

el tot MATARÓ i maresme



CAPITAL DELS VALORS

Mataró dedica el 2014 a treballar amb les entitats amb un motiu de referència comú cada mes



auto Net&Oil BENZINERA

Camí del Mig
(davant de l'ambulatori)



Pagament en efectiu i targeta, personal a la seva disposició

Fins a 10 cèntims per litre més barat

AUTOSERVEI
24h

BENZINERA QUALITY
LOW COST
a Mataró

"Des de 1989 líders i referència del sector a Mataró...líders en vendes"

registre d'agents immobiliaris de Catalunya
alcatí 4129

Membre de:

api
Col·legi i associació d'agents immobiliaris



Certificat en tràmit

Pl. Cuba, 48, Mataró

Tel. 93 757 12 82

www.sucasa.es

info@sucasa.es

VOL VENDRE?

Morositat... Urgències per vendre...

Ó simplement, vol vendre ràpid?

Li venem la seva propietat, ja!!

ó li comprem al comptat...

ó li paguem la hipoteca fins que ens vengui.

SÓM LÍDERS EN VENDES A MATARÓ!!

Truïm's sense compromís!

El visitarem i **li aconsellarem la millor opció al seu cas.** Amb nosaltres tindrà un equip de

persones amb la experiència necessària,

transparents i de confiança.

Gairebé 25 anys al capdavant i de feina

ben feta ens avalen!

169.000€



PIS DESTACAT DE LA SETMANA



REF. 11694. LA LLANTIA junto a via europea, excelente vivienda con entrada independiente, 98m²-85m² de terraza, 3 hb + estudio, gran cocina reformada y equipada, baño completo y aseo, A/A, **MUY BONITOO!!!**

68.000€



REF. 11689 PUIG I CADAFALCH
Primer piso de altura en bloque con ascensor, 60m², 3 hb, baño con ducha, con patio de 20m a nivel, buen estado general, **EXCELENTE OCASSION!!**

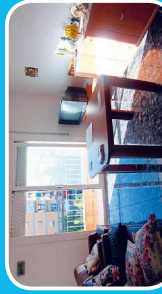
REF. 11530. Cerdanyola
Junto a Can Juli, piso en bloque con ascensor, 75m², 3 hab, cocina con galería, excelente estado para entrar a vivir, balcón exterior.
ATENCIÓN A SU PRECIO!!

68.000€



REF. 11639 EIXAMPLE
Piso impecable estado 78m², 3 hb (2 dobl), baño completo, amplia cocina galería, totalmente exterior a 2 calles, entrega inmediata, **EXTERIOR Y SOLEADO!!!**

69.000€



REF. 11414 MOLINOS
Atención a este piso por zona y precio, piso de media altura de 70m², 3 hb dobles, exterior y muy soleado frente a plaza, balcón, galería, buen estado general, **VISITELO!!!**

82.000€



REF. 11693 ROCAFONDA
Gran piso de 100m² en excelente bloque con ascensor, 4hb (2 dobles), baño completo, amplio salón con galería, galería grande, buen estado de conservación, **OCASSION POR PRECIO!!!**



82.000€

REF. 10345 ROCABLANCA

Último apartamento obra nueva acabados, 2 hab (1 ciegal, excelentes acabados, calefact., parquet, cocina lacada beige, cambios de uso. **EXCELENTE POR ZONA Y PRECIO!!!**



99.000€

REF. 11707 LA LLANTIA

Apartamento de 2 hb con vistas panorámicas sobre toda la ciudad, 62m², baño completo, balcón, bloque de pocos años con ascensor, excelente estado. **EXCELENTE PRECIO!!!**



99.000€

REF. 11540 CENTRO

Junto Rondas, piso alto con ascensor totalmente reformado, 70m con 3 hb, balcón a la calle, cocina reformada, impecable estado. **BUENA INVERSIÓN!!!**



109.000€

11612 CENTRO-PZA. DE LA BRISA

Bonito piso de 65m totalmente reformado en bloque con ascensor, parquet aluminios, galería, balcón, actualmente 2 hab (antes 3), **EXCELENTE PRECIO!!!**



127.000€

REF. 11274 CENTRO-MARÍTIMO

Alto con ascensor, 75m, 3 hb (2 dobles), baño con ducha, bonita cocina de cerazo, balcón con vistas panorámicas, A/A bomba calor, parquet, **TOTALMENTE REFORMADO!!!**



129.000€

REF. 11665 PZA. CATALUNYA

Piso muy alto con ascensor, excelentes vistas y muy soleado, 78m, 3 hab (2 dobles), baño completo, cocina con galería, balcón a la calle **TOTALMENTE REFORMADO!!!**



129.000€

REF. 11654 C/BIADA

Gran piso de 100m, 4 hb (2 dobl), baño completo, cocina de roble con galería, balcón a la calle, vistas despejadas, excelente comunidad con ascensor, buen estado general, **OPORTUNIDAD!!!!**



142.000€

REF. 11306 ROCABLANCA

Piso seminuevo de 85m, 3 hb (2 dobles), baño completo y aseo con ducha, cocina con galería, balcón a la calle, exterior a 2 calles, alto con ascensor **ATENCIÓN A SU PRECIO!!!**



145.000€

REF. 11441 C/VELAZQUEZ

Planta baja en comunidad de solo 2 vecinos, entrada independiente, 100m + 40 de patio, buen estado general, 4 hb, baño completo. **COMO UNA CASTIA!!!**



150.000€

REF. 11706 CENTRO-ESTACIÓN

Excelente ático con terraza a nivel de 90m², 3 hab (antes 4), baño completo, **GRAN TERRAZA A NIVEL DE 35M²**, ascensor, sin reformas recientes, **ÚNICO Y EXCLUSIVO!!!**



169.000€

REF. 11690 VÍA EUROPA

Bonito piso de 75m, dispone de 2 hb en bloque seminuevo con ascensor, gran patio a nivel de 80m, amplio salón con balcón a la calle, baño completo, **PARKING Y TRÁSTERO INCLUIDOS!!!**



270.000€

REF. 11638 CENTRO

Excepcional vivienda de 120m, 4hb (3 dobles), 2 baños completos (1 suite), estudio y terraza superiores de 60m, ascensor, parking grande, trastero de 18m², muy soleada, **ESPECTACULAR!!!**



278.000€

REF. 11700 LOS MOLINOS

Zona residencial, casa a 4 vientos de 285m, ideal 2 familias con dos viviendas independientes, Puj- 100m 3hb, 1- 90m 2hb dobles, varios patios y terrazas, sótano de 85m, **EXCELENTE ESTADO!!!**



295.000€

REF. 11676 MADÁ-ARGENTONA

Zona residencial, gran casa a 4 vientos, 280m² constr. en parcela 360m, vivienda 130m² 4hb dobl, gran cocina, 2 baños compl, local de 100 + garaje 50m, posibit, piscina, **GRAN OPORTUNIDAD!!!**

www.sucasa.es

enri... Trobarà el que busca.

Extensa oferta d'immobles:

Pisos, cases, locals, nous...

La millor web actualitzada

diàriament



COMPREM OR I PLATA

Nº1 a Catalunya



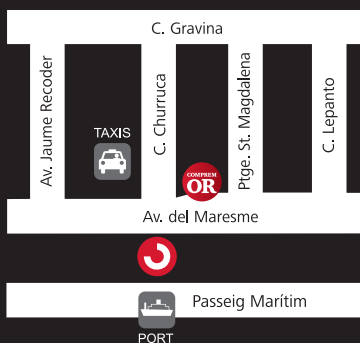
JOIES
MONEDES
RELOTGES
DIAMANTS...



Serietat i confiança.
Més de 40 anys d'experiència.
Discreció total.
Màxima taxació.

**MILLOR PREU
DE MATARÓ**

*Regal limitat per persona i dia



MATARÓ: Av. Maresme, 201 (Davant estació) · Tel. 93 790 81 64



EXPERTS IMMOBILIARIS registre d'agents immobiliaris de Catalunya aïcat 3278



api Col·legi d'Agents Immobiliaris de Catalunya



VENTA

SUPER OFERTA

Ref.00713 **CERDANYOLA NORD**
Piso de 3 habitaciones, comedor con salida a BALCÓN, cocina office, baño completo con ducha, galería.

52.000€

Ref.11045 **CERDANYOLA TOTALMENTE REFORMADO.** 3 hab., comedor 15 m², BALCÓN, PATIO, baño con ducha hidromasaje, cocina indep., parquet, AA.

69.000€

Ref.10395 **CANET DE MAR ASCENSOR, AMUEBLADO, EQUIPADO.** 2 hab. dobles + trastero, balcón, cocina indep., baño con bañera, calefacción.

90.000€

Ref.14044 **LA LLANTIA TOTALMENTE REFORMADO.** 3 hab. + trastero, gran comedor, balcón, excelente cocina amplia, baño con bañera.

106.000€

¡EN EXCLUSIVA!

Ref.14050 **BARCELONA ¡FANTÁSTICO PISO EN BARRIO GÓTICO!** 130 m², 4 hab., cocina office, baño y aseo, 3 balcones miradores. Ubicado en zona céntrica, a pie de la plaza Sant Jaume, cerca de la Catedral.

IDEAL PARA INVERSORES: 260.000 €

Ref.13983 **CENTRE ASCENSOR, PK Y TRASTERO.** 3 hab., balcón, baño y aseo, cocina office equipada, parquet, calef. ¡Fantástico piso a estrenar!

210.000 €

Ref.13694 **VIA EUROPA ATICO TERRAZA DE 40M², PK, TRASTERO.** 3 hab. (1 doble suite), baño y aseo, cocina office, comedor 22 m², balcón, ASCENSOR, calef., AA. ¡Fantásticas vistas!

224.000 €

✓ **AMPLIO STOCK DE INMUEBLES EN ALQUILER Y VENTA**
✓ **ALQUILAMOS O VENDEMOS SU VIVIENDA CON LAS MÁXIMAS GARANTÍAS**
✓ **SU SATISFACCIÓN Y TRANQUILIDAD ES NUESTRA PRIORIDAD**



ALQUILER

Ref.13942 **CENTRE ASCENSOR, BALCÓN GRANDE.** 3 habit, cocina indep, equipada, baño con ducha hidromasaje. ¡Oportunidad única al mejor precio!

475€/mes

Ref.02775 **CERDANYOLA AMUEBLADO Y EQUIPADO.** 3 hab. (2 dobles), amplio balcón, cocina office impecable. Zona muy tranquila. ¡Listo para entrar a vivir!

475€/mes

Ref.02822 **PARC CENTRAL ASCENSOR, EQUIPADO.** 3 habitaciones, salón con BALCÓN, semi amueblado, calef. Muy soleado. ¡Al lado de Parc Central!

490€/mes

Ref.12878 **CERDANYOLA NORD ASCENSOR.** 1 MES FIANZA, 89 m², 4 hab.(2 dobles), balcón, comedor 28 m², baño y aseo, cocina reformada. ¡VISTAS MAR!

575€/mes

CENTRE	
Ref.02726: 1 hab (amuebl., equip).....	450€/mes T
Ref.14056: 2 hab (dúplex, terraza 30m ²).....	525€/mes T
Ref.13413: 2 hab (ascensor, balcón).....	550€/mes T
PERAMÁS	
Ref.12367: 3 hab (cocina reform., balcón).....	480€/mes T
EIXAMPLE	
Ref.02475: 1 hab (amuebl., equip., ascensor).....	450€/mes T
Ref.02812: 1 hab+trastero (amuebl., equip., ter.com.)....	550€/mes T
Ref.00597: 2 hab (ascensor, calef., A.A., exterior).....	620€/mes T
PARC CENTRAL	
Ref.13818: 3 hab (piscina, jardín com.).....	750€/mes T
Ref.10829: 3 hab (106m ² , Pk, trastero, amuebl., equip).....	890€/mes T
CERDANYOLA	
Ref.12624: 3 hab (reformado, amuebl.).....	400€/mes D
Ref.02353: 2 hab (moderno, terraza, vistas, ascenso).....	450€/mes T
Ref.10066: 4 hab (1 mes de fianza, reformado).....	450€/mes T
Ref.13310: 3 hab (ascensor, reformado).....	600€/mes T

...Y MUCHOS MÁS... ¡INFÓRMESE SIN COMPROMISO!

tot ciutat

Mora vol que es fusionin les dues
entitats municipalistes existents

tot ciutat

Optimisme en les rebaixes després
d'una bona campanya de Nadal

tot esport

Resum de 2013: Els solistes de
l'esport de casa nostra

tot cultura

La Cavalcada **mostra**
millores i múltiples novetats

tot mataroní

Doló, Peret i Plaza, primers descartats
del **Mataroní de l'Any 2013**



Codi QR
Llegeix el Tot Mataró
al teu mòbil o tablet.



Oficines i Redacció:
Carrer d'en Xammar, 11
08301 Mataró
Telf: 93 796 16 42
Fax: 93 755 41 06
www.totmataro.cat
www.portalmataro.com
mataro@totmataro.cat
redaccio@totmataro.cat
atencioclient@totmataro.cat

108.000

LECTORS SETMANALS
Any natural 2012

El Baròmetre
de la comunicació
i la cultura

Publicació associada
acpg
Associació Catalana
de Periodistes

Edita: EL TOT MATARÓ S.L.

Director: Antoni Rodríguez
Administració: Maria Carme Rodríguez

29.985 EXEMPLARS

Última acta període gener-desembre 2012
Difusió controlada per l'Oficina de
Justificació de la Difusió



OFICINA: Paquita Cruz i Carme Fabrès (atenció al client), Joan Guillén (disseny) i M. Fernanda Marañón.
REDACCIÓ: Laura Arias, Mireia Biel, Cugat Comas (coordinació), Diana Gomà, Marta Gómez, Albert R. Dot,
Carlos Villarín (disseny i maquetació) FOTOGRAFIA: Anna Aluàrt COORDINADOR: Àlex Gomà
| DIPÒSIT LEGAL: B-18.356-1981 | Imprimeix: LITOGRAFIA ROSES | Difusió controlada per l'Oficina de la Justificació de la Difusió, de 32.210
Exemplars | Distribució Gratuïta a Mataró, Argentona, Vilassar de Mar, Arenys de Mar, Caldes d'Estrac, Llavaneres |

EL TOT MATARÓ no es fa necessàriament responsable del contingut dels articles, opinions i missatges comercials inclosos en la revista.
I a Granollers EL TOT GRANOLLERS I VALLÈS ORIENTAL c/ Roger de Flor, 71 3r Telf. 93 879 59 03 - Fax 93 879 59 10



Certificado Energético pendiente de obtención



EXCLUSIVA

9663 – Z. RONDA PIN-TOR ESTRANY: 1º de altura listo para entrar a vivir. Salón con salida a balcón a la calle, cocina + galería, 3 hab y baño reformado.
Precio: 57.000€

Certificado Energético pendiente de obtención



9998 – Z. AVDA. GATAS-SA: Piso alto con ascensor y vistas panorámicas. Superficie de 90 m2 distribuidos en 4 hab, salón con balcón, baño completo, cocina de roble, galería. Oportunidad de mercado. Financiación 100%
Precio: 97.000€

Certificado Energético pendiente de obtención



7421 - CENTRO/C. BIADA:

En zona muy comercial. Piso de 802 + terraza de 20m2. Actualizado para entrar. 3 hab dobles y ascensor.
Precio: 106.000€

Certificado Energético pendiente de obtención



8692 - Cerdanyola: 1º indep. con terraza de 60m2. Totalmente reformado. 2 hab dobles, cocina + galería y salón-comedor. Con ventanas de aluminio y calefacción.
Precio: 111.500€

Certificado Energético pendiente de obtención



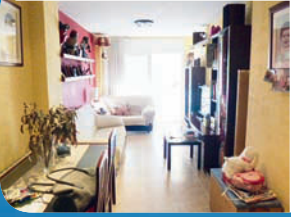
9913 – LES SURERES: Parcela edificable, de 1.000m2 ubicada en urbanización. Fácil acceso a autopista y centro de ciudad. Buena orientación. OPORTUNIDAD.
Precio: 115.500€

Certificado Energético pendiente de obtención



9573 - CENTRO/ EIXAMPLE: Piso de 3 hab en estado impecable. Totalmente reformado, para entrar a vivir. Acabados 1ª calidad y totalmente exterior. Calef. y 2 ascensores.
Precio: 126.000€

Certificado Energético pendiente de obtención



EXCLUSIVA

9714 - VIA EUROPA Piso exterior y muy luminoso con pk y trastero incl. 60m2, 2 hab, gran salón con balcón, cocina office y baño completo. Acabados modernos.
Precio: 133.000€

Certificado Energético pendiente de obtención



CB4647 – CAMÍ DE LA SERRA: Piso totalmente exterior y ¡con pk incluido en el precio! 90m2 distribuidos en 3 hab, 2 baños completos, cocina office + galería y ascensor.
Precio: 148.000€

Certificado Energético pendiente de obtención



CB8246 – PERAMÀS:

Piso cuarto de altura. Seminuevo, con suelos de parquet y balcón. Cocina impecable, galería exterior y 2 baños completos.
Precio: 154.000€

Certificado Energético pendiente de obtención



8658 - Z. VALLEDIA: Piso de 85m2 + 2 terrazas de 20 y 65m2, con 4 hab y estudio de 50m2. Acabados excelentes. Oportunidad!
Precio: 225.000€



Inventem el tele-transport?



DIANA RAHMOUNI AUDENIS
ESTUDIANT DE DRET

FIRMA
OPINIÓ

Nombroses ments i històries en tots els formats ja fa segles que plantegen com seria la realitat si existís la tele-transportació. Qui no ha desitjat amb totes les seves forces, enmig d'un embús, atrapat en la incompetència freqüent de RENFE o fent malabars per quadrar horaris de vol, que en un obrir i tancar d'ulls pogués arribar al destí escollit?

Aquest radiant i acabat d'estrenar 2014 ens porta, com és tradició per aquestes dates, un increment en les tarifes de transport públic. L'intenten filtrar dissimuladament entre les rialles, les llums, les reunions familiars i les rebaixes, per si sona la flauta i triguem una mica més en adonar-nos del cost enorme que ens suposarà moure'ns per aquestes terres durant els pròxims mesos. Però no, no passa inadvertit. La T-10 d'una zona s'enfila fins els 10,30 euros (un 5,3% més que abans) i el bitllet senzill arriba als 2,15 euros (un increment del 7,5%).

Posem per exemple el típic cas del trajecte Mataró-Barcelona. Si un mataroní baixa a la capital cinc cops al

mes no comprarà un abonament de viatges il·limitats, no surt a compte, sinó que acabarà comprant una T-10 de 3 zones. Així, s'estarà gastant cada mes 27,70 euros, que és el cost que té amb la nova pujada aquest bitllet de 10 viatges.

Ara bé, siguem positius! Què ens pot portar això de bo? Tinc dues propostes. La primera va dirigida a aquells que se senten identificats amb l'exemple anterior i són amants del fitness i de l'exercici físic: anar caminant fins a Barcelona i invertir el cost del bitllet en un gimnàs, que ens surt molt més barat que la T-10. La segona ja l'he deixat entreveure al principi: fer una crida als genis desocupats perquè facin un esforç comú i inventin d'una vegada el tele-transport.

A algú més se li acut alguna alternativa positiva enfront d'aquest atracament? A grans mals, grans solucions. Ah! M'oblidava d'un detall més dolç (o agredolç): aquells que portin teletac al cotxe obtindran una rebaixa de -10% en el famós peatge del tram Mataró-Montgat.



ANTONI BLANCH,
DIRECTOR DE LA CAVALCADA

APLAUDIT | L'arribada dels Reis d'Orient millora ostensiblement en el primer any de l'actual direcció i segur que millorarà més el 2015.



LA REPRODUCCIÓ DEL
TRAMVIA

CASTIGAT | Era una carrossa petita però històrica i és una pena que no sortís a la Cavalcada. Cal treballar perquè torni a aparèixer.



JOSEP PEDRALS VA INAUGURAR DIMARTS EL CICLE DEDICAT A LA POESIA QUE ACULL EL PÚBLIC AQUESTES PRIMERES SETMANES DE L'ANY

L'ENQUESTA



Quin és el teu Rei Mag preferit?

- 47,8%** El Negre: Baltasar.
- 28,4%** El Blanc: Melcior.
- 23,9%** El Ros: Gaspar.

LA PREGUNTA

Quina importància dónes als valors?

