

Sant Cugat del Vallès
Teatre - Auditori
Divendres 9 - a les 20.30 h

Tarragona
Teatre Tarragona
Diumenge 11 - a les 18.00 h

Girona
Teatre Municipal
Dimecres 14 - a les 20.30 h

Granollers
Teatre Auditori
Diumenge 18 - a les 18.00 h

GENER 2018



Activitats Espai Natura Fundació Sabadell 1859. Tots els diumenges de l'any (excepte agost). Masia de Can Deu.



Cor Gospel Gràcia amb les emergències oblidades. Divendres 26 de gener. 21.30 h. Teatre La Faràndula. Entrada: 12 €



Cuentos perturbadores, relats inquietants.

Dissabte 27 de gener. 20.00 h. Librería de la Plata. Entrada: 4 € (copa de vi inclosa)



Petits a la cuina, club de cuina infantil.

Dimecres de 18 a 19h. Fins el 30 de maig. Espai Cultura Fundació Sabadell 1859



Conversa de meuques de Lluçia de Samòsata.

Dissabte 27 i diumenge 28 de gener. Espai Cultural Àgora. Entrada: 10 €.



Codeclub, taller de programació per a nois i noies de 10 a 12 anys.

Dijous 11 de gener al 15 de març. Biblioteca Vapor Badia. 18.00 h.



Guardians de la història.

Room Escape al Museu del Gas. Dissabte 27 de gener, 24 de febrer i 24 de març de 16 a 20.00 h. 5€.



Joseph i l'increïble abric en technicolor.

Teatre. Ds: 18h i a les 21.30h. Dg a les 18h. Teatre del Sol



Osques, poemari de David Madueño.

Divendres 26 de gener. 19.30 h. Llar del Llibre. Entrada lliure.



Els Pastorets del Sant Vicenç.

Teatre. Fins al 28 de gener. Teatre Sant Vicenç

Vols que et coneguïn a Sabadell?

Sabadell
informatiu

ÉS LA TEVA PUBLICACIÓ

Per més informació truca'ns 654 368 974
trinitat@gpl.cat - www.gpl.cat

Braima Fati també deixa el Sabadell en el mercat hivernal

El jugador de Guinea Bissau segueix així les passes de Lass Manneh i Arthuro, ja fora del club. Gai Assulin i Sergi Pastells podrien ser els següents en sortir

MARC PIJUAN
@MARCPIJUAN

El Sabadell segueix reestructurant la seva plantilla en aquest mercat d'hivern. A falta de possibles arribades que reforcin l'equip, el que a poc a poc es va confirmant són els jugadors que no comptaran en aquesta segona part de la temporada. El primer en abandonar l'entitat va ser Lass Manneh. El gambià no es va presentar finalitzada l'aturada nadalenca, i el club i el jugador van signar la desvinculació contractual. Arthuro va ser el segon en deixar la disciplina del Centre d'Esports. Seguirat no comptava amb el davan-



Gai és un dels noms propis del mercat d'hivern | Roger Benet

ter brasiler i el club va decidir rescindir-li el contracte. El tercer en buidar la seva taquilla del vestidor arlequinat ha estat Braima Fati. El migcampista de Guinea Bissau, que no ha disputat ni un minut amb la samarreta del Sabadell,

s'acomiaava aquest dimecres dels seus companys en l'últim entrenament en el qual va participar.

Aquestes sortides, però, poden no ser les últimes. Tot fa indicar

que Sergi Pastells, el jugador barceloní que aquest gener ha rebut l'alta mèdica després d'una greu lesió al genoll, també té molts números d'acabar la temporada lluny de la Nova Creu Alta. Serà, això sí, en forma de cessió. La idea és que Pastells recuperi el ritme competitiu i disputi minuts, cosa complicada en l'actual Sabadell, a l'espera de poder tornar per acabar de complir l'any de contracte que té signat amb el Sabadell. I per últim, un dels noms que sona amb força a les últimes hores és el de Gai Assulin. L'israelià no entra en els plans del tècnic arlequinat, i en els pròxims dies es podria fer oficial el seu adéu després de dues temporades

El club busca un davanter espanyol i contrastat

defensant els colors del Sabadell.

Més aturat i menys clar sembla el capítol d'entrades. El club busca un davanter espanyol i contrastat. Un perfil de futbolista molt buscat a la Segona B. En contra del Sabadell hi juga l'economia, ja que el club té unes limitacions pressupostàries que no li permeten lluitar d'igual a igual amb altres equips importants de la categoria. Malgrat això, fins al 31 de gener, últim dia de mercat, tot és possible.