Vota l'enquesta a



Dental

Clínica Dental Mataró

T 937 985 592

Riera de Cirera, 22 baixos · Mataró

dental2mataro@gmail.com

tu centro dental



TARIFA DE PRECIOS

NUEVO BLANQUEAMIENTO INTEGRAL

40€

IMPLANTE DENTAL

580€

HIGIENE

20€

CORONA CERÁMICA

190€

EMPASTES

38€

RELLENO PRÓTESIS

50€

ESQUELÉTICO

375€

DENTADURA SUPERIOR O INFERIOR

350€

· Dr. Ferran Yusta Burgos COEC: 3869

· Dr. Carolina Ballarin COEC: 4212

· Dr. Carles Ros Valls COEC: 6466

PRECIOS ESPECIALES 3ª EDAD
FINANCIACIÓN A MEDIDA





de fa 25 anys



La fotografia del número anterior era errònia. Tornem a publicar la imatge correcta.

Els Reis més màgics

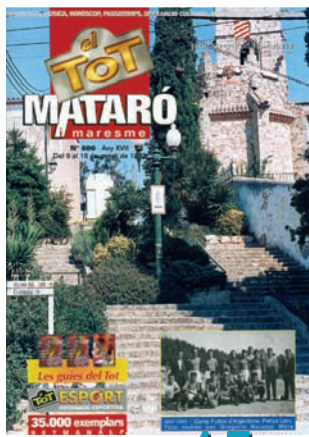
Amb el vestidet de ratlles posat i un somriure d'orella a orella, Dolors Torres va rebre els Reis Mags durant gairebé deu anys al Col·legi Sant Josep: "Érem orfes, no ens deixaven anar a veure la Cavalcada, però venien ells després amb l'Alcalde i alguns regidors". Un regal, la visita de Ses Majestats, que recorda "com si fos ara". Explica que "ens feien anar a dormir molt d'hora i els Reis venien fins a l'habitació on dormíem les 12 nenes juntes, ens despertaven i ens portaven regals".

El 1955 - data de la fotografia - igual que la resta d'anys, Torres

i les seves companyes van ser les primeres nenes a rebre els regals de Ses Majestats pel que elles era "una festa màgica".

Un espectacle

Criada al col·legi des que tenia cinc anys, en va sortir als 14. "Tinc totes les fotos guardades i un record immens del meu pas per allà". Al sortir, Torres va descobrir "el gran espectacle que Mataró muntava per a la Cavalcada de Reis" i "aleshores vaig entendre la procedència de molts dels paquets que rebíem la nit més màgica de l'any".



de fa 15 anys



de fa 5 anys

LLOGUER DE NAUS I LOCALS

NAUS I LOCALS INDUSTRIALS

Des de
300m² a
9.000m²



correo@localesindustriales.com

607 11 11 32

iquodrive.com

LA NOVA MANERA DE COMPRAR ALIMENTACIÓ



Només 3 passos



Feu la compra a
www.iquodrive.com



Escolliu el dia i
l'hora per recollir-la



Al vostre cotxe
en 5 minuts

**Ctra. Nacional II, núm. 70,
Cabrera de Mar** (al costat de Brico Depòt)

amb la garantia:

bonpreu

*Descompte vàlid per compra mínima de 40€. Promoció vàlida fins 26/01/14.
No acumulable a altres promocions.

tot publicitat



Guanyeu temps i comodat fent la compra amb iquodrive



COMERÇ
NOTICIA

REDACCIÓ

Feu la compra a iquodrive.com
i recolliu-la amb el cotxe. Us
la carreguen al maletger en 5
minuts

L'innovador sistema que ofereix iquodrive permet que els seus clients realitzin la seva compra d'alimentació a través d'Internet. Una vegada feta la comanda a través de www.iquodrive.com, el client pot decidir quan anirà a recollir-la, sempre deixant un marge mínim de 2 hores per tal de preparar-la i embossar-la. Llavors, només haurà d'anar amb el cotxe al centre de recollida i el personal d'iquodrive li carregarà la compra al seu cotxe en només 5 minuts.

La nova manera de comprar alimentació és un servei gratuït i un concepte compromès amb les grans necessitats de la societat actual: l'optimització del temps, la comoditat, la simplicitat i la flexibilitat en el servei. A més, iquodrive ofereix una gran varietat de productes de primeres marques i de la marca Bonpreu, amb més de 5.000 articles incloent productes de carnisseria, fruiteria, xarcuteria i congelats. □

Centre de recollida: Ctra Nacional II, número 70 de Cabrera de Mar.
Horari: de dilluns a dissabte de les 9h a les 22h.
Contacte: 902 103 780
atencioclient@iquodrive.com



Mataró, capital dels valors durant tot el 2014

Les 600 entitats de la ciutat emmarquen les seves activitats en la campanya 'Mataró m'agrada'

VALORS
NOTÍCIA

TEXT: CUGAT COMAS
FOTOS: ANNA ALUART



Compromís, alteritat, esforç, justícia, sostenibilitat, cooperació, civisme, acollida, identitat, experiència, iniciativa i il·lusió. Aquests 12 valors seran els grans protagonistes del 2014 a la ciutat de Mataró, emmarcats dins la campanya 'Mataró m'agrada', un projecte que és, a la vegada, una prova pilot de la Diputació de Barcelona que el subvenciona amb 60.000 euros i el leitmotiv sota el que la ciutat engega el que ha de ser "un projecte de ciutat en el sentit ampli, que dona

el pes a les entitats i que es treballaran els diferents sentits de cada valor" en paraules de Joan Salicrú, de l'Associació i la revista Valors, impulsors del projecte.

Va ser amb motiu del número 100 de la revista homònima que l'Associació Valors va voler oferir a la ciutat el bagatge de tota una dècada de reflexió, debat i treball al voltant dels valors de la societat i les nostres accions quotidianes. Ara la ciutat recull l'envit i consagra tot el 2014 a aquests valors, dedicant-ne un mes

a cadascun d'ells. La campanya té, fins i tot, una imatge pròpia amb la figura d'en 'Corgròs', un manifest de principis al que es poden adherir les entitats de la ciutat i compta amb el suport de tots els grups municipals de l'Ajuntament a excepció de PxC que se n'ha desmarcat. Dimarts es va presentar el projecte 'Mataró, ciutat de valors' i es van fer les fotos de rigor al mateix Ajuntament en el què una pancarta il·lustrarà cada mes sobre a quin valor va dedicat les activitats de torn.

GIL-CAR, S.L.
AUTOMÒBILS

Avinguda del Maresme, 133
08302 Mataró, Barcelona
T 93 512 60 71 / 655 550 050

Màxima serietat

COMPREM
EL SEU VEHICLE

Paguem al comptat

STOCK
PERMANENT

+ DE 30 COTXES
D'OCASIÓ



La dedicació del 2014 als valors és una aposta que engresca “perquè és un projecte molt poc polític, que ens convida a tots a pensar en el perquè dels actes, què farà repensar el sentit d’activitats i farà treballar totes les entitats de la ciutat en clau d’aquests 12 valors i de molts més”, va definir Joan Mora. L’Alcalde assegura que el projecte és “innovador i plenament exportable i ajudarà a donar sentit a les coses bones que fem i es fan, fomentant així l’orgull de ciutat dels mataronins”. La campanya no pretén definir un sol sentit de cada valor sinó treballar les diferents perspectives que es puguin tenir. Per Mora “ara comença a créixer la bola de neu perquè tot el que fem tingui reflexió i fem que ens agradi, és un exercici molt necessari en la societat actual”.

Un personatge històric

Per explicar i donar valor a cadascun dels conceptes s’explicarà la vivència d’un personatge històric. Així, el mes de gener estarà dedicat al ‘compromís’ de l’industrial i polític mataroní Josep Garcia Oliver, que el segle XIX va fundar la Caixa d’Estalvis de Mataró, l’Ateneu Mataronès o la primera biblioteca pública de la ciutat. Mora, explica que no és casualitat que s’hagi triat aquest personatge després d’un 2013 marcat pel cas de les participacions preferents de Caixa Laietana. El cas de Garcia Oliver, diu, serveix per “contraposar el que està bé del que no està bé”. “Aquí hi ha una lliçó, la del compromís de Garcia Oliver amb les classes populars”. □



□ Activitats i context

La campanya ‘Mataró, ciutat de valors’ i el mateix eslògan de ‘Mataró M’agrada’ s’ha preparat com un paraigua que canviarà cada mes conforme es vagi treballant el valor associat, per exemple en base al personatge històric. A partir d’aquí, però, sota el paraigua s’espera que hi hagi un seguit d’activitats expressos o adaptades per part dels centenars d’entitats de la ciutat amb els que l’Associació Valors ja s’ha posat en contacte. A més, el propi concepte de treballar els valors s’anirà introduint en el dia a dia de la ciutat de manera que, per exemple, es dedicarà el juliol al civisme en el marc de les campanyes de sensibilització dins la mateixa Festa Major de Les Santes, s’ha treballat Garcia-Oliver el gener, quan s’inaugurarà l’Espai Gatassa o la justícia l’abril quan es preveu que s’inauguri el Pati del Cafè Nou. □

DESEMBUSSOS DE TOTA CLASSE



J.MASSA

93 753 22 37

www.jmassa.com



Instal·lació i reparació de canonades
Càmeres d’inspecció de tuberies



*5% descompte en tots els serveis, si al trucar dius que has vist aquest anunci

5%*
dte.

Aquests són els 12 valors per 12 mesos d'activitats i reflexió

Gener El compromís

Comprometre's vol dir prendre part de la realitat, implicar-s'hi, mirar de canviar les estructures negatives del món en què vivim i transformar-lo positivament.

Febrer L'alteritat

L'alteritat és passar del Jo al Nosaltres. Els altres no són un destorb, sinó un valor en si mateix. Els altres, la resta de la col·lectivitat, influeixen en la nostra pròpia vida i ens obren un gran món de possibilitats.

Març L'esforç

Avui tothom reclama resultats immediats: acció-reacció. Però els resultats, en l'àmbit personal i professional, arriben després d'inversió de temps, dedicació, perseverança... Una societat que no s'esforça no avança.

Abril La justícia

La justícia permet la vida de la persona en la seva més alta dignitat. És una manera d'ordenar l'existència quan la persona entra en relació amb el món i amb altres persones.

Sense justícia no hi ha comunitat, no hi ha possibilitat d'igualtat, pau, convivència...

Maig La sostenibilitat

Encara que sovint s'ha relacionat aquesta paraula amb l'ecologia, la sostenibilitat és un concepte més ampli: créixer en mesura. Per exemple, podem parlar d'economia sostenible, aquella que no mira el lucre com a causa final i té en compte el desgast que comporta

Juny La cooperació

La cooperació, especialment en temps de pocs recursos, no és solament un valor a potenciar en l'àmbit econòmic sinó també en altres sectors com el social o el cultural.

Per exemple, és positiva la cooperació entre entitats, entre persones o entre societat i administració

comunions
francesca

Vestits a mida
personalitzats de comunió
tota la col·lecció de la
nova temporada

**VESTITS DE COMUNIÓ
DES DE 250€**

C/ St Benet, 71 T. 637 584 283

Busquem nenes per desfilada de vestits de comunió

Juliol El civisme

Ser ciutadà és una categoria ètica. La civilitat és el contrari de la barbàrie. Les persones civilitzades dialoguen, pacten, arriben a acords i respecten la dignitat dels altres. També és civilista la persona que respecta l'espai que comparteix amb altres.

Agost L'acollida

Mataró és una ciutat amb un índex alt de ciutadans arribats d'altres països, però també, cada vegada més, pretén ser una ciutat amb una oferta turística atractiva. L'acollida és un gest que dona qualitat humana a una societat, però també demana superar prejudicis i tòpics.

Setembre La identitat

L'individu es construeix la seva pròpia personalitat però també neix amb un ADN i una història que el precedeix. La identitat d'una persona la forma el seu nom, el gènere, la nacionalitat... Elements que cal conèixer, respectar i, en alguns casos, reivindicar.

Octubre L'experiència

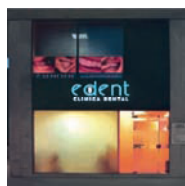
Normalment associem l'experiència a la maduresa o a l'edat, però no tothom sap capitalitzar l'experiència i transformar-la en coneixements útils. Aquest és realment el valor. Coneixements que es poden transmetre a noves generacions.

Novembre La iniciativa i la creativitat

Comença un nou curs, bon moment per parlar del valor de la iniciativa. La iniciativa es defineix com l'acció d'avançar-se als altres en la paraula o en l'acció. Un valor també absolutament necessari en aquest moment de crisi econòmica.

Desembre La il·lusió

Qui somia alt, vola alt. La il·lusió, si té certa proporcionalitat de realisme, ens ajuda a avançar, ens manté vius i ens ajuda a emprendre i a actuar. Però perquè la il·lusió no esdevingui fracàs no es pot desvincular d'altres termes com l'esforç, el treball i el compromís.



edent

clínica dental

Dra. Cèlia Caba Castro Col.3187

Via Europa, 101 • Mataró
Tel.: 93 741 1060

EL TEU SOMRIURE DIU MOLT DE TU

www.edent.cat



NOUS SERVEIS

- ▶ **OSTEOPATIA:**
En el nostre camí integrador de la salut bucal i general del pacient.
- ▶ **ESTÈTICA FACIAL:**
Àcid hialurònic per rejuveniment i remodelació labial.
Radiofreqüència: Rejuveniment no invasiu (també corporal)

FINANÇAMENT FINS A 6 MESOS SENSE INTERESSOS

Horari: 9:30 a 13:30 / 16:00 a 22:00 / divendres obert tot el dia (obert migdia)
Dissabtes matí hores convingudes

NOUS PROPÒSITS 2014

Les festes ja han passat i és el moment de posar en pràctica tots els propòsits que ens marquem a l'inici de cada any. Deixar de fumar, fer esport, aprimar-se... Això està molt bé, però només quan no es converteix en una obsessió. Si volem fer-ho bé i sortir-ne d'una manera positiva ens hem de marcar unes pautes a seguir: CALMA – SENY – TOLERÀNCIA I SALUT.

Aprimar-se és una de les nostres grans preocupacions. Qui no vol un

cos perfecte, una cara jovial i uns cabells d'anunci? Som capaços de

**PER COMPLIR AMB ELS NOSTRES
BONS PROPÒSITS CAL COMPLIR
UNA SÈRIE DE PAUTES: CALMA,
SENY, TOLERÀNCIA I SALUT**

fer bestieses per poder treure'ns aquests quilos que ens molesten. Recorrem a dietes vertaderament terrorífiques i fins i tot som capaços de no menjar quasi res per aconse-

guir-ho. Ens apuntem al gimnàs i ens exigim tant, que al cap de 10 o 15 dies estem tan desmotivats que no podem més i així tornem a començar. Però si seguim aquestes pautes ho aconseguirem.

CALMA

No vulguis anar ràpid; les presses no t'ajudaran (els quilos que es perden ràpidament tornen igual de ràpid). Apunta en un paper tot el que menges i beus, no et deixis res, recorda



Cursos i Tallers 2014

Ekilibra't!

Benestar, Formació i Creixement Personal

C/Santa Teresa, 8, 1r
Mataró

T 629.47.99.46

www.ekilibrat.net



Reiki nivel II: 11 de Gener (8h)

Quiromassatge: inici 13 de gener (100h)

Reflexologia Podal: inici 15 de Gener (40h)

Flors de Bach: inici 17 de Gener (16h)

Llenguatge No Verbal: 18 de Gener (8h)

MARÇ-SE NOUS REPTES

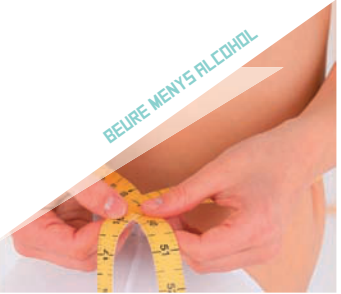
APRIMAR-SE

DEIXAR DE FUMAR

NÚM. 1609
DE L'11 AL 16 DE GENER
www.totmataro.cat 2014

BEURE MENYS ALCOHOL

DESPRÉS DE FESTES...



el més insignificant; aquest caramel, els dos terços de sucre al cafè... Després observa la llista i treu els sucres, dolços i pastisseria.

SALUT.

Tenim molta sort de poder gaudir de la dieta mediterrània; és variada, plena de nutrients i ens ajuda a estar sans i guapes/os. Menja de tot: peix, carn, llegums, hidrats de carboni; però recorda que el més important és no passar-se amb la quantitat (un consell: fes servir un plat petit i omple'l; a la vista sem-

blarà que menges més quantitat de la que menges en realitat). Si vols aprimar-te has de reduir les calories i augmentar l'activitat diària, però fes-ho amb seny.

SENY.

Consulta especialistes del tema; tens personal mèdic, endocrinòleg, nutricionista, terapeuta, que t'ajudaran confeccionant una dieta personalitzada, que conjuntament amb drenatges limfàtics, massatges reductors i tractaments específics d'aprimament t'ajudaran en els teus objectius

SIGUES TOLERANT.

Si no pots anar al gimnàs, comença per caminar 15 minuts al dia. Augmenta 5 minuts cada tres dies. Al cap de 15 dies ja caminaràs 40 minuts, que estarà molt bé; i això, a part d'ajudar-te a eliminar líquids, et farà sentir millor quan contemplis aquest paisatge tan maco que ens envolta. Aprofita per mirar el mar, el cel, i respira fondo. Impregna't d'aquesta meravella que és la nostra costa i recorda que "cada pas ens acostava més al nostre objectiu." I, per tant, és important. ■



REGALA'T UN MARÇ SOMRIURE

✓ **SORTEGEM UN
BLANQUEJAMENT
DENTAL**

Busca'ns a Facebook:

 **ClinicaDentalBucalis** i mira las bases del sorteig



T 937 414 006 · www.bucalis.net · C/ Argenton, 65 bajos, Mataró

NOUS
PROPOÏTS

2014

ANAR MÉS EN BICICLETRA

MENJAR MÉS AMANIDES I VERDURES

FER FITNESS



Per millorar la forma física és molt important anar al gimnàs de forma regular per entrenar-se, però això cal complementar-ho amb una bona alimentació i hàbits saludables. Les persones primes que volen agafar volum i augmentar la seva força poden practicar el fitness. En canvi, aquells que el seu problema és el cansament poden practicar Pilates, tai-txí o aquaeròbic. Aquests són alguns exemples de fitness:

- **Fit Ball:** es fan exercicis mitjançant una bola gegant de goma per aconseguir millores en l'equilibri, la flexibilitat, la coordinació i la força. Aquest mètode és apte per a tothom ja que no requereix gaire esforç, és molt efectiu per corregir la postura i solucionar problemes d'esquena i permet treballar els músculs abdominals i lumbars.
- **Càrdio Box:** amb aquest exercici cardiovascular es treballa tot el cos

- fent moviments de boxa al ritme de la música. És una activitat divertida que tonifica gairebé tots els músculs i millora la flexibilitat i la coordinació mentre es descarreguen tensions.
- **GAP:** es tracta d'una gimnàstica de manteniment que treballa tres grups de músculs per eliminar el greix corporal i aconseguir més força en les cames, un ventre més planer, uns glutis més fermes i una millor circulació sanguínia. ■

PICON & PRATS

Mobles de cuina i electrodomèstics

MOBLES DE CUINA A PREUS EXCEPCIONALS!
a partir de 3.995€
FINANÇAMENT A UN ANY SENSE INTERESSOS

Sant Josep, 3 · 08302 Mataró | Tel/fax 93 790 62 55 | www.picon-prats.com | info@picon-prats.com

Distriby: Capcòrb

Fotodepilació
i Bellesa
FLASH

Teràpies
Naturals
FLASH

FOTODEPILACIÓ

PROMOCIÓ **3X2**

TERCERA SESSIÓ GRATUÏTA

AIXELLES
3X2

13€
Per sessió
abans 20€

ENGONALS
I AIXELLES
3X2

30€
Per sessió
abans 45€

1/2
CAMES
3X2

26€
Per sessió
abans 39€

CAMES
SENCERES
3X2

39€
Per sessió
abans 59€



Camí Ral, 456 · Tel. 93 790 99 66 · 08302 Mataró · www.bellesaflash.blogspot.com

ANAR A LA PLATJA CADU DIA

PRESEJAR MÉS

APRENDRE FRANCES

NÚM. 1609
DE L'11 AL 16 DE GENER DE
www.totmataro.cat 2014

CREAR L'HÀBIT D'ESTUDIAR

ANAR AL GIMNAS REGULARMENT

El desenvolupament escolar dels vostres fills depèn en gran part de si han après o no des de ben petits, a l'escola bressol o en

CAL EXPLICAR ALS FILLS QUINES SÓN LES SEVES RESPONSABILITATS, A MÉS DE PREGUNTAR-LOS PER LES SEVES MOTIVACIONS

l'etapa prèvia a l'escola primària, a complir amb els seus deures.

Generalment, les mares dediquen

diverses hores a la setmana a reforçar els coneixements que els seus fills han après a l'escola, però durant els primers anys el que cal fer és guiar-los i explicar-los quines són les seves responsabilitats, a més de preguntar-los quines són les seves motivacions, o què els agradaria pintar o dibuixar, per incentivar la seva capacitat de raonament.

Algunes vegades els pares fan les tasques als seus fills, sobretot quan els noten indiferents, irritables o malhumorats, però això,

en comptes d'ajudar-los en el seu desenvolupament, si es repeteix en moltes ocasions, pot afectar els seus hàbits d'estudi en un futur.

El més convenient és crear un lloc a casa on el nen trobi un ambient tranquil, sense interrupcions, i que l'acostumeu des de l'escola bressol a tenir un horari fix d'estudi. Si és molt petit (1-2 anys) tindrà suficient amb 15 minuts de pràctica; durant l'etapa preescolar (3-6 anys) uns 45 minuts, i caldrà augmentar el temps segons augmenti la seva edat ■

VOT PER SMS

Envia un missatge de text **SMS** amb la paraula **MATARONI**, un espai i el nom del candidat que volem votar i envia-ho al número **25000**.

1.45 euros/sms IVA incl. Servicio prestado por WPR Apdo. 14953-28080 Madrid sms@wpr.es-902044008.

POTS GUANYAR UN iPad mini!



VOT PER WEB

Un cop per persona i per dia es podrà votar el candidat a Mataroni de l'Any a través de la web:

www.mataronidelany.cat

POTS GUANYAR UN CAP DE SETMANA A:

La Central
HOTEL & SPA

VOT A LES OFICINES

L'oficina del Tot Mataró i Maresme, al Carrer d'en Xammar número 11 disposa de butlletes en les que es pot fer efectiu el vot, un per persona i dia, per escollir el candidat preferit.

(Vot presencial).

C/ d'en Xammar, 11. Mataró

O UN SOPAR A:

Bocca
RESTAURANT

MATARONI'13

PREMI POPULAR AL CIUTADÀ DE L'ANY



www.mataronidelany.cat

ORGANITZA



PATROCINA



COL·LABOREN



mataró ràdio
89.3 fm



ALIANÇAMATARÓ
els mitjans d'una ciutat

La Central
HOTEL & SPA

el públic
càrd espai idènt

**NOUS
PROPOSITS**

SEGUIR-SE FORMANT A UN MATEIX

2014

AVALLIR-NOIS CONTINUAMENT

FER EXERCICI REGULARMENT

APLICACIÓ DE BONES INTENCIONS

L'Eric Entrena, disc-jockey de Granollers, i en Sergi Codonyer, executiu a Coca-Cola de Barcelona, han creat una aplicació per a smartphones que vol canalitzar les bones intencions de les persones. 'Goodorama' pretén convertir-se en una eina que "ajudi a fer realitat els reptes que tothom té", tant aquells més "personals" com els més "altruistes", detalla Codonyer. A diferència de les xarxes socials, aquesta aplicació ha de "connectar l'espai virtual amb el món físic". Ha de servir per "cristal·litzar" les ànsies de compartir de la gent. El compromís dels dos emprenadors és que l'APP serà gratuïta. S'estrena a Catalunya de manera

GOODORAMA' ÉS UNA EINA "GRATUÏTA" QUE AJUDA ELS SEUS USUARIS A COMPLIR REPTES

pilot aquest gener aprofitant "els bons propòsits" de cada any nou.

Resoldre el "com" aquestes iniciatives es converteixen en realitat és "la missió" de 'Goodorama'. "Imagina per exemple que al 6è pis d'un edifici de l'Eixample hi ha un home gran que necessita l'ajuda dels veïns per baixar al carrer, estic segur que si la majoria d'aquests sabessin com coordinar-se -o tan sols fossin conscients

ES PODEN AVALUAR REPTES TANT PERSONALS COM ALTRUISTES

que aquest ancià els necessita-, estarien disposats a ajudar-lo a sortir de casa, aquesta aplicació ha de resoldre això", resumeix Codonyer.

El funcionament és a partir "de reptes". Els usuaris penen a l'aplicació els reptes que vulguin i la resta pot decidir entre penjar els seus propis o sumar-se als d'altres "per compartir les experiències". L'aplicació sobretot ha de ser això, "experienciar què vol dir compartir".

Cursos de Fotografia

IMAGINA
-T'HO-
EN FOTO

A qui va dirigit? A tot aquell aficionat a la fotografia que vol treure el màxim profit a la seva càmera i a aquells fotògrafs avançats que volen perfeccionar la seva tècnica. Properament programarem cursos de **Photoshop, Lightroom, Il·luminació i Gravació de vídeo amb Càmeres Rèflex.**

- **Curs Bàsic:** Dimarts de matins (10h a 12h) o de tardes (18:30h a 20:30h) (10 sessions. Inici 4 de febrer)
- **Curs Avançat:** Dimecres de matins (10h a 12h) o de tardes (16:30h a 18:30h) (10 sessions. Inici 5 de febrer)
- **Docent:** Albert Canalejo - www.albertcanalejo.cat

Imagina-t'ho en Foto

C/ Aribau, 6, Mataró - Telf: 931787181 - 605660932 - www.imaginatoenfoto.cat - hola@imaginathoenfoto.cat

Preu 55€

NO FER CAS DELS QUE ET CRITIQUEN



DEDICAR-SE MÉS A LA FAMILIA

NÚM. 1609
DE L'11 AL 16 DE GENER
www.totmataro.cat 2014

TROBAR UNA NOVA AFICIÓ

Cada usuari, aclareix Entrena, pot posar-se un repte "per a ell mateix" -com ara "anar al gimnàs"- o posar-lo "per a una altra persona" -com ara "proposar a uns nèts dur els seus avis a veure una pel·lícula en 3D"- . En complir el repte, cal fer una fotografia i penjar-la per certificar que s'ha tancat el cercle. També hi ha una altra categoria de reptes, dedicada a impulsar accions col·lectives destinades a protegir el medi ambient, i una darrera, per explorar sinergies que es puguin dur a terme a escala planetària. Aquesta darrera és la que realment permet conèixer "el poder de l'efecte papallona" que proporciona la viralitat d'Internet

i, inclús, "millorar el món". La diferència entre 'Goodorama' i la resta de les xarxes socials és que aquesta aplicació "ha de servir per connectar l'entorn virtual amb el món físic". Qualsevol repte penjat a 'Goodorama' neix a Internet però té una consumació al món real.

L'ús que les persones n'acabaran fent està "encara per descobrir" perquè és una eina "oberta" i el món "està ple de possibilitats", subratllen. Tant pot ser "un múscul" que els usuaris facin servir per a accions "molt locals" com "més globals".

Darrere de 'Goodorama' hi ha una "microempresa" que està decidida a

mantenir "la gratuïtat" de l'APP. Per fer-la sostenible, han obert un canal per a les companyies que vulguin proposar reptes perquè, aquests sí, seran de pagament. D'entrada, les empreses "s'han mostrat interessades" però prefereixen veure quina resposta hi ha per part dels usuaris.

L'aplicació estarà disponible a la botiga d'Apple a partir dels primers dies de gener i d'entrada serà només per a iPhones. Per a la resta de dispositius arribarà més endavant. Es diu Goodorama perquè uneix les dues paraules 'good', que en anglès vol dir 'bé', i panorama, que subratlla l'abast global que poden tenir els reptes. ■

Més de 10 anys d'experiència en formació

Bons Propòsits 2014

- Cursos d'Anglès
- Classes de Reforç Escolar
- Tècniques d'estudi
- Informàtica
- Tutories
- Preparació per a les proves de Selectivitat i Cicles Formatius
- Logopèdia



c/ Iluro 64, baixos (Mataró) Telf. 93 757 31 13
www.teenscenter.es
info@teenscenter.es



**NOUS
PROPÒSITS**

LLEVAR-SE MÉS AVIAT

2014

LLEGIR LLIBRES PER OCI

SER MÉS SOLIDARI

LES CLAUS PER COMPLIR

Cada any fem propòsits i molts cops aquests es perden al gener, al febrer, al març... o més tard. La qüestió és que, en la majoria de casos, no aconseguim canviar d'hàbits i aquella sèrie de propòsits es queden en paper mullat d'inici d'any. Com podem canviar-ho? Aquí et donem unes claus.

LLISTA DE QUALITATS

Canvia la teva llista de tasques per una llista de qualitats: El fet de pensar en termes de qui vols arribar a ser, facilitarà un canvi d'actitud i començaràs a introduir aquests petits canvis saludables amb major eficàcia. Per exemple, en lloc del típic objectiu de "perdre pes", podries proposar-te: "aquest any seré una persona més activa que aprèn a menjar conscientment".

COMENÇAR A POC A POC

Comença per alguna cosa petita: No menyspreïs el valor d'introduir un petit canvi en la teva rutina diària i repetir-ho sistemàticament. La teva salut es configura per les petites decisions com ara què demanar per menjar, com desplaçar-te als llocs,

**CANVIA D'ACTITUD ENVERS
L'INICI DE L'ANY PASSAT I PENSA
COM COMPLIRÀS AQUEST ANY
AMB ELS NOUS PROPÒSITS**

la teva accessibilitat amb el teu smartphone, etc. Com a exemple en lloc de proposar-te "anar al gimnàs una hora cada dia després de la feina" podries començar per "utilitzar les escales per pujar a casa teva cada dia"

POSA'T HORARIS

Acostuma't a posar horaris: Potser pot semblar-te un rotllo però som animals de costums, i el teu cos i ment es beneficiaran en automatitzar unes rutines saludables de conducta. Quina seria l'hora ideal per despertar-te cada matí i quant temps podies reservar per fer estimaments, dutxar-te i preparar-te un esmorzar senzill i saludable?

VALORA EL TEU TEMPS

És cert que per naturalesa som éssers socials i no hem de tancar-nos als nostres mons, però la

temptació de dir sí a les demandes dels altres, pot robar-nos el temps preciós que necessitaríem per dedicar-nos a la nostra salut.

ATURA'T!

Fes pauses: Aquell que treballa més no és el que més rendeix. Encara que en aquests temps que corren soni a xinès, les persones més productives es permeten descansos periòdics en la seva agenda diària. Per exemple, havent dinat es necessita desconnectar la ment; passejar deu minuts o descansar en un banc a l'aire lliure pot donar-nos aquest oxigen nou necessari per continuar les tasques de la tarda i estar més actiu.

RELAXA'T

Per transformar la nostra vida i la nostra salut, necessitem partir d'una certa relaxació i pau en el nostre dia a dia. Aconseguir-ho ha de ser un objectiu tan important com aprimarse o millorar hàbits. Hem de superar temors, ansietats i preocupacions i centrar el dia a dia en la relaxació que ens permeti acostar-nos als nostres objectius ■



¡TU?

ENCARA NO ETS DEL LAIETÀNIA?

Tot això per només 35 euros al mes!



*Amb les dues pistes noves
de Pàdel ja en tenim quatre!*



FES-TE SOCI ARA, PERQUÈ... EL LAIETÀNIA ES VIU TOT L'ANY!

CENTRE ATLÈTIC LAIETÀNIA Torrent de la Llebre, 27
Eïnà de Valldeix. (La Cornisa) 08304 MATARÓ

AMB LES MILLORS QUOTES DEL MARESM

TRUCA AL 937.96.12.82 PER DEMANAR HO

NOUS PROPOÏTS

2014

CALCULAR MILLOR LES DESPESSES

PER MEDITACIÓ

RECICLAR I SER SOSTENIBLE

EL 40% NO VOL FUMAR

Un dels propòsits més habituals d'Any Nou és deixar de fumar. El 40 per cent dels catalans ha intentat deixar de fumar durant el darrer any, segons es desprèn d'una enquesta a 907 persones duta a terme per la Societat de Medicina Familiar i Comunitària (Camfic). Les dades revelen que per quart any consecutiu augmenta el percentatge de població que vol deixar el tabac, ja que el 2012 representaven el 35% dels enquestats. L'enquesta conclou que hi ha un 25,9% de fumadors, un 39,5% de no fumadors i un 34,6%

de persones que asseguruen que són exfumadores. El 40% dels que han deixat aquest hàbit asseguruen que l'enduriment de la llei del tabac ha

HI HA UN 25,9% DE FUMADORS, UN 39,5% DE NO FUMADORS I UN 34,6% D'EXFUMADORS

influït en certa o gran manera perquè es plantegessin deixar aquest hàbit però hi ha un 60% que assegura que no els ha influït.

La gran majoria però (81,4%) coin-

cideix en apuntar que seria negatiu o molt negatiu modificar l'actual llei del tabac per permetre fumar en espais de joc o casinos com passava abans de la regulació.

SENSE AJUDA

D'entre els que deixen de fumar, la majoria fan el procés sense ajuda de cap mena però hi ha qui busca suport i ho fa principalment acudint al seu metge de família o infermera i, en segon lloc, a través dels farmacèutics. ■

COMPRA i VEN els articles del teu PETIT

**Descomptes fins el 70%
Vine i et sorprendràs!**

Porta'ns el que ja no necessitis

Cotxets, cadires de passeig, cadires de cotxe, hamaques, bressols, moisès, portabebès, joguines, complements... Tot de les millors marques.

+ info

www.ecopetit.cat

☎ 93 741 24 96

📍 Ronda Mossèn Jacint Verdaguer, 13 · 08304 Mataró (BCN)

✉ info@ecopetit.cat 📱 facebook.com/ecopetit 🐦 twitter.com/ecopetit

 <p>939€ 420€</p> <p>Bugaboo Cameleon</p>	 <p>90€ 30€</p> <p>Jané Fold</p>
 <p>357€ 170€</p> <p>CasualPlay QrFix</p>	 <p>460€ 249€</p> <p>McLaren Twin Techno</p>

NO DEIXAR COSES A MITGES



APRENDRE XINES

NÚM. 1609
DE L'11 AL 16 DE GENER
www.totmataro.cat 2014

DISFRUTAR FMB TOT ALLÓ QUE FAS

L'OPCIÓ DEL COACHING

VIRTUJR MES



El coaching personal és un sistema pràctic d'exercicis i higiene personalitzat, individual i fet a mida per a ampliar el coneixement i la bona gestió dels recursos personals d'una persona.

El professional que acompanya i aconsella s'anomena en anglès

coach, és un professional amb un màster en coaching obtingut en algun centre adscrit a la federació internacional, coneixements superiors de filosofia i psicologia sovint complementat amb altres disciplines. Proposa exercicis pràctics i mètodes a fer en el dia a dia i en fa un seguiment, d'una manera

anàloga als entrenadors personals en exercici físic. El coaching o entrenament personal és propi de la cultura occidental de l'època post-moderna, a la majoria de cultures existeixen sistemes d'entrenament personalitzat físic i psíquic integrats, pràctics i enfocats a l'acció, com per exemple el ioga ■



MODALYTI

LIQUIDACIÓN

POR CIERRE

Del **7** al **31**
de enero

TODO A

3€

5€

7€

Ropa y complementos para hombre, mujer y niño@
STOCK DE FÁBRICAS NACIONALES Y EXTRANJERAS
modalyty@gmail.com · M 660 374 514

Avda, Gatasa nº 2, Mataró
(AL LADO DEL BAR "PERAMAS")



GREEN PLANET, COMENÇA EL 'SORTIM EN FAMÍLIA'

ACTES

Data:
Diumenge 12 gener

Horari:
12h

Lloc:
Sala Casal l'Aliança
(c/ Bonaire, 25.
Mataró)

Preu:
7 euros

Organitza:
Binixiflat Titelles

Les titelles i els seus jocs amb la llum negra de Green Planet, de la companyia Teatre Buffo enceten, aquest diumenge al migdia, el quart cicle 'Sortim en Família'. Es tracta d'una espectacle provinent de l'agenda pròpia de titelles de Binixiflat Titelles, un munt de sorpreses i jocs d'aquesta companyia valenciana que transportarà les famílies a un món de ciència ficció i surrealisme modern on dos titelles fluorescents lluitaran per salvar el món de la seva destrucció. Un espectacle amb misatge i rerefons ecològic i sostenible que entendreix els més menuts i també els seus pares.

Green Planet és el tret de sortida del 'Sortim en Família' d'aquest primer tram de 2014. El Teatre Monumental i la Sala Casal-L'Aliança tornen a acollir l'oferta d'espectacles familiars amb ple d'estils que va des dels titelles als concerts familiars, passant pel clown, el teatre d'objectes, el circ i

els contes musicals. El cicle acabarà el 6 d'abril i inclou espectacles promoguts des de l'Ajuntament, dels propis Binixiflat, de La Xarxa Mataró i de Circulant, Circ en Moviment.



MÉS ACTIVITATS...

www.totmataro.cat/agenda

MÚSICA

La laia + Animic + Tropic Panda

Tres bandes en el primer concert del 9è Cicle de Músiques Tranquilles.
Divendres 17 gener | 22h | Sala Clap
(c/ Serra i Moret, 6. Mataró) | Anticipada: 12€. Taquilla: 15€.

Concert de Reís

Amb la Jove Orquestra Iluro.
Diumenge 12 gener | 12h | Les Esmandies (Rda. O'Donnell, 94) | Gratuït

Ball dels dissabtes

Amb l'actuació del Duet Va de Ball.
Dissabte 11 gener | 22,30h | Ateneu Arenyenc (c/ Anselm Clavé, 22. Arenys de Mar)



TEATRE I DANSA

Els Pastorets de Mataró

Tradicional representació nadalenca. Un espectacle musical de gran format, sota la direcció de Ferran Camps.
Dies 11 i 12 gener | Dissabte 19h i diumenge 17h | També dies: 18, 19 i 26 de gener. | Sala Cabanyes (La Riera, 110. Mataró) | Platea i llotja: 15€. Amfiteatre: 12€. Reserva: web, 618.773.013 i taquilla.

"Boarding Pass"

Eskakejats Teatre presenta el seu últim espectacle, dirigida per Abel Coll i amb text firmat per Jordi Faura.
Dies 11 i 12 gener | Dissabte 20h i diumenge 18h | Sala Municipal d'Arenys de Munt (Rbla Francesc Macià, 59)

"Artaban, el quart rei de l'Orient"

Guió d'Albert Estengre, Josep Maria López i Roger Pou basat en El quart rei mag d'Henry van Dyke.
Dies 11 i 12 gener | 19h | Teatre dels Seràfics (Arenys de Mar)

"Solterons"

Obrar de Nando Massaneda a càrrec de la Companyia Nando Massaneda.
Diumenge 12 gener | 18:30h | Foment Mataroní (c/ Nou, 11. Mataró) | Preu: 6€. Socis del Foment i jubilats: 5€.

"Cendres"

Espectacle a càrrec de la companyia moianesa Arbredecabra.
Divendres 17 gener | 22h | Cafeteria Alarona (Pl. Santa Maria, 6. Mataró) | Preu: 4€.

BALLET FAMILIAR**“El Trencanous”**

Espectacle familiar del Jove Ballet de Catalunya. Amb coreografia de Marta Bustamante. El ballet, amb partitura de Txaikovski, explica un conte de Nadal.

Diumenge 12 gener | 18h | Teatre Monumental (La Riera 169. Mataró) | Preu: 12€. A la venda a les oficines de Cultura (C. de Sant Josep, 9) i al Telentrada de Catalunya Caixa. I des d'una hora abans a taquilla.

**DISCONCERT****“Sundays”**

Concert de versions de Sundays, una banda formada especialment per a l'ocasió, que ens oferirà tot tipus d'estils, des de l'indie fins al rock passant pel soul o el funk. El disconcert és un projecte integrador de Taller d'Idees.

Diumenge 12 gener | 17,30h | Sala Clap (c/ Serra i Moret, 6. Mataró) | Col·laboració: 3€.

**INFANTIL****“Els quatre d'en Terri”**

Activitat familiar, a partir de 5 anys. Dissabte 11 gener | 18h | Ca l'Arenas Centre d'Art (c/ Argentona, 64. Mataró)

“Juguem a ser arqueòlegs”

Taller familiar a partir de 5 anys. Diumenge 12 gener | 11,30h | Can Serra. Museu de Mataró (El Carreró, 17)

Fantasia amb fang

Activitat familiar. Visita guiada als càntrics amb diverses formes de fantasia i modelar amb fang una d'aquestes figures.