Queralt Castellet amb opcions de medalla a PyeongChang

Castellet arribarà als JJOO amb una victòria i un tercer lloc en les dues últimes proves de la Copa del Món

M.P.

La rider local arriba a la cita més important de l'any, els Jocs Olímpics d'Hivern

de PyeongChang (Corea del Sud), en la millor forma possible i amb moltes opcions de medalla. Queralt Castellet, que el passat 13 de gener es va proclamar campiona

a la tercera prova del Half-pipe de la Copa del Món FIS Cup celebrada a Snowmass (EUA), ha tornat a sumar un altre podi aquest cap de setmana del 20 de gener. En

aquesta ocasió, la snowboarder sabadellenca ha aconseguit una tercera posició al Half-pipe disputat a Laax (Suïssa), en la quarta prova de la temporada.

Castellet, que havia aconseguit classificar-se per la final amb la quarta millor nota de totes les participants, va fer la segona millor puntuació en la primera ronda de la final, amb un registre de 81.75 punts. Davant seu només s'hi va colar la rider xinesa Jiayu Liu (90.50). A la segona ronda, Queralt va cometre un error que no li va permetre millorar la seva puntuació, però els 81.75 de la primera ronda van ser suficients per

obtenir la tercera posició, a només 2 punts del segon lloc, en mans de la xinesa Xuetong Cai (83.75). La victòria finalment va ser per Jiayu Liu amb 96.25.

Aquests dos podis consecutius li han permès arribar a la desena de medalles en una Copa del Món -nou en Half-pipe i una en Big Air-. Uns resultats que demostren el seu gran estat de forma pocs dies abans de l'inici dels Jocs Olímpics de PyeongChang, on en la disciplina de Half-pipe, les rondes classificatòries es disputaran el 12 de febrer, mentre que pel 13 està previst que es realitzin les finals. Aquests seran els seus quarts jocs olímpics.

Formay línea
DES DE 1989

[APRIMAMENT, BELLESA I QUALITAT DE VIDA]

MÈTODE EXCLUSIU FORMA Y LÍNEA
RESULTATS GARANTITS

Amb **més de 30 anys d'experiència**, aquest mètode **permet perdre fins a un quilo per sessió**, sense pastilles ni efectes secundaris.

visita gratuïta previa cita truncant al **937 270 521**

C. Les Valls, 28 1º 3ª • 08201 Sabadell
937 270 521
info@formaylineasabadell.com •

20% dte.

+ una sessió del seu tractament **DE REGAL**

NOTÍCIES BREUS

L'Astralpool masculí ja coneix el seu camí a la Copa del Rei

El Mediterrani serà el primer rival del CNS als quarts de final de la Copa del Rei. La competició es jugarà del 2 al 4 de febrer a la piscina de l'Echeyde canari, i els del Chava Gómez no es trobaran amb el gran favorit, l'Atlètic Barceloneta, fins a una hipotètica final. En cas de passar a semifinals, els del Club es creuarien amb el vencedor del Natació Terrassa - Natació Barcelona.

Ona Carbonell i Aleix Gómez premiats a la Festa de l'Esport Català

La nedadora artística del CNS es va endur el premi a Millor Esportista Catalana del 2017. Carbonell, amb les dues medalles de plata del l'últim Mundial, és l'esportista catalana més llorejada de la història. El jugador sabadellenc del Barça d'handbol, per la seva banda, va guanyar el premi Esportista Projecte Masculí. Gómez va ser inclòs en el 7 ideal de l'últim Mundial júnior.

Derrota de l'Astralpool masculí a la Champions

El Natació Sabadell va caure a la Lliga de Campions de waterpolo 8-10 contra el Jadran montenegrí. Tot i anar sempre a remolc, l'equip local va igualar (8-8) el partit en el darrer quart, però un parcial final de 0 a 2 pels montenegrins va sentenciar el matx. L'equip del Chava Gómez tanca així la primera volta de la lligueta amb una única victòria, l'assolida davant l'Alphen holandès a Can Llong.

Sabadell acull l'All Star de la Copa Catalunya de bàsquet

El Pavelló del Nord serà l'escenari d'aquesta competició que es celebrarà el 27 i 28 de gener i que arriba a la segona edició.