Diumenge 12 gener | 11h | Museu del Càntir d'Argentona (Plaça de l'Església, 9) | Preu: 7€. Reservar plaça al telf.: 93 797 21 52.

L'hora del conte

Narració del conte “L'etraferit”, de Carles Arbrat, a càrrec de Dídac Rocher.

Dimarts 14 gener | 18h | Biblioteca Pública Pompeu Fabra (Mataró)

L'hora del conte

Narració del conte “Pallasso d'urgència”, de Thierry Dedieu, a càrrec de Josep Roca.

Dimecres 15 gener | 18h | Biblioteca Pública Antoni Comas (c/ Prat de la Riba, 110. Mataró)

Els dijous a la Biblio

Narració del conte “No és més que una grip!”, Didier Dufresne i Armelle Modéré. A continuació, taller de manualitats infantils.

Dijous 16 gener | 17:30h | Biblioteca Fundació Iluro (c/ Pujol, 18-25. Mataró).

Club gomet vermell

Activitat per a nois/es de 7 a 10 anys.

“El contador de contes”, de Saki. A càrrec d'Eva Delgado, Mercè García “El fantàstic senyor Gillot”, de Roald Dahl. A càrrec de Gemma Artigas.

Dijous 16 gener | 18h | Biblioteca Pompeu Fabra i Biblioteca Antoni Comas(Mataró)

**XERRADES I LLIBRES****Apollo XVII, els últims homes a la Lluna**

Xerrada a càrrec de Ferran García Luque, sobre el darrer viatge d'una nau tripulada que va portar éssers humans a la superfície del nostre satèl·lit.

Dissabte 11 gener | 19h | Observatori Cosmos - Casal Nova Aliança (c/ Bonaire, 25 àtic. Mataró)

L'ORÉAL
PARIS

WELLA
PROFESSIONAL

SEBASTIAN
PROFESSIONAL

MOROCANOIL

KÉRASTASE

ghd

CREW

PÈLS ISERN
Jaume Isern, 19
T 93 757 37 38

PÈLS BELLESA ISERN
Jaume Isern, 17
T 93 798 55 59

PÈLS PARC
Pl. Espanya, 20
T 93 757 62 41

PÈLS BELLESA PARC
Pl. Espanya, 20
T 93 799 50 65

TERTÚLIA I CINEFÒRUM

Sessió especial: Véns a la tertúlia?

Sessió especial amb tertúlia literària i cinefòrum, entorn de l'obra "El lector (The Reader)" de Bernhard Schlink. Pel·lícula dirigida per Stephen Daldry. Activitat moderada per Cristina Valls.

Dimarts 14 gener | 17,30h |
Biblioteca Pública Antoni Comas (c/
Prat de la Riba, 110. Mataró)

VISITA GUIADA

Visita teatralitzada a la Nau Gaudí

Visita guiada a càrrec d'un personatge, Salvador Pagès, amic d'Antoni Gaudí i impulsor del moviment cooperativista a casa nostra, que explicarà l'encàrrec l'any 1883 de la construcció del seu primer edifici: la Nau Gaudí de Mataró.

Diumenge 12 gener | 12h | Nau Gaudí
(c/ Cooperativa, 47. Mataró)



El tractat d'Utrecht

Conferència de Sebastià Sardiné, advocat, escriptor i investigador històric.
Dilluns 13 gener | 18h | Col·legi d'Aparelladors i Arquitectes Tècnics (Can Xammar, 2. Mataró) | Preu: 5€.

Club de Lectura

Tertúlia al voltant del llibre "Nostromo" de Joseph Conrad. Activitat moderada per l'escriptor Toni Sala.
Dilluns 13 gener | 20h | Biblioteca Illuro (c/ Sant Joan, 8. Cabrera de Mar)

2014:#SiSí. Votar és democràcia

Amb la participació d'Oriol Junqueras.
Dimecres 15 gener | 20h | Teatre Monumental (La Riera, 169. Mataró)

Curtmetratges d'Energia

Del Festival Internacional de Cinema del Medi Ambient. Projectió: 'Donde sopla el viento', 'Out al derroche!' i 'Renovar'.
Dijous 16 gener | 19h | Casa Capell (Passeig de l'Orfeó Mataroní, 15. Parc Central Nou. Mataró)

"Males arts"

Presentació del llibre d'Albert Gassull, a càrrec d'Enric Mayolas i Francesc Bechdejú.
Dijous 16 gener | 19:30h | Dòria Llibres (C/ Pujol, 9. Mataró)

Cinefòrum

"Vivir es fácil con los ojos cerrados", de David Trueba (Espanya, 2013).
Dijous 16 gener | 21h | Foment Mataroní (c/ Nou, 11) | Preu: 5,70€.
Abonament 6 sessions: 22,20€.

"La Fundació Vicenç Ferrer"

Xerrada. Coordinen Toni Bescos i J. Carlos Molina.
Divendres 17 gener | 19h | Les Esmaneres (Rda. O'Donnell, 94. Mataró)



FESTES I FIRES

Festa Major de Sant Julià

La Festa Major d'Hivern d'Argentona.
DISSABTE 11: 10:30h davant de l'Ajuntament, Concentració per anar a ofici. 11h a l'església parroquial de Sant Julià, Ofici en honor a Sant Julià. Tot seguit, Cercavila de gegants fins a la plaça Nova. 12:30h a la plaça Nova, Sardanes. 17.30 h, a la plaça de Vendre, 6a Mostra de bestiar de foc. 17:30 i 19:30h a La Sala, Concerts de Festa Major amb l'Orquestra Selvatana. (Preu: 3€). 19:30h des de la plaça de Vendre, Cercavila de bèsties de foc. 23 h a La Sala, Ball de Festa Major amb l'Orquestra Selvatana (Preu: 3€). DIUMENGE 12: 9h a la plaça del Geganter Joan Padrós, Plantada de gegants. 11h, des de la plaça del geganter Joan Padrós, Cercavila de gegants fins a la Plaça Nova. 12:30h, Tradicional Tres Tombs, amb l'animació de la Banda de Música d'Argentona. Tot seguit, Reclam i cercavila amb el grup Batakes Braves. 14.30h al pavelló municipal, Dinar de Festa Major (Preu: 6€). 18h a la Sala, Espectacle de màgia Magikíssim, a càrrec de Sergi Buka (Preu: 7-6€). 19:30h a l'Ajuntament, Píromusical a càrrec de Pirotècnia Tom.
Dies 10, 11 i 12 de gener | Argentona

Fira d'Artesania i d'Alimentació

Dissabte 11 i diumenge 12 de gener | De 10 h a 14:30 h, i de 17:30 h a 21h | Plaça Nova (Argentona)

Trobada de plaques de cava

Jornada de mostra i intercanvi.
Diumenge 12 desembre | De les 9:30 a 14h | pati de l'escola Bernat de Riuemeia (Argentona)



CURSOS

Tallers veïnals Centre Cívic Pla d'en Boet

2n trimestre 2013-14: loga (dl. i dc.) - Tai-Txi (dl. i dc.), Anglès mig (dt. i dj.), Country mig i avançat (dt., dj i dv.), Iniciació al teatre (dt.), Gimnàstica (dt., dc. i dv.), Sevillanes (dj.), Informàtica (dc. i dv.). Inici: 13 de gener.
Inscripcions: fins al 17 de gener | Centre Cívic Pla d'en Boet (c/ Juan Sebastián Elcano, 6. Mataró). Dilluns a Dijous: 18,30 a 20h. Tel. 937577652. veinspladenboet@gmail.com.



RUTES I VISITES

Visita guiada a la Vil·la romana de Torre Llauder

Restes d'una de les vil·les senyoriales del territori de la Il·luro romana.
Dissabte 11 gener | 12h | Clos Arqueològic de Torre Llauder | Gratuïta

"Seguint les petjades de Puig per Argentona"

Itinerari guiat pel llegat arquitectònic de Josep Puig i Cadafalch.
Diumenge 12 gener | 9:30h | Sortida: Plaça de l'Església (Argentona)

Visita al Museu de Mataró

Visita guiada a les renovades instal·lacions de Can Serra.
Dimecres 15 gener | 18h | Can Serra - Museu de Mataró (El Carreró, 17)

Per enviar informació

email: agenda@totmataro.cat
oficina: **al C/ Xammar, 11**
formulari: totmataro.cat/agenda

TRADICIONS

Mostra de bestiar festiu i tradicional de Catalunya

El Ball de Diables de Mataró, organitza aquesta mostra on agrupa diverses figures, entre elles, La Víbria i la Tarasca de Barcelona, el Bou de Tarragona, el Lleó de Manresa, el Basilisc de Reus, etc.

Ateneu Fundació Iluro (La Riera 92. Mataró) | Fins al 2 de febrer.



Límites

Exposició de Pintura acrílica i carbó sobre tela, de l'artista Liliya Trukhina. Centre Cívic de Cabot i Barba (Plaça de Miquel Biada, 5. Mataró) | Del 10 de Gener al 7 de Febrer.

15 x 15

Exposició col·lectiva d'obra sobre paper, en format 15 x 15 cm. Sala-Taller La Presó (La Riera, 117. Mataró). Del 10 de gener al 2 de febrer.

Éssers d'aigua

Fotografies de Cristina Villa. Arcàdia Cafè Cultural (c/ Pujol, 26. Mataró) | Fins al 14 de gener.

Jaume Clavell i Nogueras

Exposició del centenari del naixement de l'historiador, col·leccionista i activista cultural d'Argentona. Museu del Càntir d'Argentona (Plaça de l'Església, 9. Argentona) | Inauguració: dissabte 11 gener a les 20h. Fins el 2 de febrer.

Via Catalana a Mataró

Exposició fotogràfica. Sala UEC Mataró (c/ Nou, 29. Mataró) | Fins al 28 de febrer.

I+D. Íbers + Desenvolupament

Can Serra-Museu de Mataró (El Carreó, 17). Fins al 2 de febrer.

Ca l'Arenas. Centre d'art del Museu de Mataró (c/

Argentona, 64. Mataró).

"Modernitat en anys difícils".

1r pis | Fins al 30 de març.

"El primitivisme i l'abstracció: Brotat/ Planasdurà".

Sala 1 i Galeria I Fins al 16 de febrer.

"Debe haber algo que esconder", de Rafel G. Bianchi.

Sala 2 | Fins al 16 de febrer.

L'art a Mataró 1942-1958. Els anys de la represa.

Planta Baixa | Fins al 30 març 2014.

Josefa Tolrà, 'Dibujo fuerza fluidica'

Obres de Josefa Tolrà (1880-1959).

Can Palauet. c/ d'en Palau, 32. Mataró. Fins al 30 de març.

Fotografies creatives

Fotografies d'Hèctor Agramunt.

Les Esmandies Casal de Barri (Rda.

O'Donnell, 94. Mataró) | Fins al 17 de gener.

Per enviar informació

email: agenda@totmataro.cat

oficina: **al C/ Xammar, 11. Mataró**

formulari: totmataro.cat/agenda

MOSTRA DE BESTIARI FESTIU I TRADICIONAL DE CATALUNYA

PRESENTACIÓ DEL BASILISC DE MATARÓ

DEL DIVENDRES 10 DE GENER AL DIUMENGE 2 DE FEBRER DEL 2014

ATENEU DE LA FUNDACIÓ ILURO. LA RIERA 92



FUNDACIÓ ILURO
MATARÓ

ORGANITZA:



AMB EL SUPORT DE:



Ajuntament de Mataró

UDP. Casal de gent gran Les Santes-Escorxador.

c/ Floridablanca, 118. Mataró. Telf: 93.790.36.72.

- Dijous 23 de gener, excursió a Tiurana.
- Sopar-Ball, penúltim dissabte de cada mes, a les 20,30h.
- Tai-Txi (Dilluns i dimecres matí).
- Mandales (Dimarts).
- Ganxet, mitja i puntes de coixí (Dilluns).
- Targeteria i manualitats (Dimecres).
- Exercicis de relaxació (Dimarts i divendres).
- Petanca (Dilluns, dimarts, dimecres i divendres).
- Art Floral (Divendres).
- Bingo (Dijous).
- Ping-pong (Dimarts i divendres matí).
- Informàtica (dilluns, dimarts i divendres).
- Jocs de taula.
- Excursions i sortides mensuals.

Casal de gent gran Jaume Terradas.

c/ Argentona, 59. int. 93.7579952. Mataró.

- Ball, diumenges de 17 a 20h al local Iris (c/ Bonaire, 25).
- "Juguem tots", cada dimecres a les 16h.
- Cada diumenge del mes, melé de petanca, de 10 a 13h.

Associació de gent gran Pla d'en Boet.

c/Juan Sebastián Elcano, 6. Mataró. Telf.: 93.702.29.16.

- Ball, diumenge de 17h a 20h. Música en viu.
- Bingo, cada divendres de 17 a 18h.
- Sevillanes: dilluns 17,30 a 19,30h. Manualitats: dilluns 15,30 a 17,30h. Tai Txi: dilluns i dijous 17,30 a 19h. Patchwork: dimarts 16 a 18h. Ball de saló: dimarts 17,30 a 19h. Informàtica: dijous 10 a 11,30h. Català: dijous 15,30-17,30h. Sardanes: dijous 19 a 20h. Ball de línia: divendres 18 a 19h.

Casal de la gent gran del Parc de Mataró.

c/ Corregiment, 28. Mataró. Telf: 93.757.13.17.

- Dissabte 18 de gener a les 17:30h: Representació dels Pastorets a càrrec del grup de teatre del Casal del Parc.
- Ball: diumenges i festius de 17 a 20h.
- Caminades: dimarts, 8h.
- Cursos: Puntes de coixí, modisteria, country, balls de saló, pintura, dibuix, hava-

neres, taller memòria, tai-txi, ioga, anglès i relaxació. Tallers informàtica: powerpoint, photoshop i imatge digital. • Petanca i jocs de taula.

Associació de gent gran la Gatassa.

Av. de La Gatassa, 25. Mataró. Telf: 93.757.87.30.

- Ball cada dimecres a les 16,30h, amb música seleccionada de CD, a la Sala del Bar.
- Activitats: Pintura a l'oli. Puntes coixí. Coral. Petanca. Informàtica. Grup de Play Back.

Associació Gent Gran dels Molins.

c/ Mare de Deu dels Angels, 16. Mataró. Telf: 93.757 17 99.

- Patchwork, dilluns 10:30 a 12:30h.
- Manualitats, Dilluns 16:30 a 18:30h.
- Ple i ratlla, dimecres de 16 a 18h.

Per enviar informació

email: agenda@totmataro.cat

oficina: **al C/ Xammar, 11. Mataró**

telèfon: **93 796 16 42**

XANEL

CENTRE GERIÀTRIC



Centre col·laborador amb
la Generalitat de Catalunya

HEM FET 10 ANYS I HO CELEBREM!!!

Volem agrair a tots els usuaris, familiars i amics la confiança dipositada en nosaltres durant tot aquest temps.



Tel. 937 912 051 C/Les Palmeres 9, 08394 Sant Viçenç de Montalt www.xanel.com

**Ponga la guinda
a su audición.**



**Su calidad de vida no será completa
si su audífono no le permite oír como usted desea.**

Solo en ONAcústica con todo el servicio al mejor precio:

- Prueba de audífonos durante 20 días.
- Compare entre las mejores marcas del mercado.
- 4 años de garantía incluido.
- 4 años de kits de limpieza y pilas incluido.
- Pack de servicio y mantenimiento.

**No se la juegue con su audición.
Estrene audífono desde 390€*. Solicite visita.**

ONAcústica Mataró
Ronda General Prim. 78
08302 Mataró
Tel: 93 799 98 92
onacustica@onacustica.net

ONAcústica Barcelona
Balmes, 412
08022 Barcelona
Telf: 93 211 50 85
onabalmes@onacustica.net

www.onacustica.net  Síguenos en FACEBOOK

 **ONAcústica**
CENTRES AUDITIUS
Sentir i sentir-se be



CLÍNICA DENTAL MARMOL

ESPECIALISTAS EN IMPLANTOLOGÍA

MÁS DE 10.000 IMPLANTES COLOCADOS

IMPLANTE DENTAL

490€

Primeras marcas registradas en CE

ORTODONCIA PROMO ESPECIAL

METÁLICA · ESTÉTICA · LINGUAL
INVISALIGN · REMOVIBLE

20%
dto. Hasta el 31/12/2013

CONSULTA Y PRESUPUESTO SIN CARGO

FINANCIACIÓN A SU MEDIDA

ATENDEMOS TODAS LAS MUTUAS

Adeslas, Assistència Sanitària Col·legial, DKV, RACC, Mapfre,
Aresa, Allianz, Mutua Gral. de Catalunya, Sanitas, etc...



Dr. Pablo Mármol
Col. nº 3244

Dr. Mauricio Díaz Plata
Col. nº 3831

Dr. Martin Russo Silva
Col. nº 4587

Dr. Xavier Pont Mula
Col. nº 5939

Dr. Hernan Muñoz
Col. nº 5807

T 93 755 30 95 Camí Ral, 377 Entlo. 2ª
(Pl. Sta. Anna) Mataró

sèniors



Acció i reacció



JOSEP ARACIL I XARRIÉ

PRESIDENT D'EUROSÈNIOR

L'actual societat regida per les lleis del mercat, s'ha convertit en una espècie d'olla de pressió, en la que, per augmentar la seva capacitat receptora de diners, hi ha introduït vàlvules de seguretat. El capitalisme més tardà et deixava pensar i també et deixava dir el que volguessis. El postcapitalisme a més a més t'anima a queixar-te de les seves injustícies i a denunciar-les, sempre i quan, tenint o no feina, acompleixis les seves regles econòmiques. Les persones poden dir i fer tot el que els vingui de gust, sempre, però, tenint en compte que la pela és la pela i que el diner és el fals ídol al qual cal rendir adoració i homenatge, sotmetent-se a les seves lleis injustes.

Aquestes vàlvules són les que fan possible que la bomba de relloteria, que la crisi ha convertit a la societat actual, no exploti. Totes les protestes als carrers dels indignats, els iaioflautes, la plataforma dels afectats per les hipoteques i totes les altres protestes actuals i venidores serveixen de ben poc. En tot cas, serveixen per fomentar el menfotisme d'una societat desensuada que no creu en res i passa avorrida de tot. A Espanya però succeeix quelcom diferent. El primitivisme de la seva classe política, amb accions polítiques autoritàries injustes, pròpies d'una oligarquia arcaica i reaccionària, pot acabar generant possibles reaccions imprevisibles de la ciutadania. Això, però, no vol dir que no hi hagi res a fer. Des del moviment sènior proposem l'autosuficiència territorial per avançar cap a la plena ocupació.

joarxa@gmail.com

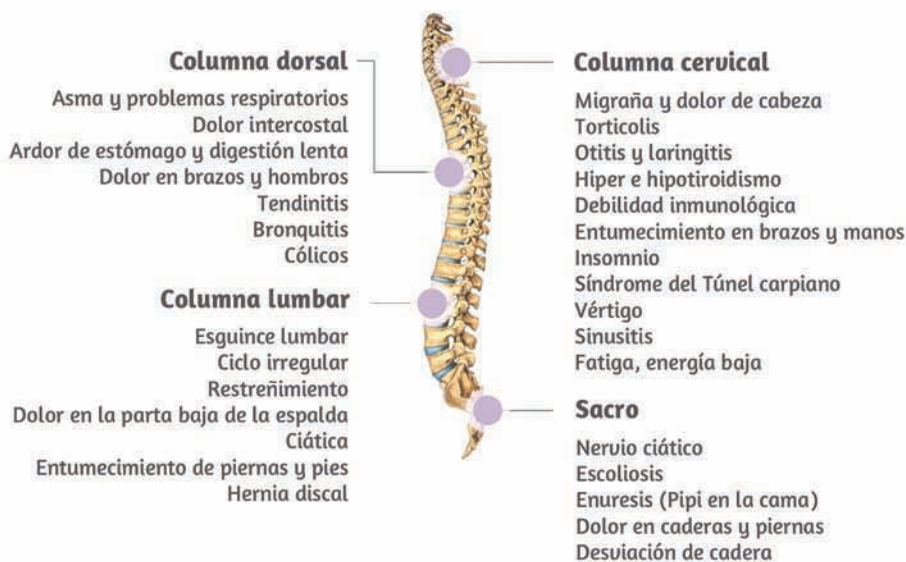
lot sudoku



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

Solució d'aquesta revista 1609

¿Sabes que una desalineación en la columna vertebral puede causar múltiples problemas de salud?



¿Por qué soportar el dolor cuando la Quiropráctica puede ayudarle a recuperar su salud?

COLUMNA SANA = CUERPO SANO

11 años de experiencia ayudando a los demás.