JOAN BLANCH
@BLANXI2

La ciutat de Cornellà va ser l'any passat el conillet d'indies de la primera edició de l'All Star de la Copa Catalunya de bàsquet. Un espectacle organitzat per la Federació Catalana, amb el suport de La Xarxa, i que va tenir una gran acollida en la seva estrena. Veient els resultats d'aquest primer any els responsables de l'All Star es van decidir a seguir apostant per aquesta cita, triant Sabadell i el Pavelló del Nord per a la segona edició. Els sets clubs de la ciutat, Sant Nicolau, Natació Sabadell, Bàsquet Pia, Escola del Carme, Creu Alta Bàsquet, Sabadell Sud i Global Basket han decidit unir esforços i crear el col·lectiu Sabadell Viu Bàsquet. Una plataforma des de la que poder organitzar de la millor manera possible aquest All Star de la Copa Catalunya. "Vam entendre que aquesta competició era una molt bona oportunitat de promocionar el nostre esport, però també de



Imatge de la presentació de l'All Star | FCBQ

promocionar la nostra ciutat", ha assegurat Jordi Vallhonrat, president del Sant Nicolau i portaveu del nou ens del bàsquet local.

La competició s'iniciarà dissabte amb el partit d'All Star júnior, que donarà pas a l'All Star masculí entre els millors jugadors dels dos grups de la Copa Catalu-

nya, a més del concurs d'esmaixades. També per dissabte quedarà una exhibició de bàsquet inclús amb les noies i nois del Global Basket com a protagonistes. Per a diumenge quedarà el partit júnior femení i l'All Star de les noies amb el concurs de triples com a punt final d'aquest esdeveniment.

S'espera que hi hagi gran presència de gent a les graderies del Pavelló del Nord, ja que l'entrada per aquest espectacle és completament gratuïta tot i que per reservar-les s'haurà de fer a través de entrades.basquetcatala.cat.

Més de 500 corredors fan gran la tercera edició de La Llanera Trail

Una edició més els organitzadors van col·laborar amb el Rebost Solidari recollint gel de dutxa

MARC PIJUAN
@MARCPIJUAN

Sabadell va ser el punt neuràlgic d'una de les primeres curses de muntanya de l'any a Catalunya, La Llanera Trail. La tercera

edició d'aquesta prova va comptar amb 530 participants, 143 a la marató de 43 quilòmetres i 387 a la mitja de 21 quilòmetres, i que es van endur Pakito Pérez i Verònica Zaragoza, en marató, i Artur Cuñat i Mireia Pons en la mitja.



Podi de campions de La Llanera 2018 | La Llanera

Organitzada un any més per la Unió Excursionista de Sabadell, La Llanera va passar pels termes municipals de Sabadell, Castellar del Vallès i Sentmenat, a través de corriols fins ara desconeguts que van guiar als corredors fins al cim del Puig de la Creu (668 metres), el punt més alt de la marató.

Amb inici i arribada a la Plaça Doctor Robert, la prova va tornar

a tenir un caràcter solidari. Com en anteriors edicions, La Llanera va col·laborar amb el Rebost Solidari de Sabadell recollint gel de dutxa, una iniciativa a la qual s'hi van sumar tant corredors com acompanyants. La cita va comptar amb la col·laboració de quasi 200 voluntaris.

Doble Premi Esportivitat del Panathlon Club

La dotzena edició d'aquest premi es lliurarà dimarts que ve al Casal Pere Quart i tindrà dos guardonats, Marc Rodríguez i Josep Salmerón

JOAN BLANCH
@BLANXI2

Ja és tradició que a finals de gener els membres del Panathlon Club, entitat que presideix Martí Sala, facin entrega del premi a l'Esportivitat. Un guardó que es dona a aquell club o a aquella persona que va destacar l'any anterior per un gest de 'fair-play' durant alguna prova o competició. De totes les candidatures presentades aquest any el jurat del premi ha decidit lliurar un doble reconeixement. El primer serà per a Marc Rodríguez, un jove atleta que durant La Nostra infantil del 2016 va ajudar



Trofeu que rebran els guardonats del Premi Esportivitat | Cedida

a un amic que havia caigut poc abans d'entrar a la línia d'arribada. Un gest molt lloable a tan curta edat. L'altre premiat serà Josep Salmerón, entrenador de l'infantil A del Mercantil a la categoria

Preferent. Durant el transcurs d'un partit contra el Rubí a Can Rosés, un jugador rival va rebre un cop al cap i va quedar estès

sobre la gespa. Això va provocar que els seus companys s'aturessin i l'acció va acabar amb gol dels sabadellencs. A la següent jugada, el tècnic del Mercantil va ordenar als seus joves futbolistes que es deixessin marcar un gol pel Rubí en una acció d'esportivitat que va arrencar els aplaudiments de tots els presents. El cert és que el Panathlon Club va engegar aquest premi ja fa anys i sempre ha trobat un gest digne de poder rebre el premi. Aquesta cerimònia del Premi Esportivitat es farà dimarts que ve al Casal Pere Quart de Sabadell amb la presència de Martí Sala i la regidora d'Esports de Sabadell, Marisol Martínez.