Oferta: Primera visita 35€ del 10 al 17 de enero

Si quieres más información llámanos al 93 758 63 14





L'hora d'estudi

ACPG

- **Associeu l'acte d'estudiar amb alguna cosa positiva:** estudieu i després doneu-vos una recompensa.
- **Convè crear una rutina:** si no teniu uns hàbits en els horaris, tindreu uns resultats irregulars.
- **Estudieu en silenci:** si us distraieu amb la música, per exemple, és possible que hàgiu de llegir dues vegades el que haguéssiu comprès a la primera.
- **La motivació:** penseu per què estúdieu, ho feu perquè per vosaltres és important.
- **Aprofiteu bé el temps** i deixeu que us en sobri per a altres coses.
- **No dubteu a preguntar,** si teniu algun dubte.
- **Estudieu en el moment del dia adequat:** no és bo estudiar a darrera hora del dia, ni acabats de llevar, ni tampoc després de dinar.
- **Dormiu el temps suficient:** perquè la vostra ment estigui sana heu d'haver dormit unes 8 hores seguides.
- **Llegiu molt:** amb l'hàbit de llegir augmentareu la capacitat d'entendre les idees, estimularau la imaginació i això us accelerarà la capacitat de comprendre conceptes.
- **Allibereu la ment:** si voleu que la vostra ment s'alliberi, podeu fer una pausa cada 45-50 minuts i desconnectar.

Celeste Zelayeta Lafón
 Psicòloga - Colegiada n° 19495
T. 647 06 04 01
 celestezelayeta@copc.cat
 c/Argentona,33 - EspaiMed Mataró
 Barcelona - Zona Centro

• Precios asequibles
 • 1ª consulta gratuita

felicita en el tot a qui més estimes
T 93 796 16 42

ÀNGEL ROJAS
-PSICÒLEG-
 Psicoteràpia Gestalt
T. 609 29 28 35
 Muralla St. Llorenç, 34. 2º 1ª - Mataró



EMDR

CURACIÓ EMOCIONAL

Nova i poderosa Psicoteràpia global per alliberar la ment i el cos de les emocions negatives i les experiències traumàtiques

**ANSIETAT-ESTRÈS-PORS-
 DEPRESSIÓ-FÒBIES-
 ADDICCIONS-INSEGURETAT-
 SOMATITZACIONS**

LEPANT CENTRE
Miquel Pérez Pallejà
Psicòleg-Psicoterapeuta
GRAVINA, 6-local 3
MATARÓ
93 790 62 98

Centro de Salud Mental

Dr. E. Thielen (n°col: 22466)

- Psiquiatria general
- Psiquiatria y psicología del niño y del adolescente
- Orientación/terapia familiar

SE REALIZAN VISITAS DOMICILIARIAS

C/ Palmerola 12, 1º 1ª · 669 173 800 · ernestothielen@gmail.com

Horaris de les farmàcies de Mataró

24H □ OBERTES DIA I NIT

□ M.R. COLLDEFORN
 Rda. O'Donnell, 13 93.757.92.93

9 A 22H □ EXCEPTE NIT

- A. ALFONSO - M. COS. (festius no)
 Av. d'Àfrica, 33 93.790.31.04
- R. Ma DE LA PEÑA
 Rambla, 16 93.790.20.24
- PARC CENTRAL
 Rda. Alfons X, 18 93.796.14.91
- M.CENTENO (tots els dies de 8,45 a 21,45)
 C/ Almeria, 77 / 93 798 50 08
- LA RIERA 10
 La Riera, 10 93.790.10.58
- Ma I. SIMON (festius 9 a 14h)
 Av. J. Recoder, 62 / 93.798.43.00
- JOSE ANTONIO SORIANO
 Sebastián Elcano, 2-4 / 93.757.90.25
- MR RUIZ-CARRILLO (dill-dv 9a21. Diss. mati)
 Rda. Rocablanca, 1 / 93.798.59.69
- ROMANCES (dill-dissabte 9 a 21)
 Av.President Tarradellas, 34 / 93.536.16.62
- R. SUBIRATS
 Blay Parera, 35 93.796.17.21

□ OBERTES DE 9 A 13,30h i DE 16,30 A 20,30. DISS. 9 A 13,30

- M. BARBERÀ
 c/Gatassa, 10 / 93.798.29.15
- E. BARREDA PALLARÉS
 c/Alemanya, 6 / 93.757.34.21
- EL TORRENT
 c/Torrent, 7 / 93.798.70.04
- E. COLL
 Sant Josep, 30 / 93.790.43.40 (diss. tarda)
- T. COLL (CREU BLANCA)
 Plaça Xica, 1-3 93.796.09.08
- M.R. CORONA - C. SUBIRANA
 Pg. R. Berenguer, 75 / 93 757.90.93
- J. FARRÉ
 c/Esteve Albert, 43 / 93.757.84.91
- M. FERRÉ
 Rda. Pres. Macià, 61-63 93.741.16.66
- B. FITÉ
 Riera, 57 93.790.10.30 (diss. alterns tot el dia)
- C. YÁNEZ
 Camí Ral, 110 / 93.790.43.69
- S. LÓPEZ
 Rda. F. Mistral, 26-28 / 93.799.80.48
- M.A. MAJORAL
 Irlanda 17, cant. Boixa / 93.798.49.47
- M. MASJUAN
 Rda. Dr. Ferran, 28 / 93.798.69.15
- M.T. NOGUERAS
 c/Siete Partidas, 79 / 93.790.54.18
- M. OLIVÉ Av. Gatassa, 71 / 93.798.49.55
- J. PLANA Pl. de Cuba, 4 / 93.798.55.50
- P. ROCA c/Nou, 1. 93.790.19.57 (diss. alt.)
- A. RUIZ-CARRILLO
 Alarcón, 41 / 93.790.15.17
- M.C. SAÑES Creu Roja, 3 / 93.798.97.06
- L.M. SERRANO
 Rda. O'Donnell, 102 / 93.798.03.43
- M.SPÀ Sant Valentí, 43 / 93.798.33.93
- R. SPA Pl. Santa Maria, 3 / 93.790.10.43
- J. SUBIRANA Rosselló, 43 / 93.757.70.54
- M.A. VIA Poeta Punsola, 16 / 93.790.18.28
- A.L. VILARDELL
 Av. Puig i Cadafalch, 256 / 93.798.25.50



Dr. Pere Pérez Peña

centres d'aplicacions **làser**

medicina interna / medicina làser

✘ Tractament del dolor

artrosi, lumbàlgies, dolors articulars...

Dietes obesitat, hipertensió, diabetis

Medicina general

**Eliminem varius
amb Làser Gèmini**

✘ Làser, eliminació de:

berrugues, cuperosi, queratosi,
aranyes vasculars, taques, varius i
tatuatges

✘ Medicina estètica

farciment «relleno» d'arrugues i llavis

Mesoteràpia infiltracions per a la
cel·lulitis

Peelings salicílic i despigmentant

Rejuveniment facial

Esclerosi de varius

**Esborrem tatuatges
amb Làser Spectra**

Depilació mèdica làser

✘ Depilació facial i corporal per a l'home i la dona

✘ Eliminació progressiva, segura i eficaç del pèl no desitjat

Camí de la Geganta 119, entl. 3a. Tel: 93 796 43 57 - 08302 MATARÓ

Plaça Europa 4, 2n 2a. Tel: 93 796 43 57 - 25700 LA SEU D'URGELL

www.drpereperez.es

drpereperez@drpereperez.es

HORES CONVINGUDES

2014: ANY de NOUS REPTES

REpte 1
NEDAR MÉS
QUE L'ANY
PASSAT

**tots ens superem
JUNTS FEM EL CENTRE**

I TU: TENS ALGUN REpte?

FES-TE **ARA** SOCI o ABONAT
DEL CENTRE NATACIÓ MATARÓ:
SI VÉNS ABANS DEL 31 DE GENER

**MATRÍCULA
GRATUÏTA!**

més informació al centre natació
i al web www.cnmataro.cat



CENTRE NATACIÓ MATARÓ

tots ens superem, junts fem el centre



Foto: ANNA ALUÀRT

el **tot** esport

EL MILLOR DEL 2013

Repassem el més destacat de l'any passat dels esportistes mataronins

2a època □ núm. 1314 □ De l'11 al 16 de gener de 2014 □ eltotesport.com



MÚTUA D'ASSISTÈNCIA VETERINÀRIA HAPPYVET

Seguretat per a la teva mascota, tranquil·litat per a tú...

URGÈNCIES
24 HORES



HAPPYVET
Basic

GOS: **160€**
GAT: **130€**



HAPPYVET
Plus

GOS: **350€**
GAT: **300€**

QUOTES ANUALS: FINANÇAMENT FINS A 3 MESOS (INCLUÛEN: VISITES CONCERTADES SENSE LÍMIT)

Camí de la Geganta, 113 · 08302 MATARÓ TEL. 93 799 41 02 info@hvmaresme.com · www.hvmaresme.com

Promoció vàlida fins el 31/01/2014

Comença un any de lluita

Els equips mataronins tenen obertes interessants lluites esportives



OPINIÓ

No cal dir que aquest 2014, que hem començat fa poc, es presenta molt interessant pel que fa a la lluita de Catalunya per assolir una sobirania aixafada des de fa tres segles, i ara desitjada per molts, i per obtenir la qual caldrà treballar de valent. Ser un nou estat d'Europa no serà senzill, però cal tenir il·lusió per aconseguir-ho.

També, ja ficats en tema esportiu, i mentre resten pendents de com se soluciona el conflicte entre la Seguretat Social i les entitats que treballen amb l'esport de base sense cap afany de lucre, quasi tots els nostres clubs tenen obertes interessants lluites esportives en les seves diferents competicions.

Tenim, com sempre, els equips del Centre Natació Mataró immersos en l'elit estatal, tant del waterpolo com del tennis taula, i ficats tots quatre equips a la zona alta de la taula, amb el fet destacat de veure per primera vegada l'equip masculí lluitant per la segona plaça amb aspiracions fermes de poder-la aconseguir,

intentant igualar el que l'equip femení ja ve fent en els darrers temps. I tenim l'equip d'hoquei patins del Club Hoquei Mataró situat en zona d'ascens a l'OK Lliga, per intentar recuperar una categoria perduda fa cinc anys.

Aquest cap de setmana els bons aficionats a l'esport de la nostra ciutat tenen bones cites per donar-los suport. Anem-hi, que són els nostres! I l'esport en directe val la pena...

I també tenim el Club Esportiu Mataró que, després del cop tan fort patit a final d'any, lluita per oferir l'ascens a un president que ja no hi és, i que el diumenge, abans del recuperat derbi contra la UD Cirera, rebrà un homenatge pòstum. Serà també el dia en que s'inaugurarà la placa que acredita el camp com a "Municipal del Centenari" i que coneixerem el nom del successor d'Albert Gibert a la presidència del CE Mataró. El club fa jornada de portes obertes i tots els bons aficionats a l'esport de la nostra ciutat hi haurien de ser presents. □

JOSEP GOMÀ

REDACTOR EN CAP DEL TOT ESPORT



□ PERSONATGE

Ariadna Pujol

La mataronina ha estat escollida millor jugadora de la setmana de conferència a la Lliga Universitària dels Estats Units.



□ FET DESTACAT

Derbi futbol

Després de 21 anys diumenge a les 16:30 hores tornarem a tenir derbi entre el CE Mataró i la UD Cirera. □

□ AGENDA

CASA

WATERPOLO

DIVISIÓ D'HONOR MASCULINA. CN MATARÓ QUADIS - CN BARCELONA. Dissabte a les 12:45 hores al CN Mataró.

WATERPOLO

DIVISIÓ D'HONOR FEMENINA. CN MATARÓ LA SIRENA - L'HOSPITALET I CN MATARÓ - WAP NAVARRA. Dissabte a les 14:30 hores i diumenge a les 12:45 hores al CN Mataró.

T.TAULA

SUPERDIVISIÓ MASCULINA. CN MATARÓ QUADIS - CARTAGENA. Dissabte a les 17 hores al CN Mataró.

HOQUEI

PRIMERA ESTATAL. CH MATARÓ - ALCOBENDAS. Dissabte a les 17:30 hores al Pavelló Jaume Parera.

FUTBOL

SEGONA CATALANA. CE MATARÓ - UD CIRERA. Diumenge a les 16:30 hores al Camp Municipal del Centenari.

FUTBOL

SEGONA CATALANA. CE MATARÓ - PREMIÀ DE DALT. Dijous dia 16 a les 21 hores al Camp Municipal del Centenari.

BÀSQUET

COPA CATALUNYA MASCULINA. PLATGES - CB MOLLET. Diumenge a les 18:30 hores al Palau Josep Mora.

FUTSAL

TERCERA DIVISIÓ. FUTSAL ALIANÇA MATARÓ - BOSCO. Diumenge a les 12:30 hores al Pavelló Teresa Maria Roca.

STAFF □ EL TOT ESPORT

Suplement col·leccionable d'informació esportiva

2a època
num.1314

redaccio@eltotesport.com
www.eltotesport.com

TELÈFON □ 93.790.70.98

FAX □ 93.755.41.06

EDITA □ EL TOT MATARÓ, S.L.

REDACCIÓ □ Josep Gomà
COORDINACIÓ □ Eloi Sivilla
COL·LABOREN □ Àlex Gomà, Anna Aluart (fotos), Jordi Gomà, i els serveis dels clubs
DISSENY □ El Tot Esport
MAQUETACIÓ □ Eloi Sivilla



Roser Tarragó i Marta Bach guanyen el Mundial

RESUM DE L'ANY
RESUM D'INDIVIDUALS 2013

REDACCIÓ

La gran notícia de l'any torna a arribar de mans de les dues waterpolistes del Centre Natació Mataró que van aconseguir l'or amb la selecció estatal de waterpolo

Ara fa un any en el resum del 2012 vam destacar a Roser Tarragó i Marta Bach com les millors esportistes de l'any després de penjar-se la medalla de plata als Jocs Olímpics de Londres. Doncs bé, un any després ens toca tornar a destacar-les un altre cop com les millors després de guanyar amb la selecció estatal el Mun-

dial de waterpolo celebrat a Barcelona l'estiu passat. Les dues jugadores formades al planter del Centre Natació Mataró ja formen part de la millor generació del waterpolo femení espanyol i continuen portant ben alt el nom de la nostra ciutat.

Els altres dos protagonistes d'aquest 2013 que ja ha volat, han estat el gim-

nasta Javier Gómez, que es va emportar la medalla d'or en els Jocs del Mediterrani, i la palista del CN Mataró Gàlia Dvorak que es va penjar el bronze en la categoria de dobles en el passat Campionat d'Europa de tennis taula. També destacar el 7è lloc de Pol Samsó en el mundial júnior de Duetlò disputat a Canadà.

Com cada any fem un resum amb els titulars del Tot Esport.

TENNIS TAULA



Gàlia Dvorak es penja la medalla de bronze a l'Europeu formant parella amb la sueca Ekholm

Gàlia Dvorak ha estat el nom més destacat del tennis taula mataroní d'aquest 2013 que ja hem deixat enrere. La palista del CN Mataró va començar l'any proclamant-se subcampiona d'Espanya absoluta, després va tenir un paper discret al Mundial de París, però a mida que va anar avançant la temporada el joc de la mataronina va anar millorant per afrontar en un



magnífic estat de forma l'Europeu. Aquí la Gàlia es va emportar la medalla de bronze en dobles formant parella amb la sueca Ekholm i aconseguint la permanència a la màxima categoria amb la selecció estatal.

També hem de destacar la temporada que van fer Joan Moregó i Xavier Peral aconseguint diversos subcampionats estatals i catalans.

1274.- Gàlia Dvorak subcampiona d'Espanya absoluta.

1278.- Joan Moregó subcampioni de Catalunya individual; Xavier Peral i Joan Moregó subcampions en dobles.

1285.- Actuació discreta de Gàlia Dvorak al Mundial de París

1292.- Campionat de Catalunya juvenil: Yordi Jason Ramos or en dobles i plata en individual.

1292.- Campionat Catalunya en categoria aleví: Catalina Zamorano 2a en dobles i 3a en individual; Núria Gebelli 3a en dobles.

1294.- Joan Moregó actua a bon nivell a la Universiada

1295.- Gàlia Dvorak arriba a quarts de final, a l'Open de la República Txeca, en dobles

1302.- Bronze europeu per a la Gàlia Dvorak en dobles amb Ekholm

1302.- Gàlia Dvorak aconsegueix la permanència a la màxima categoria per equips amb Espanya

1305.- Xavier Peral es penja l'or en el Campionat Zonal Estatal

1307.- Triomf de prestigi de Gàlia Dvorak a Alemanya



ATLETISME



JOAN PLANAS

Joan Planas campió d'Espanya de pista coberta en salt en perxa

Gran any de l'atletisme mataroní que tanca el 2013 amb un únic títol estatal absolut, però amb molt bones sensacions i amb la irrupció de joves promeses que, de be segur, portaran moltes alegries en els propers anys. L'únic títol estatal el va aconseguir el veterà Joan Planas que es va proclamar campió d'Espanya en pista coberta en salt amb perxa.

1267.- Sílvia Gutiérrez (CAL) subcampiona catalana de combinades d'hivern en categoria promesa.

1269.- Campionat de Catalunya de Cros: Marc Fernández (LL) 2n en alevins i Ibrahim Azzouz (CAL) 2n en promeses.

Camp. Catalunya Promeses p.c.: Adrià Puig (CAL) 2n en perxa, Sílvia Gutiérrez (CAL) 2a en alçada i Anna M. Martín (CAL) 3a en 800 m.

1270.- Campionat de Catalunya absolut: Quarts llocs per a Joan Planas (CAL) en perxa, Oriol Bonet (CAL) en 800 m, Youssef Taoussi (CAL) en 3.000 m.

1270.- Campionat Catalunya Promesa: Carlà Moreno (CAL) campiona en 3.000 m.

1270.- Campionat Catalunya de 10 km en ruta: Marc Roig (CAL) subcampió, 1271.- Camp. Espanya Promesa p.c.: Adrià Puig bronze en perxa; Atteneri Tur 4a en 1.500 m.

1272.- Joan Planas campió d'Espanya absolut en pista coberta en salt amb perxa. Mari Carmen González 4a en 800 m.

1272.- Marc Roig 3r a la Mitja Marató de Barcelona.

1273.- Campionat Catalunya Juvenil p.c.: Sara Dorda (LL) campiona en 800 m; Lauren Baker (LL) campiona en triple salt, Oumaina Bial (LL) 3a en 1.500 m.

1274.- Raquel González (AA Catalunya) subcampiona d'Espanya absoluta en 20 km marxa.

1274.- Campionats d'Espanya juvenil pc: Sara Dorda (LL) campiona en 400 m.

1274.- Youssef Taoussi (CAL) subcampió de Catalunya en 3.000 m.

1274.- Marc Roig (CAL) bronze al Campionat de Catalunya de Mitja Marató 1275.- Camp. Cat. p.c. infantils: Aleix Aznar (CAL) campió en 600 m; Pau Rey (LL) 2a en alçada; Beth Jané (CAL) 2a en alçada, Ousama Blal LL 3a en 1.000 .

1275.- Campionat de Catalunya Júnior p.c.: Youssef Taoussi (CAL) campió en 1.500 m; Víctor Garcia (LL) 2n en 800 m.

1276.- Campionats Estats Júnior pc: Youssef Taoussi (CAL) bronze en 1.500 m.

1276.- Campionats Estats Júnior pc: Youssef Taoussi (CAL) bronze en 1.500 m.

1277.- Yashin Ezzaydouni (CAL) campió de Catalunya de 10.000 m. Carlà Moreno (CAL) 3a absoluta i 2a en promeses.

1285.- Raquel González (AA Catalunya) bronze europeu per equips en marxa

1287.- Raquel González (AAC) tercera al GP de Los Cantos en 20 km marxa i 5a marca espanyola de tots els temps.

1287.- Campionats Catalunya Promeses: Adrià Puig (CAL) campió en perxa i Pol Martínez (LL) en 10 km marxa; Sílvia Gutiérrez (CAL) 2a en alçada i Arnau Fernández (CAL) 3r en 100 m.

1287.- Campionat Catalunya Júnior: Youssef Taoussi (CAL) 2n en 1.500 m, Montse Pruna (CAL) 3a en alçada.

1287.- Campionat Catalunya Juvenils: Sara Dorda (LL) campiona en 400 m tanques, Cèlia Gaspar (CAL) 2a en perxa, Lauren Baker (LL) 3a en triple salt, el relleu 4x400 de Lluïsos 3r lloc.

1288.- Grans marques de Moha Jebari i Youssef Taoussi en 1.500 m.

1288.- Raquel González (AA Catalunya) 4a a l'Estatel de clubs de Divisió d'Honor.



RAQUEL GONZÁLEZ

Gran temporada també de marxadora mataronina Raquel González (AA Catalunya) que va ser subcampiona estatal en els 20 km marxa. També es va penjar la plata en els Jocs del Mediterrani i la medalla de bronze per equips en el Campionat d'Europa.

També ha estat a un gran nivell la jove atleta Sara Dorda del GA Lluïsos quedant campiona d'Espanya juvenil en els 400 metres i debutant amb la selecció estatal juvenil a Holanda.

1289.- Mari Carmen González i Raquel González campiones d'Espanya amb Catalunya

1289.- Campionats Catalunya Cadet: Martina Ballesteros (CAL) 3a en 100 metres.

1289.- Campionats Catalunya Infantil: Aleix Aznar (CAL) 2n en 600 m; Pau Rey (LL) 2n en alçada; Bet Jené (CAL) 3a en alçada; Sergi Adalid (LL) 3r en 1.000 m.

1289.- Campionats Catalunya Aleví: Marc Fernández (LL) 2n en 2.000 m; Isaac Ballesteros (CAL) 2n en 60 m tanques.

1290.- Sara Dorda subcampiona d'Espanya juvenil en 400 m lliços.

1291.- Raquel González (AAC) plata als Jocs del Mediterrani de Mersin en 20 km marxa.

1292.- Campionats Catalunya Absoluts: Títol català absolut a casa per a Raquel González (AAC) en 5 km marxa; Ivan Tirado (CAL) 3r en disc; Youssef Taoussi (CAL) 3r en 1.500 m.

1292.- Atteneri Tur (CAL) 3a al Miting Ciutat de Mataró en 1.500 m.

1293.- Sense medalles als Campionats Estats cadets i júnior.

1293.- L'equip femení de Lluïsos de 4x400 bronze català

1294.- Sara Dorda (LL) debuta com a internacional juvenil a Holanda

1295.- Només una medalla als Campionats d'Espanya Absoluts: Sara Dorda amb l'AA Catalunya bronze en 4x400 m.

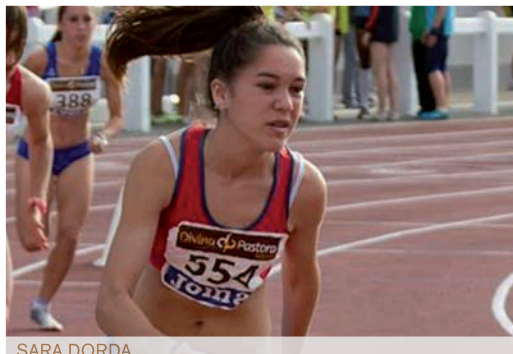
1296.- Mateo Moreno (CAL) doble campió d'Espanya veterà

1300.- Francesc Lanuza (LL) setè a la maratón de muntanya dels "Lagos de Covadonga"

1305.- Atteneri Tur guanya el Cros de Santa Coloma de Farners

1307.- Quatre victòries locals al Cros Ciutat de Mataró

1310.- Marc Fernández (LL) guanya el Cros de Granollers en infantils. Mourad Taoussi (CAL) guanya a Malgrat en senyors.



SARA DORDA



TRIATLÓ



Pol Samsó setè en el Mundial Júnior de Duatló del Canadà

Sense cap mena de dubte el gran protagonista d'aquest 2013 ha estat el jove triatleta del Centre Natació Mataró Pol Samsó, que passarà a la història per ser el primer triatleta mataroní que participa en un mundial. El mataroní va acabar setè en el mundial júnior del Canadà, a banda d'aconseguir diversos podis i títols al llarg de la temporada. Gran any també del veterà José Luis Cano que es va penjar l'or en el Campionat d'Espanya en distància olímpica en la categoria de 45-49 anys. Clàudia Luna medalla de plata al Campionat Català júnior d'aquatló.

- 1281.- Bons resultats en triatló: José Luis Cano tercer al Delta de l'Ebre
- 1283.- Victòries de José Luis Cano i Regina Mola a la triatló de Banyoles
- 1285.- Hèlia Rocha i Regina Mola podi al Half de Calella
- 1287.- Meri Velasco guanya la Triatló Ciutat de Mataró en júnior
- 1288.- Mònica Pellejero ga a la triatló de Zarautz
- 1291.- Gran actuació de José Luis Cano i David Vilana a l'Ironman de Klagenfurt
- 1293.- Bons resultats a la prova de la

- Copa del Món de Palamós: Clàudia Luna, Pablo López, Regina Mola i Meritxell Velasco guanyen en els seus grups d'edat.
- 1295.- Pol Samsó acaba setè al Mundial de Duatló del Canadà
- 1297.- José Luis Cano campió d'Espanya en distància olímpica en 45-49 anys
- 1301.- Gran actuació de José Luis Cano a la Challenge Costa Maresme - Barcelona
- 1302.- Clàudia Luna medalla de plata al Campionat Català júnior d'aquatló

WATERPOLO



Roser Tarragó i Marta Bach les grans protagonistes de l'any

El 2013 sempre serà recordat per ser l'any que dues matoronines van passar a la història del waterpolo estatal femení aconseguint el primer títol del món. Bach i Tarragó es van emportar amb el combinat espanyol el Mundial disputat l'estiu passat a Barcelona. Uns dies més tard juntament amb la seva companya d'equip Carla Graupera es van penjar la plata a l'Europeu júnior. L'altre nom del 2013 és el de Florin Bonca, el que fora jugador del Quadis ara fa uns anys ha tornat a Mataró per dirigir el femení del CN Mataró.

- 1279.- Marta Bach i Roser Tarragó juguen el primer partit de la selecció catalana (Catalunya- Gran Bretanya 16-10). Amb Gran Bretanya juguen Ciara Gibson, Frankie Snell i Chloe Wilcox.
- 1288.- Aquest cop es queden sense medalla. Marta Bach i Roser Tarragó cinquena posició a la Lliga Mundial a Beijing.
- 1292.- Florin Bonca nou entrenador del sènior femení del CN Mataró
- 1294.- Es retiren tres capitans matoronins (Jordi Garcia de waterpolo)

- 1295.- Roser Tarragó i Marta Bach campiones del món de waterpolo amb Espanya.
- 1295.- Roser Tarragó, Carla Graupera i Roser Tarragó subcampiones d'Europa júnior.
- 1299.- Marc Corbalán i Pol Barbeno acaben setens a l'Europeu Júnior
- 1308.- Marta Bach i Ona Meseguer amb l'estatal en la victòria a Rússia
- 1311.- Carla Rodríguez guanya la lliga brasilera de waterpolo amb el Pinheiros i és la millor portera del torneig

BÀSQUET



ARIADNA PUJOL

- 1287.- Jordi Ventura serà el nou tècnic del Platges
- 1294.- Ariadna Pujol brilla al Mundial sub-19 de Lituània
- 1295.- Ariadna Pujol i Laia Flores campiones d'Europa sub-18 amb Espanya.
- 1295.- Ariadna Pujol es queda sense medalla al mundial sub-19 ja que Espanya acaba en quart lloc.

- 1298.- Cèsar Aneas dimiteix com a entrenador del femení del Platges i el substitueix Adrià Castejón
- 1300.- Laia Flores bronze al mundial de 3x3 d'Indonèsia
- 1304.- Núria Martínez la Champions amb el Kayseri turc

TENNIS



ALBERT RAMOS

- 1270.- Albert Ramos debuta a la Copa Davis al Canadà amb un triomf i una derrota
- 1276.- Albert Ramos cau a segona ronda a Indian Wells
- 1277.- Albert Ramos arriba per primera vegada a uns vuitens de final d'un Masters 1000 a Miami
- 1281.- Ramos cau a segona ronda a Montcarlo
- 1282.- Ramos arriba a quarts de final al Godó
- 1286.- Ramos cau en primera ronda a Roland Garros

- 1288.- Àlex Martínez i Óscar Traviesa semifinalista al Campionat de Catalunya aleví de dobles.
- 1290.- Albert Ramos cau en primera ronda a Wimbledon davant Del Potro
- 1290.- Gran paper de Mar Gendra al Campionat de Catalunya infantil arribant a quarts de final.
- 1294.- Bon paper de Ramos a l'Open de Suècia caient a quarts de final
- 1295.- Albert Ramos cau a l'Open USA després de 4 hores de joc



NATACIÓ



FERNANDO MORILLAS



NATALIA TORNÉ

Fernando Morillas, Natàlia Torné i Berta Triola els noms més destacats

El nedador del CN Mataró Fernando Morillas ha estat el nom més destacat d'aquest 2013. Morillas es va emportar el títol català en els 50, 100 i 200 metres braça, aconseguint un triplet històric. En els estatals el nedador del CNM no va poder repetir la gesta, tot i això es va penjar una medalla de plata i dues de bronze. Natàlia Torné, ara a les files del CN Sant Andreu, es

va emportar, defensant els colors del CN Mataró, els títols de Catalunya dels 100 i 200 metres esquena i el bronze en els 50m, mentre que en els estatals només es va penjar una plata.

Gran temporada també la de la jove Berta Triola que es va emportar el títol de Catalunya Indoor de fons i el subcampionat estatal de 200 metres lliures. A més es va penjar tres plataes en els estatals júnior i va debutar en uns Campionats d'Europa formant part del combinat estatal júnior.

1267.- Berta Triola campiona de Catalunya indoor de fons

1268.- Campionats de Catalunya Absolut: Fernando Morillas campió en 50, 100 i 200 m braça; Natàlia Torné campiona en 100 i 200 m esquena i 3a en 50 m esquena; Xènia Vilariño 2a en 1.500 m lliures i 3a en 400 m lliures.

1272.- Hèctor Ruiz segon d'Espanya de llarga distància

1274.- Berta Triola subcampiona d'Espanya júnior en 200 m lliures i 4a en 100 m.

1277.- Campionat Estatal Open: Fernando Morillas 2n en 50 m braça i 100 m braça i 3r en 200 m braça,

1277.- Natàlia Torné 2a en 200 m esquena en el Campionat Estatal Open

1288.- Hèctor Ruiz i Xènia Vilariño segons a la Travessia Costa de Mataró

1290.- Natàlia Torné a dues centèsimes del podi dels Jocs del Mediterrani

1292.- Natàlia Torné, Pol Cantó i Fernando Morillas guanyen l'or al Trofeu Josep Mons

1292.- Campionat de Catalunya Júnior: Berta Triola campiona en 200 i 400 m lliures i 2a en 50 m lliures; Ricard Pujol 2n en 200 m lliures i 3r en 1.500 m; Pau Ruiz 2n en 200 m braça, Martí Penedès 3r en 400 estils i tres podis més en relleus.

1293.- Berta Triola debuta en uns Campionats d'Europa en categoria júnior: sisè lloc en relleus 4x100.

1294.- Berta Triola es penja tres medalles de plata als estatals júnior en 100, 200 i 400 m lliures.

1306.- Berta Triola i Adrián González lideren la Copa Catalana de Fons

1309.- Campionat d'Espanya d'hivern: Fernando Morillas subcampionat d'Espanya en 100 i 200 braça i 4t en 50 braça. Hèctor Ruiz 5è en 1.500 m i Berta Cantó 5a en 100 m braça.

1311.- Hèctor Ruiz i Adrián González plata i bronze al campionat català de fons indoor

SINCRO

1276.- Or estatal júnior en combo i equips per Berta Ferreras i Emilia Luboslavova (CN Kallipolis)

1285.- Berta Ferreras guanya dos bronzes a l'europeu júnior

1289.- Júlia Tortosa bronze en figures al campionat de Catalunya aleví

1290.- Irina Ballo campiona de Catalunya en figures i Ariadna Rico i Magalí Alarcón bronze.

1293.- Lúdia Vigarà quatre medalles a la Copa Mediterrània

FUTBOL



José Maria Polo agafa la banqueta del CE Mataró

José Maria Polo, el tècnic que anys enrere havia jugat a l'equip groc i negre, ha canviat la dinàmica derrotista dels darrers anys anys i ha col·locat l'equip entre els millors de la categoria. L'altre nom propi del 2013 ha estat el de Dídac Vilà que va deixar el Milà per fitxar pel Betis.

1287.- José Maria Polo serà el nou entrenador del CE Mataró

1292.- Ramon Rovira (Europa) segon amb Catalunya a la Copa de les Regions de la UEFA

1294.- Marta Torrejón participa a l'Europeu Femení

1294.- Ayub El Harrak fitxa pel MTK Budapest

1294.- Marta Torrejón deixa l'Espanyol i fitxa pel FC Barcelona

1295.- Dídac Vilà deixa el Milà i fitxa pel Betis

TAEKWONDO



Pluja de medalles durant tot el 2013

Un any més els diversos clubs de taekwondo de Mataró han recollit una gran quantitat de medalles. Hem de destacar la participació de Marta Calzada i Hèctor Poza del CD Tonbal a l'Europeu de tècnica on van aconseguir una magnífica setena posició final.

1275.- Medalles mataronines al Campionat de Catalunya

1278.- El CD Tonbal guanya 7 medalles al Campionat de Catalunya de tècnica

1282.- Marta Calzada i Hèctor Poza (CD Tonbal), or en parella mixta, es classifiquen per a l'Europeu

1283.- Marta Calzada i Hèctor Poza (Tonbal) 7ens a l'europeu de tècnica

1304.- El CD Tonbal guanya 23 medalles al campionat de Catalunya

2014: CADA MES, UN VALOR
MATARÓ, CIUTAT DE VALORS

GENER

Compromís

En comprometre'ns aportem el nostre granet de sorra a una causa més gran que el propi jo. En el compromís hi ha un missatge d'esperança i d'il·lusió, però també una responsabilitat.

www.matarovalors.cat

mataró
m'agrada!



GENER

DISSABTE 11 / 10H

JORNADA ESPORTIVA
POLIESPORTIU MUNICIPAL TERESA M. ROCA

Lliga Catalana de Boccia

Mataró acull la primera jornada de la Lliga Catalana de Boccia, esport paralímpic. El joc de la Boccia es remunta a la Grècia clàssica, sent rescatat a la dècada dels 80 pels països nòrdics, que el van adaptar a les persones amb minusvalia total o parcial de les extremitats.

Organitza: Federació Esportiva Catalana Paralítics Cerebrals

DISSABTE 11 / 10.30H

CURS INTERPRETACIÓ
AULA DE TEATRE

Curs de teatre de civisme i convivència

Curs gratuït de teatre per preparar accions teatrals al carrer i treballar el civisme i la convivència. Curs obert a persones a partir de 12 anys amb inquietuds per a implicar-se en la millora dels seus barris a través de la metodologia de la interpretació social.

Organitza: Ajuntament de Mataró

DILLUNS 13 / 18H

CONFERÈNCIA
COL·LEGI D'APARELLADORS



El tractat d'Utrecht

Conferència sobre el tractat d'Utrecht a càrrec de Sebastià Sardiné, advocat, escriptor i investigador històric. El 1713 la Gran

Bretanya i Portugal, per una banda, i França i Espanya, per l'altra, es van comprometre a posar fi als conflictes provocats per la Guerra de Successió Espanyola.

Organitza: Locus Amoenus

Preu: 5 euros

DIVENDRES 17 / 19H

CONFERÈNCIA / LES ESMANDIES

La Fundació Vicenç Ferrer

Conferència sobre aquesta Organització No Governamental pel desenvolupament fundada el 1969 a Anantapur (Índia) pel català Vicente Ferrer (1920-2009), home de ferm compromís personal amb els més desfavorits de la societat i gran transmissor d'aquest valor.

Organitza: AV Peramàs Esmandies / Les Esmandies Casal de Barri



DISSABTE 18 / 11H

INAUGURACIÓ
JOSEP MONTSERRAT CUADRADA, 1

Espai Gatassa

Festa per celebrar la recuperació per al barri de Cerdanyola i per a la ciutat de l'espai sociocultural de la Gatassa després del seu tancament l'estiu del 2011.

DISSABTE 18 / 18H

TEATRE MONUMENTAL

V Festival Solidari de l'Esperança

Per cinquè any consecutiu, després del cap de setmana de Reis, la Hermandad Nuestro Padre Jesús Nazareno y Nuestra Señora de la Esperanza celebren el Festival Verge de l'Esperança. Un acte musical organitzat inicialment per commemorar l'aniversari de la imatge de la Mare de Déu a Mataró i que s'ha anat convertint en un festival solidari.

Organitza: Hermandad Nuestro Padre Jesús Nazareno i Nuestra Señora de la Esperanza.

Entrada: Aportació solidària.

DIMECRES 22 / 19H

CONFERÈNCIA
SALA LAIA L'ARQUERA.
PARC TECNOLÒGIC TECNOCAMPUS

El compromís, avui

Conferència sobre el valor del compromís a càrrec d'Àngel Castiñeira, professor del Departament de Ciències Socials d'ESADE-URL, director de la Càtedra de Lideratges i Governança Democràtica i director de l'Observatori de Valors. Aquesta conferència és la primera del cicle "Valors i compromís" que l'entitat organitza en motiu del desè aniversari de la revista *Valors*.

Organitza: Associació Cultural Valors

DILLUNS 27 / 19H

OFRENA FLORAL
PASSEIG DE CARLES PADRÓS, DAVANT EL
MONUMENT DE LA INTOLERÀNCIA

Commemoració del Dia Oficial de la Memòria de l'Holocaust



Cada any diverses entitats i institucions de Mataró es comprometen a no oblidar les víctimes dels Crims contra la Humanitat i a treballar perquè fets com l'Holocaust no es repeteixin.

Organitza: Ajuntament de Mataró

DIVENDRES 24 / 19H

PRESENTACIÓ
TEATRE MONUMENTAL

Mataró, ciutat de valors

Tots els mataronins hi estan convidats a la presentació del projecte "Mataró, ciutat de valors". Comptarem amb la presència dels ambaixadors dels dotze valors escollits, entre ells el cantant Peret, la waterpolista Marta Bach o l'escriptora Care Santos. La periodista, Sílvia Còppulo, conduirà l'acte.

DIUMENGE 26 / 20.30H

CONCERT
EL PÚBLIC

Miquel Gil i Pep Gimeno "Botifarra" presenten "Nus"

El Circuït Folc aterra a l'espai cultural El Públic per oferir-nos "Nus", un espectacle de Miquel Gil i Pep Gimeno 'Botifarra' a duet. Actuaran només amb veu, guitarra i petites percussions, mostrant al públic seguidilles, havaneres, jotes i fandangos. Miquel Gil ha mostrat sempre un compromís sincer amb la seva llengua i el lloc on viu, el País Valencià.

Organitza: El Públic i Circuït Folc.

Entrada: 9,5 euros.

DURANT TOT EL MES

CONCURS
INSTAGRAM

Fotografia els valors de Mataró



Participa al concurs fotogràfic sobre els valors de la ciutat a través d'Instagram. Aquest mes les fotografies a concurs s'identificaran amb el hashtag #matarocompromis. Pots consultar les bases del certamen a la web matarovalors.cat.

Organitza: Associació de Fotògrafs Professionals de Mataró / Projecte "Mataró, ciutat de valors"

Més actes a: www.matarovalors.cat

Més informació a:

[facebook/matarovalors](https://facebook.com/matarovalors)

[@matarovalors](https://twitter.com/matarovalors)

youtube.com/matarovalors

EL PERSONATGE DEL MES

Josep Garcia Oliver

Empresari i polític, home de ferm compromís amb Mataró i amb la seva gent. Fundador de l'Ateneu Mataronès, la primera Biblioteca Popular i la Caixa d'Estalvis de Mataró.



Josep Garcia Oliver es va caracteritzar sempre per ser una persona tenaç, compromesa i de mirada oberta. Nascut l'1 de setembre de 1834 a Mataró, es va quedar orfe de ben petit. De jove va viatjar per Anglaterra i França per tal d'aprendre innovacions tecnològiques, però en aquests desplaçaments també es va fixar en avenços socials en el camp de l'educació i les societats culturals.

Quan va tornar a Mataró, la ciutat ja estava immersa en plena revolució industrial, la precarietat laboral era alta i regnava l'analfabetisme. Davant aquesta situació, van sorgir a la ciutat algunes iniciatives que van intentar pal·liar els problemes de la classe obrera. De totes elles, una de les més actives va ser la Societat d'Amics de la Instrucció de Mataró (1854), fundada per Josep Garcia Oliver, i més tard coneguda com a Ateneu Mataronès. Amb seu al carrer Nou, l'entitat oferia classes nocturnes gratuïtes de

diferents matèries per a adults. Els diumenges organitzaven jornades científicoliteràries i disposava d'un gabinet de lectura.