NOTÍCIES BREUS

Àngel Codina fa bona la dita

El nou tècnic del Sabadell femení, en substitució de Jordi Saltó, que va presentar la dimissió per motius personals, va debutar i ho va fer amb victòria a la banqueta del conjunt arlequinat. Codina, que en aquesta nova aventura està acompanyat per Raül Rodríguez, es va estrenar sumant els tres punts en el derbi local contra el Planadeu. Un partit que es presentava gairebé vital per a tots dos equips, i que pot capgirar les seves dinàmiques a la lliga. De fet, amb aquests tres punts el Centre d'Esports ha abandonat la zona de descens, mentre que, per contra, les noies de la zona nord continuen en última posició de la classificació i ara, a més, a quatre punts de la permanència a la Lliga Preferent.

El golf protagonista a una nova trobada del Panathlon

Àlex Albiñana, professor del Club Golf el Prat i campió de Catalunya de pitch and putt parla d'aquest esport

JMA

La primera reunió del 2018 del Panathlon Club va tenir el golf com a protagonista. Concretament

a l'instructor professional del Real Club de Golf el Prat, Àlex Albiñana. Amb arrels sabadellenques, Albiñana ha estat campió de Catalunya de Pitch and Putt els anys

2011, 2012 i 2013. Una modalitat que es pot considerar el germà petit del golf, ja que només es disposen de 7 pals i les distàncies són més petites. "El pitch and putt va

desapareixent i el golf també viu un període d'estancament", ha dit l'entrenador català, que ha tornat al nostre territori després d'una etapa als Estats Units en la qual va perseguir poder arribar al professionalisme. "No n'hi ha prou amb entrenar i tenir moltes ganes. Necessites un talent natural que jo no tenia", ha admès un Albiñana que en l'actualitat controla uns 500 nens i nenes que es diverteixen jugant a aquest esport, sense la preocupació o pressió d'haver de fer el salt al golf professional.

Un esport molt beneficiós

Els prejudicis de la societat, fan

que s'associï el golf a un tipus de gent adinerada o controvertida. A més, la despesa en aigua que suposa el manteniment dels camps també aixeca fortes crítiques en alguns sectors. Amb tot, Àlex Albiñana explica que aquest esport té grans beneficis. "Has de caminar molt i també requereix molta concentració i això fa que t'oblidis dels problemes que comporta la vida quotidiana", ha reconegut el professor del Real Club Golf el Prat. A nivell personal, considera Severiano Ballesteros el millor golfista espanyol i Jack Nicklaus el millor jugador del món, un punt per sobre de Tiger Woods.

dbcoop sccl Solucions gràfiques

TARGETES DE VISITA

100 Unitats.....	10.00 €
200 Unitats.....	15.00 €
300 Unitats.....	20.00 €
500 Unitats.....	32.00 €

- * Tamany 5x8 cm impreses a una sola cara
- * Targetes a doble cara +60%
- * No inclouem muntatge ni transport. Preus sense iva

c.Sant Lluís 11 local1 08012 Vila de Gràcia
Tel.93 242 01 99 · db@dbcoop.cat · www.dbcoop.cat

Si vens a Barcelona i necessites un taxi...



la teva companyia
DE TAXIS
a Barcelona

...TRUCA'NS!
93 358 11 11 93 357 77 55



TOT TIPUS DE RECANVIS D'AUTOMOVIL
I VEHICLES INDUSTRIALS



C/ MARQUESOS DE BARBERA, 127
TEL: 93.6248281 BARBERA DEL VALLES
recanvisbarbera@hotmail.com

Les nits de dijous es dediquen a les bandes sonores de les pel·lícules en un programa que combina la música i la informació

nores en concret”, resumeix Tarradas sobre la seva motivació per fer aquest programa. Però afegeix que la ràdio és la seva vida. “Porto fent ràdio des dels 16 anys, i en tinc 53. De la ràdio m’agrada tot, és la màgia que té”, expressa. Una passió que transmet a través del micròfon en cada un dels programes. *La llanterna màgica* s’emet cada dijous, a les deu de la nit, i en redifusió els dissabtes a les cinc de la tarda. A més, Tarradas també produeix el programa per a altres emissores locals catalanes, com Ràdio Premià, Ràdio Sant Quirze, Ràdio Santa Perpètua o Ràdio Maçanet.



	dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres	dissabte	diumenge	
7 a 9	Notícies en Xarxa					Fórmula Musical		
9 a 13:30	Al Mati -Mireia Sans i Raquel García-					Fes ta Festa	Sardanes	
13:30 a 14						Fórmula Musical		
14 a 15	Notícies Migdia -Karen Madrid-							
14 a 15	Hotel Suís -Adrián Arroyo-					Notícies en Xarxa Cap de Setmana		
15 a 16	Quimèric (R)	Generació BSO (R)	L'Espia de Mahler (R)	Amunt el Teló (R)	Parlem d'Òpera (R)	Fórmula Musical	Fórmula Musical	
16 a 19	La Tarda en la Xarxa					La Llanterna Màgica(R)	Sabadell en Joc	
						Peluts		
19 a 19:30						Notícies Vespre -Pau Duran-		
19:30 a 20	Sabadell Batega					L'Espia de Mahler (R)		
20 a 21	Generació BSO	L'Espia de Mahler	Amunt el Teló	Parlem d'Òpera	Quimèric	En Joc		
21 a 22	Xocolata Express -Pere Massagué-							
22 a 22:30	Notícies Vespre -redifusió-			La Llanterna Màgica	Vitamina Dance	Vitamina Dance (R)	Quimèric (R)	
22:30 a 23	Sabadell Batega							
23 a 7	Fórmula Musical					Parlem d'Òpera (R)	Generació BSO (R)	

Aitor Galian: “A la pista de ball, el DJ és el rei i la música la reina”

El productor musical i professor del taller de l'Estruch, conegut com a DJ Howld, conversa amb l'Escola de Ràdio durant les pràctiques que fan els seus alumnes a Ràdio Sabadell

MONTSE PÉREZ CREUS
@MONTSEPCREUS

Els alumnes de la quarta edició del *Taller d'iniciació per a DJ's* han començat el període de pràctiques a Ràdio Sabadell. L'objectiu és aplicar tot el que han après en diverses sessions musicals que s'estan enregistrant aquests dies i que s'emetrà per antena i a través dels canals digitals de l'emissora municipal a partir del mes de març.

El professor del taller és Aitor Galian, un conegut productor musical de la ciutat que també actua com a DJ de discoteca amb el nom artístic de Howld. L'Aitor explica que “l'objectiu més important del taller és ensenyar a fer mescles de temes musicals de manera professional”. Per aconseguir-ho, Galian explica “una mica d'estructura musical, equalització i sobretot, a estar molt pendent de la música perquè no es desquadi”. Segons explica, “equalització, harmonia, precisió i psicologia són el més important”. Els tallers de l'Estruch són una de les moltes activitats artístiques que organitza la Fàbrica de creació de les arts en viu de Sabadell. Fins ara, el taller s'impartia a les sales del carrer Sant Isidre, a La Creu Alta, però des d'aquest curs i gràcies a un acord amb la



Els alumnes Ignasi Moles i Manuel Martínez en plena sessió pràctica als estudis de Ràdio Sabadell | MPC

L'objectiu del taller és ensenyar a fer mescles musicals de manera professional

nova Escola de Ràdio, els aspirants a DJ poden ampliar la seva experiència fent pràctiques en un entorn professional.

En Manuel Martínez, o DJ Numan, és un jove de 17 anys que

s'ha apuntat al taller per “guanyar confiança en mi mateix”. Tot i la seva joventut, Manu fa anys que punxa a casa i té força experiència en la mescla musical. Tot i això, considera que “quan estàs a la pista, no pots fer una bona sessió si no tens molta confiança en que seràs capaç d'aconseguir-ho”. Mentre es prepara per quadrar un parell de temes musicals que ell mateix ha escollit i ha portat a la sessió de pràctiques en els seus llaips de memòria, DJ Numan explica que “actualment la figura del DJ s'està desprestigiant

i està perdent qualitat perquè les discos paguen poc i es conformen amb què el que soni estigui mitjanament bé”. Però Manu vol perfeccionar el seu estil i aconseguir “jugar amb efectes i quadrar molt bé les cançons perquè la gent, a la pista, no noti el canvi de tema musical”.