El 1863 es va inaugurar, a redós de l'Ateneu i amb seu també al carrer Nou, la Caixa d'Estalvis de Mataró. L'havia fundat Josep Garcia Oliver el 1859, conjuntament amb altres prohoms de la ciutat, quan només es comptaven deu caixes d'estalvi a tot l'Estat. L'objectiu d'aquesta institució econòmica era redimir els obrers de la misèria, solucionar la pobresa endèmica i trencar el lligam perpetu de moltes famílies amb la caritat inculcant-los el valor de la previsió. Preocupat pel progrés intel·lectual dels pobles i després de veure l'experiència a Anglaterra, Garcia Oliver també va decidir fundar a Mataró una Biblioteca Popular (1866), la primera d'Espanya amb aquestes característiques i la primera de la ciutat amb servei de préstec. El 1867 comptava amb un fons de 505 volums, que tres anys més tard ja havia augmentat fins a 968. Però, a més, aquest mataroní, tampoc es va quedar al marge dels canvis polítics que va viure el país i Mataró en la segona meitat de centúria. Després de la revolució de 1868 va ser escollit regidor de l'Ajuntament de Mataró i alcalde de 1870 a 1872. Després del cop d'estat del general Pavía el 1874 va ser nomenat alcalde provisional, càrrec que va exercir fins el restabliment de la monarquia borbònica (1875). I, dos anys abans de morir, encara va ser elegit diputat al Congrés.



GIMNÀSTICA



Javier Gómez or als Jocs del Mediterrani

Javier Gómez és el nom més destacat de la gimnàstica matornina, els matoroní va formar part de la selecció estatal que va participar al Mundial d'Anvers i als Jocs del Mediterrani. Va ser en aquesta darrera competició on el matoroní va aconseguir penjar-se la medalla dos ors i un bronze. Va quedar primer en la prova individual i per equips, mentre que va aconseguir el tercer lloc en anelles. Grans resultats del gimnasta del CG Mataró que veu com cada dia hi ha més nens al seu club.

1273.- Biel Tenias (CGM) plata en alevins a la Copa Catalunya

1290.- Javier Gómez es fa amb l'or als Jocs del Mediterrani en la prova individual, en la d'equips i a més amb el bronze en anelles.

1301.- Javier Gómez participa al Mundial d'Anvers

VARIS

BÀDMINTON

1293.- Glòria Latorre (CB Bellaterra) dues medalles (or i plata) al Campionat d'Espanya

CICLISME

1280.- Doctore Bike afronta la temporada amb un equip de luxe.

FUTBOL SALA

1271.- Cèlia Catà i Meritxell Ribas sub-campiones d'Espanya amb Catalunya.
1279.- Sito Rivera classifica Romania per a la repesca de l'Eurocopa 2014

HANDBOL

1267.- Ona Muñoz (Castelldefels) segona màxima golejadora a l'estatal juvenil, però Catalunya acaba en 7è lloc

1289.- Adriana Ascaso campiona de Copa Catalana amb el Granollers

1294.- Es retiren tres capitans matornins (Sergi Rodríguez d'handbol)

TIR

1278.- Vicenç Arruè campió de Catalunya de pistola lliure

1283.- Mario González Campió de Catalunya en pistola d'aire

1298.- Vicenç Arruè i Leila Martínez segons al Trofeu Generalitat

PATINATGE

1298.- Naïla Illescas vuitena al Campionat d'Europa Cadet

1304.- Laura Quintero campiona d'Espanya infantil

PESCA SUBMARINA

1286.- Xavi Blanco campió de Catalunya de pesca submarina

HOQUEI PATINS

1294.- Es retiren tres capitans matornins (Adam Puig d'hoquei)



Els dos equips del CA Laietània participen al Campionat de Catalunya de Clubs A



ATLETISME

CAMPIONAT DE CATALUNYA DE CLUBS

REDACCIÓ

Els dos primers equips del Laietània (masculí i femení) participaran per 7a i 8a vegada consecutiva al Campionat de Catalunya de Clubs "A" que es celebrarà el proper cap de setmana per 4 any consecutiu a Sabadell, on s'enfrontaran els 8 millors clubs de Catalunya de l'actualitat.

Taoussi i González guanyen el Cros de Nadal

El passat 25 de desembre, dia de Nadal, es va celebrar el tradicional Cros de Nadal

al complex del Centre Atlètic Laietània. Una cursa que des del 1974, cada any sense interrupció, se celebra amb un divertit recorregut de 2.200 metres per celebrar el Nadal. Els guanyadors van ser els laietanencs Mourad Taoussi i Mari Carmen González, aconseguint ella el seu setè títol de la Cursa. Cal destacar que tot i el mal temps, aquest any va ser la més participativa dels darrers 10 anys, en una matinal on tots els participants van ser obsequiats amb una bossa de regal i una ampolla de cava.

EQUIPS PARTICIPANTS

Masculí

FC Barcelona
AA Catalunya
JA Sabadell
CA Igualada
CA Laietània

ISS L'Hospitalet
Avinent Manresa
UA Terrassa

Femení

FC Barcelona
AA Catalunya
ISS L'Hospitalet
CA Laietània
Avinent Manresa
Girona Costa Brava
CA Igualada
CA Vic



Mataró acull proves atlètiques de primer nivell

RESUM DE L'ANY
RESUM D'ORGANITZACIONS I ALTRES 2013

REDACCIÓ

L'Estadi d'Atletisme de Mataró acull el Campionat de Catalunya Absolut d'Atletisme i l'Estatall Promesa organitzat pel C.A. Laietània

La crisi econòmica que viu el país també es fa notar en el món de l'esport i cada cop és més complicat trobar patrocinadors i col·laboradors per organitzar actes i competicions esportives de primer nivell. Tot i això la nostra ciutat durant aquest 2012 ha acollit diverses competicions

esportives on hi han participat esportistes de primer nivell.

Per exemple el CA Laietània va organitzar el Campionat d'Espanya Promesa i per tercer cop el Campionat de Catalunya Absolut. Destacar també el Campionat de Catalunya de Creuers o la Copa Catalunya

de waterpolo que va acollir el CN Mataró. Però si la crisi econòmica no ha pogut amb alguna cosa, ha estat amb les curses populars, i és que aquestes cada cop són més i tenen més participants.

Com cada any fem un resum amb els titulars del Tot Esport.

ATLETISME

- 1269.- Es disputa el Campionat de Catalunya de Cros amb victòries de Carles Castillejo i Judith Pla.
- 1278.- Mataró acull el Campionat d'Espanya de 10.000 metres que guanyen Carles Castillejo i Lidia Rodríguez.
- 1289.- Trobada d'atletes i ex-atletes al CA Laietània.
- 1290.- Quatre jornades de gran atletisme en cinc dies: Campionat d'Espanya promesa i 93è Campionat de Catalunya Absolut
- 1291.- Els millors atletes estatals sub-23 omplen l'Estadi
- 1292.- Èxit de participació de la mitja marató per relleus
- 1293.- Es disputa el MoonRunning, primera cursa urbana nocturna de Mataró
- 1295.- Massiva 35a Cursa de Les Santes amb rècord de participació
- 1296.- Arriba una altra edició de la Cursa Intersport
- 1307.- Se celebra el 44è Cros Ciutat de Mataró amb victòries de Mohamed Benhmarka i Ouafa Hamani
- 1309.- Més de dos mil participants a la 16a Mitja Marató Ciutat de Mataró

FUTBOL

- 1276.- Acte institucional del centenari del CE Mataró
- 1293.- L'ONCE dedicarà un cupó al Centenari del CE Mataró
- 1297.- El CE Mataró EF haurà de fer eleccions a la presidència

- 1297.- Neix un nou club: L'Athletic Mataró
- 1299.- Cirera i Salesians junt amb el futbol femení
- 1302.- Albert Gibert ratificat en el càrrec de president
- 1310.- Es rebateja el camp de futbol com a Camp Municipal del Centenari
- 1310.- Es disputen els Tornejos de Base en memòria de Ferran Ferrer i Josep Gomà Carol
- 1310.- Arriba el II Torneig Solidari 'Juguem per la Spam'
- 1311.- Un cop molt fort: Ens ha deixat Albert Gibert president el CE Mataró EF

FUTBOL SALA

- 1294.- Més de 600 jugadors participen al Torneig Base de Les Santes

HANDBOL

- 1271.- Comencen els actes del Cinquentenari del Joventut Handbol Mataró
- 1276.- Acte institucional del cinquentenari del Joventut
- 1293.- Arriba la VII edició del Torneig d'handbol platja Ciutat de Mataró
- 1297.- Es disputa el Memorial Eusebi Bosch

HOQUEI

- 1293.- El torneig de veterans del CH Mataró tot un èxit
- 1298.- El Manlleu s'emporta el Trofeu Ciutat de Mataró

MUNTANYA

- 1306.- La UEC celebra el seu 78è aniversari

NATACIÓ

- 1278.- L'equip femení del CN Mataró cinquè lloc a la Copa d'Espanya de Divisió d'Honor.
- 1278.- L'equip masculí 4t a la 2a Divisió de la Copa d'Espanya
- 1288.- Adrián González (Sant Andreu) guanya la II Travessia Costa de Mataró
- 1306.- El CN Mataró nomena president d'honor a Josep Masriera
- 1307.- El CN Mataró estrena secció d'esport adaptat

POLIESPORTIU

- 1277.- Nit de l'Esport 2013 al Teatre Monumental: Roser Tarragó i Marta Bach millors esportistes de Mataró del 2012 i també millors juvenils.
- 1277.- Javier Gómez i Gàlia Dvorak (seniors); Xavier Peral (juvenil); Marc Merelo i Laia Flores (cadets) i Carles Aleña, Jordi Mola i Dani Moré i Emma Palà (infantils) s'emporten la resta de premis individuals.
- 1293.- Tret de sortida de Les Santes Esportives

TAEKWONDO

- 1274.- 15è Aniversari del CD Tonbal

TRIATLÓ

- 1267.- Se celebra la XIII edició de la Duatló de Muntanya

- 1287.- Massiva Triatló Ciutat de Mataró

VELA

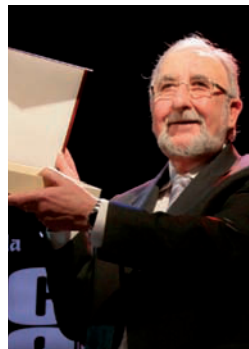
- 1289.- Una nova regata unirà Mataró i la ciutat menorquina de Fornells
- 1303.- El Club Vela Mataró organitza el Campionat de Catalunya de creuers

VOLEIIVOL

- 1281.- El CV Mataró organitza la fase final cadet catalana al Pavelló Euskadi

WATERPOLO

- 1269.- El combinat estatal juga al Sorral i perd davant Hongria en partit de Lliga Mundial
- 1295.- La Sirena nou patrocinador del CN Mataró femení
- 1299.- Mataró capital del waterpolo català acollint la fase final de la Copa Catalunya





Derbi amb prolegòmens emotius al Municipal del Centenari



FUTBOL
CE MATARÓ

REDACCIÓ

El derbi mataroní es disputa diumenge a les 16:30 hores i serà de portes obertes

Després de quasi 22 anys tornem a tenir derbi entre Mataró i Cirera. En uns moments en què el club groc-i-negre està convulsionat per la mort del seu president, arriba l'enfrontament entre els dos equips locals de la 2a Catalana.

El darrer partit que es va jugar de forma oficial entre els dos equips va ser el 5 d'abril de 1992 al camp del Cirera dintre de la competició de 1a Categoria Territorial, i va acabar amb empat a zero gols, mentre que el darrer jugat al camp del Mataró va acabar amb victòria cirerenca per 0-2. La temporada anterior (90-91) ja s'havien enfrontat també a la mateixa categoria i el resultat al camp del Mataró va ser exactament el mateix (0-2), mentre que al camp del Cirera el resultat va ser de 3-2.

O sigui que l'equip groc-i-negre fins ara encara no ha pogut guanyar en partit oficial al seu rival local i a l'actual Camp del Centenari ni tan sols li ha pogut fer un gol.

Ara l'equip de Jose M. Polo hi arriba en molt bona situació a la taula (3r amb 28 punts) i sembla sortit davant un equip que lluita per sortir de la zona de descens (12è amb 17 punts), però ja se sap que als derbis pot passar de tot i guanyarà l'equip que sàpiga contenir millor els seus nervis i pugui imposar la seva forma de joc.

La solució el diumenge a les 16:30 hores al Camp Municipal del Centenari, en un partit que tindrà uns prolegòmens emotius amb homenatge pòstum a l'Albert

Gibert i amb la inauguració oficial de la placa que estrenarà la nova denominació del camp com a 'Municipal del Centenari'. Per facilitar la major assistència de públic possible el partit serà de portes obertes.

Jornada 16a (12 gener)

Carmelo - Lloreda
Vilanova Vallès - SJ Montcada
Singuerlín - Ripollet
CE MATARÓ EF - UD CIRERA
PREMIÀ MAR - Molletense
Badia - PREMIÀ DALT
Turo Peira - Catalana
Equipo Ja - Guineueta
Gramenet B - Sants

El dijous es juga el CE Mataró - Premià de Dalt

També el proper dijous dia 16 a les 21 hores es jugarà el partit ajornat en el seu dia degut a la mort d'Albert Gibert, entre el CE Mataró EF i el Premià de Dalt. L'equip groc-i-negre, segons com hagin anat els resultats del diumenge, tindrà la possibilitat de situar-se en el segon lloc que dona accés a la promoció d'ascens i de retallar la diferència respecte el líder. És la quarta vegada que s'enfronten aquests dos equips a Mataró. La temporada passada van guanyar els visitants per 0-2, l'anterior la victòria va ser local per 2-1. El primer partit, la temporada 2010-11 va acabar amb victòria del Mataró, que va jugar amb el seu equip juvenil, per 3-1, però el Comitè de Competició va donar els punts als permanents deixant el resultat en 0-3. Va ser el darrer partit que va jugar l'equip groc-i-negre aquella temporada, ja que es va retirar. □



El Joventut Handbol Mataró visita la pista del cuer



HANDBOL
PRIMERA ESTATAL

REDACCIÓ

El Joventut Handbol Mataró està fent una campanya discreta, fins ara, a la primera estatal, i està situat en onzena posició amb només 9 punts al final de la primera volta. S'han cedit molts punts a casa i fora de casa només s'ha pogut guanyar a Sant Esteve Sesrovires.

Per començar la segona volta l'equip que dirigeix Juanan Garcia es desplaça a la pista del cuer, el Banyoles, un equip que només ha sumat un punt. S'haurà de veure el dissabte (18:30 hores) com torna l'equip mataroní després de l'aturada nadalenca, però caldrà que no es confii perquè de ben segur els banyolins tenen clavada una espina de la contundent derrota del primer partit de lliga en què van perdre a Mataró per 36-18. I tan fàcil com en aquella ocasió no serà.

El campionat està molt interessant per la part alta amb quatre equips disputant-se els dos llocs de promoció (Sant Martí, Esplugues i La Roca 22 punts i Granollers 20) i en aquesta jornada inicial de la segona volta el que ho té més complicat és l'Esplugues que juga a Gavà, ja que els altres tres tenen compromisos aparentment fàcils a les seves pròpies pistes.

El femení busca la segona victòria

L'equip femení del Joventut, que és cuer de la Lliga Catalana, buscarà la segona victòria davant un Molins que no és el de passades temporades (està 4 punts per sobre de l'equip mataroní), però davant del qual s'haurà de jugar molt bé per obtenir una victòria que sembla imprescindible per intentar salvar la categoria. □



El Quadis rep el CN Barcelona per refermar-se en el tercer lloc



WATERPOLO
DIVISIÓ D'HONOR

REDACCIÓ

L'equip masculí del CN Mataró Quadis està situat a la tercera posició de la taula classificatòria amb 20 punts, dos per sota del Terrassa, i amb un marge de 4 sobre el quart classificat. El Quadis, que ja té la classificació per a la Copa del Rei assegurada, té fixat l'objectiu d'entrar en els "play-off", que aquesta temporada només jugaran els quatre primers classificats, i de moment està en el bon camí. Cal aquest dissabte a les 12:45 hores referendar el bon moment que vivia l'equip a finals del 2013 i superar el Club Natació Barcelona que no és el d'altres temporades i que està a la zona baixa en 10è lloc amb només 6 punts.

L'equip cenebista, en altres temps el més llorejat del waterpolo estatal i català, i que sempre havia guanyat a Mataró, ja ha caigut derrotat les dues darreres temporades (7-5 la passada i 12-4 l'anterior) i no sembla que ara hagi de canviar aquesta darrera trajectòria. Després, a la tarda, s'haurà de posar atenció en el que passi a la piscina Sant Jordi en el



duel més interessant de la jornada entre Catalunya i Terrassa, ja que una ensopagada egarencia podria permetre pujar fins al segon lloc.

Doble compromís per al CN Mataró La Sirena

L'equip femení del CN Mataró La Sirena afronta aquest cap de setmana un doble compromís a la seva piscina, però que no li ha de suposar cap problema, ja que rep els dos darrers classificats: el dissabte a les 14:30 hores a l'Hospitalet (penúltim classificat) i el diumenge a les 12,45 hores el WP Navarra (que és el cuer impuntuat encara). Semblen bones pedres de toc perquè pugui jugar tothom i per anar agafant la forma després de l'aturada nadalenca. El següent compromís no serà fins al 25 de gener i en aquella data La Sirena visitarà el totpoderós CN Sabadell. □

Platges Mataró i Boet Mataró comencen l'any davant rivals complicats



BÀSQUET
COPA CATALUNYA

REDACCIÓ

Després de l'aturada nadalenca els dos equips mataronins de Copa Catalunya tenen partits complicats. Diumenge a les 18:30 hores el Platges rep la visita del Mollat, un dels equips de la part alta. Els grocs necessiten la victòria per escalar posicions i abandonar els darrers llocs. El Boet juga dissabte a les 18:15 hores a la pista de l'Arenys, segon classificat. El femení del Platges juga a Viladecans. □

El Futsal Aliança comença l'any a casa



FUTBOL SALA
TERCERA DIVISIÓ

REDACCIÓ

Després de l'aturada nadalenca el Futsal Aliança Mataró torna a la competició diumenge a les 12:30 hores rebent la visita del Bosco Rocafort de Barcelona. □



El Club Hoquei Mataró rep l'Alcobendas madrileny



HOQUEI
PRIMERA ESTATAL

REDACCIÓ

L'equip mataroní que va tancar l'any 2013 amb una extraordinària victòria a la pista del Barça B, que és el líder de la 1a Estatal, està situat en zona d'ascens a l'OK Lliga, ja que és tercer i a més el líder tampoc té opció de pujar.

Aquest dissabte, en horari poc habitual (17:30 hores), l'equip de Vadillo rep un altre dels equips de la zona alta, l'Alcobendas madrileny, que està en setè lloc amb 15 punts, i intentarà obtenir una victòria que li permeti despenjar un altre dels candidats a l'ascens, i que la temporada passada ja va caure derrotat aquí per 3-0, i fa dues per 6-2. En canvi en les dues anteriors els madrilenys havien tret un empat.

És aquest el primer desplaçament de l'Alcobendas a Catalunya aquesta temporada, i fins ara han guanyat a les pistes de S.Ma Pilar i Raspeig i han caigut derrotats a les pistes de Jolasetta i Areces. □

Dissabte a les 17 hores partit d'alt nivell al CN Mataró



TENNIS TAULA
SUPERDIVISIÓ

REDACCIÓ

Els dos equips del CN Mataró Quadis que juguen a la màxima categoria estatal tenen compromisos molt complicats aquest cap de setmana, ja que juguen contra els dos equips que ostenten la segona plaça dels respectius campionats.

L'equip masculí ho farà a casa davant el Cartagena, un equip reforçat aquesta temporada i que sembla voler emular el que fan les noies d'aquella població. Amb Zhang Sining (només dues derrotes en tota la temporada) i Jesús Cantero (només 3 derrotes) tenen un duet molt complicat de batre, completat amb Andrei Birlan.

Pel que fa a l'equip femení juga a Vic, un dels dos equips, junt amb el Cartagena, que ho ha guanyat tot fins ara en les 9 jornades disputades. L'equip osonenc amb Matilda Ekhlom, Sara Ramírez, Zhipei Wang formen un equip molt compacte. □

club cervantes

L'escola de KARATE

Francesc Macià, 1-3 • 08302 MATARÓ
Tel 93.798.40.93 - 639.781.674
www.fcarcasona.es (Félix)

parlem de...