Un dels principis que ensenya el professor Galian és que, en llenguatge expert, quan es nota una diferència de ritme en la mú-

Les sessions de pràctica es podran escoltar a Ràdio Sabadell a partir del març

sica que distorsiona el ball, vol dir que el DJ “ha fet un cavallet”, expressió que recorda el moviment asincrònic dels cavalls quan s'encabriten. L'Aitor, jugador amateur d'escacs, considera que podria comparar-se la feina del DJ amb una partida del mil·lenari joc de taula: “Podríem dir que, a la discoteca, el DJ és el rei, la música la reina i la millor estratègia és un bon atac per aconseguir omplir ràpidament la pista de ball”. Galian espera poder aconseguir que la propera edició del taller d'iniciació al món DJ tingui “una bona difusió perquè a l'Estruch oferim bona qualitat a uns preus molt assequibles i la informació potser no arriba a tothom que hi pugui estar interessat”.

Les sessions de pràctica que estan fent els alumnes de DJ Howld seran el primer contingut que emetrà l'emissora municipal a través de la nova Escola de Ràdio que està a punt de néixer a Sabadell. Més informació en properes publicacions.

Ocupa aquest espai,

anuncia't al
SABADELL INFORMATIU

Truca al **654 368 974**
www.gpl.cat

Carnestoltes 2018

Del 8 al 17 de febrer gaudeix
de la gresca i la xerinola
amb les diferents activitats organitzades
per l'Ajuntament de Barberà del Vallès
i entitats de la ciutat

AJUNTAMENT DE BARBERÀ DEL VALLÈS

Més informació www.bdv.cat



Atenció podològica gratuïta per als malalts de diabetis

A Catalunya, el nombre estimat de persones amb diabetis està al voltant dels 560.000 casos

BERNAT CABESTANY PERICH, PODÒLEG
@NOVAMEDICUM

Avui dia el nombre de persones que pateixen diabetis està augmentant moltíssim, l'alimentació, l'estrès, el ritme de vida actual... Són factors que influeixen molt en l'aparició d'aquesta malaltia. Segons, l'OMS, hi ha més de 347 milions de persones amb diabetis arreu del món. De fet, es considera que aquesta malaltia constitueix una de les pandèmies del segle XXI. Actualment existeix un conveni de col·laboració entre el col·legi oficial de podòlegs i el CatSalut que fa que els pacients diabètics "poc controlats" tinguin dret a tres visites podològiques anuals i gratuïtes on el podòleg revisarà el grau d'afectació sensitiva i tractarà els casos mitjançant neteges, descarregues i d'altres atencions necessàries. Amb aquest conveni es pretén oferir tractament podològic a les persones diabètiques amb patologies vasculars o neuropàtiques cròniques.



Com funciona?

Les visites es realitzaran als centres podològics adscrits al conveni. Evidentment serà un podòleg/a titulat i col·legiat al COPC (Col·legi Oficial de Podòlegs de Catalunya) qui realitzarà les visites assistencials. I no estan contemplades les visites amb règim domiciliari. Els usuaris podran tirar el centre podològic que millor els hi convingui amb preferència a l'àmbit territorial on resideixen. Els pacients han de disposar de la targeta sanitària del Gencat per a poder gaudir d'aquestes prestacions. El metge de capçalera o especialista de la seguretat social pot cursar un informe de derivació perquè el pacient s'adrexi al seu podòleg de confiança i el pugui tractar. Tot i que el pacient tindrà dret a realitzar tres visites anuals, en situacions excepcionals es poden ampliar les prestacions. La intenció és que el podòleg/a realitzi una primera visita exploratòria per poder determinar el grau d'afectació i una exploració per avaluar els punts conflictius de pressió, ulceració o deformitat que es podria complicar. En el cas de pacients que ja presenten lesions a la pell com nafres (ulceracions) o fregaments, el podòleg realitzarà els tractaments necessaris per millorar les afeccions. Es realitzarà també un cribratge neuro-isquèmic per tal de valorar, seguir i tractar la neuropatia (sensibilitat) i la vasculopatia (circulació) del pacient. Tot i que sovint els tractaments requereixen descàrregues permanents de les zones de pressió no queden inclosos tractaments ortopodològics com suports plantars (plantilles) o silicones interdigital, descàrregues fetes a mesura que els pacients puguin necessitar i tampoc aquells tractaments quirúrgics que s'hagin de menester.

El podòleg/a també informará, assessorará i educará a les persones diabètiques sobre la cura dels seus peus. És molt important la prevenció, ja que uns peus ben cuidats no tenen per què donar cap tipus de problema.



Decideix-te! Pots deixar de fumar!

Et falta una motivació per deixar de fumar? Comença per recordar que fumar no és guai, ni mola, ni et fa sentir millor!

GLÒRIA MONTANÉ
@FARMACIAMONTANE



Planteja-t'ho! Busca la motivació. Ho has de decidir tu, ni la teva parella, ni els teus fills, ni el metge... Quan deixis de fumar, al poc temps, podràs fer exercici sense fatigar-te. T'imagines pujar l'escala sense que et falti l'aire? Recuperar l'olor i el gust del plat que més t'agrada? I què me'n dius dels dits i les dents? El color groguenc que tenen ara pot desaparèixer, igualment el mal alè marxarà.

Si estàs embarassada pensa en el teu nadó; la nicotina passarà a ell i patirà el síndrome d'abstinència; estarà més intranquil i plorarà més. I si li dones el pit el mateix, a través de la llet li faràs arribar la nicotina. Fins i tot, si penseu en tenir un fill, us costarà més quedar-vos embarassats!

I a nivell de salut milloraràs moltíssim, si deixes el tabac. Disminuiràs el risc a patir malalties cardiovasculars, millorarà la teva tensió arterial, evidentment el sistema respiratori es recuperarà i reduirà també el risc a patir càncer.

Deixar de fumar no és gens fàcil, necessites molta força de voluntat, constància i fortalesa però que sigui dur farà més gratificant l'èxit.

Un cop ho aconsegueixis recorda que sempre seràs un ex fumador o ex fumadora, que allò de que "amb un que en fumi no passarà res" no és cert. Treu-te del cap la opció de tornar-ho a provar. I recorda com et sents de bé per tornar-hi!

A la farmàcia et podem ajudar a deixar-ho, demana'ns consell!

COORDINADORA DELS 'BATECS': RAQUEL GARCÍA. @RAQUELPETITA



L'atelier de Jana




TALLERS

Patchwork Trapillo Punto y ganchillo Corte y confección Taller junior infantil
Scrapbooking Lanas Patronaje Fofuchas Taller a domicilio para empresas y particulares (Tapper talleres)

INICIAMOS TALLERES *llámanos* **TE INFORMAREMOS**

c/ Josep Miquel, 6 · Sabadell · T 93 710 35 82 · F 93 710 46 09 · jana@jana-m.net · www.janalamercediadesabadell.com



Tothom a Taula: Cigrons amb espinacs i bacallà

JOSEP MARRIA PÁRRAGA, CUINER
@JOSEPPARRAGA

Els cigrons amb espinacs i bacallà és un dels plats més antics i clàssics de la cuina catalana ja documentat en els receptaris més antics. Un plat de cuina que tradicionalment es menjava durant la Quaresma, temps de privacions i d'abstinència en el consum de carn. En l'actualitat la tradició ha perviscut en el costum d'incloure el peix -particularment el bacallà- com a plat principal el divendres de Quaresma.

No dubteu en preparar aquesta fàcil recepta que us recomano acompanyar amb una bona llesca de pa!

Ingredients (10 racions):

Cigrons 750gr.
Ceba 50gr.
Oli Oliva 150ml.
All sec 20gr.
Espinacs frescos 500gr.
Bacallà dessalat 500gr.
Ou 5 unitats
Sal 10 gr.

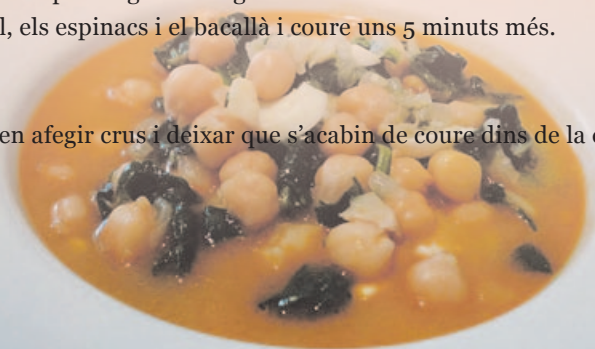
Elaboració:

Posar en remull els cigrons 12 hores. Rentar-los i posar-los a coure a foc mínim amb aigua freda (mineral) i la ceba clavetejada. Deixar coure 60-60 minuts. Escumar de tant en tant. Després bullir els ous durant 14 minuts. Refredar, pelar i reservar. Pelar els alls i fregir-los, amb cura que no es cremi. Saltar els espinacs i reservar. Ofegar la ceba i quan estigui cuita afegir els alls fregits. Esqueixar el bacallà i reservar. Un cop els cigrons estiguin tendres retirar els sòlids. Afegir el sofregit de ceba i all, els espinacs i el bacallà i coure uns 5 minuts més.

Variacions:

Els espinacs es poden afegir crus i deixar que s'acabin de coure dins de la cassola dels cigrons.

Bon profit!



Les olives, un superaliment per estar en forma!

JOAN BOIX, VEGÀ DE CONVICCIÓ
@CORVERD

Avui parlarem de les olives. I perquè? Perquè és un dels superaliments que tenim a casa nostra i a tota la mediterrània. Ens encanten, ens apassionen, de totes colors i de totes les maneres possibles! Les olives són fonamentals a la nostra cultura i per la nostra alimentació. Com sabeu en fem l'oli, d'oliva, que és un dels tresors alimentaris més importants i sans del planeta. El millor oli és aquell que és verge, de primera premsada i en fred.



O sigui que al premsar-lo no ha suportat temperatures superiors als 27 graus. Això fa que conservi totes les seves propietats, que no s'oxidi i que sigui més sa, especialment per menjar-lo. Per cuinar millor fer servir un oli d'oliva més refinat.

Ara també podem menjar les olives crues. Ben bé crues no. S'han de confitar i conservar en aigua i sal, a la qual se li pot afegir alls, bitxos, fonoll, romaní o altres herbes aromàtiques. Aquestes olives, que cal collir-les una mica més verdes entre el setembre i el novembre i les podem començar a consumir al cap de 60 dies de posar-les en conserva. Avui dia però aquestes olives ja no es fan a casa, sinó que les comprem a les botigues, i estan molt bones.

Menjar olives ens aporta molts beneficis. Tants que n'hauríem de menjar cada dia. En podem menjar tantes com vulguem perquè, siguin blanques o negres, no engreixen. Tenen la fibra que es necessita per absorbir els altres aliments, Són antioxidants, van bé per l'envelliment cel·lular, la circulació i el cor, tenen omegues 3, 6 i 9, ferro i vitamina A i E.

I són molt digestives. Una meravella, un tresor, que podem menjar de manera tan simple com soles d'aperitiu o en una amanida. I si les pelem i triturem, blanques o negres, i hi posem orenga, romaní o farigola, i hi afegim i conservem amb oli, obtenim un paté d'oliva per untar o per sucar que és una delícia.



Centre de Formació de professionals de la salut natural

"ENCARA ESTÀS A TEMPS DE CANVIAR EL TEU FUTUR PROFESSIONAL"

CURSOS ON-LINE · FORMACIÓ · ACTIVITATS · CLINICA · DISTRIBUCIÓ

L'escola per a professionals exigents



Reserva la teva plaça per als cursos amb inici en les properes setmanes

- Flors de Bach
- Mòdul de homeopatia ginecològica o sistema osteo-articular
- Reiki Utsui tibetà nivells I, II, III
- Hipnosis Eriksoniana
- Drenatge limfàtic
- Auriculoteràpia
- Massatge kobido
- Tècnica metamòrfica
- Cuina vegetariana (per a tot el públic)

Demana informació detallada →



QÜESTIONS VITALS
c/ Nemesi Valls, 30 08210
Barberà del Vallès

93 718 06 31



www.questionsvitals.com
info@questionsvitals.com



FENT REALITAT ELS **SOMNIS**
DELS NOSTRES INFANTS



Vine a buscar el teu
catàleg!

També el trobaràs a la nostra app



Descarrega't l'App de JAR TOYS



Disponible en
Google play

Disponible en el
App Store

Segueix-nos a:



MOLLERUSSA
Ferrer i Busquets, 27-29
Tel. 973 60 05 73 · Fax 973 60 30 08

TÀRREGA
Av. Catalunya, 58 · Tel. 973 31 36 46

BALAGUER
Urgell, 36 · Tel. 973 44 35 63

SABADELL
De les Tres Creus, 63 · Tel. 93 725 59 37

LLEIDA
Pi i Maragall, 17 · Tel. 973 22 06 55
Bisbe Ruano, 10 · Tel. 973 28 80 02

FRAGA
Av. Madrid, 49 · Tel. 974 47 44 89

www.juguetesmarrades.com
marrades@joguines.com

BOTIGA ONLINE
SERVEI A DOMICILI (24-72 h)