... Josefa Tolrà



ÀLVAR SÁEZ I PUIG

HISTORIADOR DE L'ART I
GESTOR CULTURAL

Les sales d'exposicions de Can Palauet presenten, del 21 de desembre de 2013 al 30 de març de 2014, l'exposició "Josefa Tolrà, Dibujo fuerza fluídica".

Can Palauet, -un espai expositiu que ha tingut tantes llums com ombres-, sorprèn amb una mostra plena de vitalitat i frescor. El redescobriments de Josefa Tolrà esdevé un bon regal de Nadal per als amants de l'art.

Bona mostra del nivell i contingut de la seva obra era l'admiració de personatges com Joan Brossa, Moisès Villèlia, Modest Cuixart, Antoni Tàpies, Enric Modolell, etc., cap a la figura de Pepeta Tolrà.

L'exposició es divideix en cinc apartats: "Narrar el verb", "Obrir els ulls", "Teixir els fils", "Fer el silenci" i "Tancar els ulls". En els mateixos es poden veure els seus escrits, il·lustracions, dibuixos, l'art dels brodats, quadres amb escenes bíbliques i l'univers que tenia com a mitjà.

En aquest trànsit entre el món espiritual i el món material és quan Tolrà crea el seu cosmos artístic. L'obra d'aquesta pagesa i mitjà de Cabriels, -que va patir la mort de dos dels seus tres fills-, neix quan ella tenia 60 anys, però tot i així és prolífica i enriquidora.

Posar etiquetes a la figura de Josefa Tolrà és difícil. No se la pot inscriure, així com així, a cap tendència artística. És una artista genuïna, els seus estats catàrtics l'ajuden a desprendre's d'elements innecessaris, per a esdevenir en una artista pura, que sobta per l'espontaneïtat i claredat de la seva obra.

Tot i que en vida només va exposar un dia en una galeria de Barcelona, hi ha una part de la seva obra al MACBA i al Museu Reina Sofía de Madrid. Potser ara, després de 54 anys de la seva mort, és un bon moment per al seu reconeixement. □

PROMOCIÓ GENER

www.costadescans.com



CHAISE LONGUE MODELO MONTANA

COLOR A ESCOLLIR

INNOVACIÓ I TECNOLOGIA

890€



1.040€

AMB SEIENT
DE RELAX ELÈCTRIC

AMB LA GARANTIA DE 70 ANYS AL SEU SERVEI

Costadescans

Matalasseria · Sillons · Sofàs Confort

PLAÇA DE LES TERESES, 34, MATARÓ, TEL. 93 798 53 60

costadescans@costadescans.com



Cinesa Mataró Parc

902 333 231 · Golfes: div. i dissabtes · Matinals: dissabtes i festius

Agosto ✨	12:00	17:00	19:30	22:10	00:40
La ladrona de libros ✨	12:10	16:30	19:15	22:00	00:40
La gran revancha ✨	12:15	16:00	18:15	20:30	22:45
El único superviviente	17:50	20:15	22:40	01:00	
En solitario	16:00	18:00	22:45		
Caminando entre dinosaurios	12:20	16:00			
El médico	16:00	19:00	22:00	00:40	
Ismael				20:00	
La vida secreta d W.Mitty	12:00	16:00	18:15	20:30	22:45
Futbolín				12:10	16:45
Lluvia de albóndigas 2	12:30	18:05	[En català]	16:00	
12 años de esclavitud	12:10	16:20	19:10	22:00	
Free birds			[dm.-dmc.]	12:15	
El hobbit	12:00	16:00	19:00	22:00	
Carrie			[dmc.-dj.]	01:00	
Tres bodas más			19:15	22:50	
El consejero	00:50		Somos los Miller	00:30	
Frozen	12:10	16:00	18:15	[En català]	20:30
Los juegos del hambre			12:00	20:00	
La gran familia española			20:30		

Golfes: Les sessions a partir de les 00.00 Matinals: Les sessions abans de les 13.00 · Estrena ✨ · En taronja: sessió 3D · En vermell: Dis., diu. i festius

Cinemes Arenys

93 792 33 90 · Golfes: dissabtes.

Agosto ✨	16:00	18:00	18:15	20:20	20:30	22:40	22:45	01:00
El único superviviente						20:15	22:30	00:45
En solitario	16:00	18:00	20:15	22:30	00:45			
La vida secreta de Walter Mitty	16:00	18:00	18:15	20:20	20:30	22:40	22:45	01:00
Caminando entre dinosaurios	16:00	17:50	18:00					
El médico	16:00	18:00	19:00	22:00	00:30			
El último samurai				20:15	22:30	00:45		
Futbolín // Lluvia de albóndigas 2				16:00	18:00			
El hobbit				19:40	22:25			
12 años de esclavitud [En català]				20:00	22:30	00:50		
Frozen				16:00	18:00			
Un invierno en la playa (V.O.) (Dmc. 15 gener)	18:00	20:15	22:30					

Cinema Foment

93 790 34 50 · Dill. 1a sessió preu reduït · C. Nou, 11

Le week-end 18:00 20:15 22:00 (11 gen.) 18:00 20:15 (13 gen.)

Centre Parroquial d'Argentona

C. Bernat de Riudemeia, 4 - Argentona

Vaya Pavos 17:30 (11 i12 gen.)

Diana 22:00 (11 gen.) 19:30 (12 gen.)



ALIANÇAMATARÓ
més enllà d'una mútua
T. 902 220 475 - 93 796 04 75

DESCOMPTE DEL 10%
en la contractació de la teva
assegurança de salut

Aquest descompte s'aplicarà durant el primer any de contractació

Assegurança de Salut: Atenció Mèdica Telefònica 24h
Els millors centres assistencials i metges especialistes a Mataró i Barcelona

Plaça de les Tereses, 22 08302 Mataró www.aliancamataro.cat



CONCURS DE CINE 2 ENTRADES DOBLES

Pregunta de la setmana:

Quina actriu catalana protagonitzava la versió teatral d'Agost al TNC?

entra i respon a:
www.totmataro.cat/cinema

Resposta del núm. 1607

"Reality Bites"

Guanyadors

Victoria Hoyuelos Tarte,
Ferran García García.

Recolliu les entrades a les nostres oficines, de dilluns a divendres de la **setmana següent** a la publicació d'aquesta revista. C. d'en Xammar, 11. 08301 Mataró

UNA SECCIÓ
PATROCINADA PER

8 CINEMES
ARENYS

Més cinema a: www.totmataro.cat

Drama personal



12 AÑOS DE ESCLAVITUD. STEVE MCQUEEN. EUA. 2013

CRÍTICA

ALBERT R. DOT

Diagnòstic: Amb la història real en què es basen aquests '12 años de esclavitud', el director Steve McQueen ja tenia mitja feina feta. La història d'aquest home de color lliure, drogat i venut com a esclau al sud dels Estats Units, provoca frustració i angoixa només llegint la premissa. Amb aquest material, doncs, McQueen ja tenia les sensacions creades. Tot i això, el que podia convertir-se en un melodrama exagerat es converteix en l'odissea personal d'un sol home amb un guió molt centrat en el personatge central que situa la "política" de l'esclavisme com a teló de fons per explicar una història individual. El director se centra en el protagonista de Chiwetel Ejiofor i és a través d'ell -i sobretot de la seva mirada- que ens fa viure aquests 12 anys. Ni cartells indicant les dates ni muntatges telefilmescs que embarateixen el producte final. McQueen vol explicar la història d'aquest home i la seva manera de viure aquest salvatge episodi de la història americana. Només quan Brad Pitt apareix en pantalla, la pel·lícula es permet un parell de frases adoctrinadores. Serveixen per desencadenar el desenllaç personal del protagonista però no per donar 'venjances divines' contra els esclavistes ni cap tipus de



recompensa contra els opressors a l'estil 'Django Desencadenado'. '12 años de esclavitud' vol ensenyar què li va passar a aquesta persona real en el marc d'uns fets molt reals. Sense més artificio que un parell de salts en el temps endavant i endarrere comparant la seva situació actual amb la seva vida anterior de felicitat.

Amb un repartiment molt eficaç encapçalat per Ejiofor, destaquen sobretot Michael Fassbender i el 'monstre' al que dona vida -mai més certa aquesta frase feta- i la novella Lupita Nyong'o que aviat serà l'actriu de moda que escombrarà a les categories d'actriu de repartiment.



La teva salut dental

Targeta de salut dental

Clínica Dental
Dr. Itoiz Odontòleg

Muralla Sant Llorenç, 14 - MATARÓ
Tel. 93 796 07 86 - www.dentalitoiz.com

50€

Només per
a l'any

Amb la garantia de més de
5.000 implants col·locats

Clínica Dental

Dr. Itoiz Odontòleg

Muralla Sant Llorenç, 14 - Mataró
93 796 07 86 - www.dentalitoiz.com



- Higiene dental anual
- Revisió bucal
- RX digitals incloses
- Descomptes en serveis dentals



Les estrenes

Agosto



Els Weston viuen en una gran mansió als afores de Pawhuska, a Oklahoma. La desaparició del pare en estranyes circumstàncies

fa que la família es reuneixi i que totes les seves misèries surtin a la llum.

Direcció: John Wells.

Intèrprets: Meryl Streep, Julia Roberts, Ewan McGregor, Benedict Cumberbatch.

121min

La gran revancha



Trenta anys després de la seva última baralla, Billy 'El nen' McDonnen i Henry 'Navalla' Sharp, dos boxadors rivals, es deixen

persuadir per postergar la seva jubilació i tornar a enfrontar-se en un nou combat.

Direcció: Peter Segal.

Intèrprets: Robert De Niro, Sylvester Stallone, Alan Arkin, Kim Basinger.

113min

La ladrona de llibros



Durant la II Guerra Mundial (1939-1945), una nena és adoptada per una família de Múnic. Quan el seu pare adoptiu

l'ensenya a llegir, ella es proposa una perillosa tasca: robar llibres prohibits pels nazis abans que desapareguin per sempre.

Direcció: Brian Percival.

Intèrprets: Sophie Nélisse, Geoffrey Rush, Emily Watson.

131min

El único superviviente



A l'Afganistan del 2005, a un grup de marines els va ser encomanada la missió de liquidar a un líder terrorista, però la situació es va

complicar quan els talibans els van tendir una emboscada. Basada en un llibre de memòries

Direcció: Peter Berg.

Intèrprets: Mark Wahlberg, Taylor Kitsch, Ben Foster, Emile Hirsch.

121min

En solitario



Yann fa realitat el seu somni de participar a la volta al món en veler, en solitari, i sense escales. Després de diversos dies de competició,

anant en posicions de cap, descobreix a bord a un jove políssim.

Direcció: Christophe Offenstein.

Intèrprets: François Cluzet, Samy Seghir, Guillaume Canet.

96min

Paranormal Activity



Després de patir una maledicció, Jesse comença a ser perseguit per forces misterioses, encara que la seva família i els seus amics faran

tot el possible per salvar-lo. Derivat de la saga Paranormal Activity.

Direcció: Christopher Landon.

Intèrprets: Richard Cabral, Carlos Pratts, Eddie J.Fernández.

84min

La vida secreta de Walter...

Un home tímid s'e evadeix de l'existència com a protagonista de grans aventures. 114min

La leyenda del Samurai

Un paria s'uneix als 47 Ronin per venjar-se del traïdor que va matar al seu senyor.

Ismael

Ismael, un nen de 10 anys, de mare africana, s'escapa a Barcelona per conèixer el seu pare. 110min

30è ANIVERSARI

VENIU A FER UN BON DINAR!
PORTEU AQUEST ANUNCI, US CONVIDAREM
A UNA AMPOLLA DEL NOSTRE CAVA ARTESA
(CADUCA EL 31/01/2014)

Latitud:
N 41.82437°
Longitud:
E 2.71672°

Restaurant
LA BRASA
Cuina catalana

C/ Santa Coloma de Farners, 21
17421- RIUDARENES (Girona)
T. 972 85 60 17 · www.labrasa.com

OBERT TOTS ELS
MIGDIES

dissabte

07:00 RESUM SETMANAL
08:00 24 HORES MARESME
08:30 L'ENTREVISTA
09:00 SECTOR PRIMARI
09:30 CAMINANTxCATALUNYA
10:00 24 HORES MARESME
10:30 ULTIMA SESSIO
11:00 AVENTURA'T
11:30 ESPAI D'ART
12:00 24 HORES MARESME
12:30 EL CERCLE VIRTUÓS
13:00 CREURE AVUI
13:30 24 HORES MARESME
14:00 RESUM SETMANAL
15:00 LA FABRICA
16:30 24 HORES MARESME
17:00 ULTIMA SESSIO
17:30 PANTALLA OBERTA
18:30 ESPAI D'ART
19:00 CULTURA'T
19:30 RESUM SETMANAL
20:30 L'ENTREVISTA
21:00 EFECTES POSITIVS
21:30 AL DIA
22:00 ULTIMA SESSIO
22:30 RESUM SETMANAL
23:30 PERSONESF
00:00 LA MEVA VIDA AL BARÇA
01:00 LA SETMANA
01:30 SET DIES

diumenge

07:00 L'ENTREVISTA
07:30 CREURE AVUI
08:00 ULTIMA SESSIO
08:30 EL TEMPS OPORTU
09:00 L'ENTREVISTA
09:30 RESUM SETMANAL
10:30 CREURE AVUI
11:00 MISSA DE MONTSERRAT
12:30 ULTIMA SESSIO
13:00 EFECTES POSITIVS
13:30 L'ENTREVISTA

14:00 ESPAI D'ART
14:30 CULTURA'T
15:00 WATERPOLO
DIVISIO D'HONOR
CN Mataró-CN Barcelona
16:00 EN JOC
20:00 HOQUEI PATINS
PRIMERA ESTATAL
CH Mataró-Alcobendas
21:00 CULTURA'T
21:30 AL DIA
22:00 FUTBOL
SEGONA CATALANA
CE Mataró-UD Cirera
00:00 PANTALLA OBERTA
01:00 PERSONES
01:30 EL TEMPS OPORTU

dilluns

07:00 NOTICIES EN XARXA
10:00 RESUM SETMANAL
11:00 L'ENTREVISTA
11:30 DE TEE A GREEN
12:00 SETMANA AREA DE BCN
12:30 ULTIMA SESSIO
13:00 RESUM SETMANAL
14:00 AL DIA
14:30 SETMANA AREA DE BCN
15:00 L'ENTREVISTA
15:30 GAUDEIX LA FESTA
16:00 ULTIMA SESSIO
16:30 RESUM SETMANAL
17:30 L'ENTREVISTA
18:00 LA SETMANA
18:30 CULTURA'T
19:00 SECTOR PRIMARI
19:30 ESPORTS EN XARXA
20:00 SETMANA AREA DE BCN
20:30 24 HORES MARESME
21:00 CARNET ESPORTIU
21:30 CULTURA'T
22:00 CATSONS
22:30 24 HORES MARESME
23:00 AL CAP DEL DIA
00:30 24 HORES MARESME

01:00 AL DIA
01:30 CARNET ESPORTIU

dimarts

07:00 NOTICIES EN XARXA
10:00 24 HORES MARESME
10:30 CARNET ESPORTIU
11:00 GAUDEIX LA FESTA
11:30 SECTOR PRIMARI
12:00 24 HORES MARESME
12:30 AVENTURA'T
13:00 LA SETMANA
13:30 24 HORES MARESME
14:00 AL DIA
14:30 DE TEE A GREEN
15:00 LA SETMANA
15:30 SECTOR PRIMARI
16:00 CARNET ESPORTIU
16:30 24 HORES MARESME
17:00 CATSONS
17:30 ULTIMA SESSIO
18:00 DE TEE A GREEN
18:30 EFECTES POSITIVS
19:00 CARNET ESPORTIU
19:30 ESPORTS EN XARXA
20:00 L'ENTREVISTA
20:30 24 HORES MARESME
21:00 ESPAI D'ART
21:30 MIRADES
21:45 DIARI DE LA MÚSICA
22:00 PERSONESF
22:30 24 HORES MARESME
23:00 AL CAP DEL DIA
00:30 24 HORES MARESME
01:00 AL DIA
01:30 L'ENTREVISTA

dimecres

07:00 NOTICIES EN XARXA
10:00 24 HORES MARESME
10:30 ESPAI D'ART
11:00 CAMINANTxCATALUNYA
11:30 EFECTES POSITIVS
12:00 24 HORES MARESME

12:30 ULTIMA SESSIO
13:00 SECTOR PRIMARI
13:30 24 HORES MARESME
14:00 AL DIA
14:30 ESPAI D'ART
15:00 PERSONESF
15:30 CAMINANTxCATALUNYA
16:00 EFECTES POSITIVS
16:30 24 HORES MARESME
17:00 CULTURA'T
17:30 SECTOR PRIMARI
18:00 ESPAI D'ART
18:15 DIARI DE LA MUSICA
18:30 EL PROBLEMA DE GETTIER
19:00 L'ENTREVISTA
19:30 ESPORTS EN XARXA
20:00 PERSONES F
20:30 24 HORES MARESME
21:00 CARNET ESPORTIU MARESME
21:30 PANTALLA OBERTA
22:30 24 HORES MARESME
23:00 AL CAP DEL DIA
00:30 24 HORES MARESME
01:00 AL DIA
01:30 PANTALLA OBERTA

dijous

07:00 NOTICIES EN XARXA
10:00 24 HORES MARESME
10:30 PANTALLA OBERTA
11:30 CARNET ESPORTIU MARESME
12:00 24 HORES MARESME
12:30 L'ENTREVISTA
13:00 EL PROBLEMA DE GETTIER
13:30 24 HORES MARESME
14:00 AL DIA
14:30 L'ENTREVISTA
15:00 LA MEVA VIDA AL BARÇA
16:00 CARNET ESPORTIU MARESME
16:30 24 HORES MARESME

17:00 PANTALLA OBERTA
18:00 ALIMENTS I TERRITORI
18:15 MIRADES
18:30 L'ENTREVISTA
19:00 CARNET ESPORTIU MARESME
19:30 ESPORTS EN XARXA
20:00 EFECTES POSITIVS
20:30 24 HORES MARESME
21:00 LA FABRICA
22:30 24 HORES MARESME
23:00 AL CAP DEL DIA
00:30 24 HORES MARESME
01:00 AL DIA
01:30 AVENTURA'T

divendres

07:00 NOTICIES EN XARXA
10:00 24 HORES MARESME
10:30 LA FABRICA
12:00 24 HORES MARESME
12:30 EFECTES POSITIVS
13:00 CAMINANTxCATALUNYA
13:30 24 HORES
14:00 AL DIA
14:30 AVENTURA'T
15:00 EL CERCLE VIRTUÓS
15:30 GAUDEIX LA FESTA
16:00 PERSONESF
16:30 24 HORES MARESME
17:00 LA FABRICA
18:30 CREURE AVUI
19:00 EL TEMPS OPORTU
19:30 ESPORTS EX XARXA
20:00 AVENTURA'T
20:30 24 HORES MARESME
21:00 ULTIMA SESSIO
21:30 EFECTES POSITIVS
22:00 EL TEMPS OPORTU
22:30 24 HORES MARESME
23:00 L'ENTREVISTA
23:30 SET DIES
00:30 24 HORES MARESME
01:00 AL DIA
01:30 ULTIMA SESSIO

Programació facilitada per m1tv

Parlem de Mataró
www.m1tv.cat
La TV que parla de TU



A cova do Reigada




1. Invitarás a tu prójimo como a ti mismo.
2. Honrarás mis tapas y mis cañas.
3. No consentirás consumición sin tapa.
4. Consumirás y con tu sonrisa te marcharás.
5. Y si no con nosotros te quedarás.
6. No esperarás en vano.
7. No se te oirá, se te escuchará.
8. Nunca es tarde si la compañía es buena.
9. Ven, disfrutarás y con tu equipo ganarás.
10. Volverás.....

Estos mandamientos se resumen en dos: ¡¡¡ COME Y BEBE !!!

Camí Ral, 194, Mataró · T 937 903 251 · acovadoreigada@reigada.com · 





Mora proposa unificar la Federació i l'Associació de municipis

POLÍTICA
NOTICIA

REDACCIÓ

“Cal superar la visió partidista de les entitats”, afirma l'Alcalde de Mataró

L'alcalde de Mataró i vicepresident de la Federació de Municipis de Catalunya (FMC), Joan Mora, aposta perquè les dues entitats municipalistes, la FMC i l'Associació Catalana de Municipis (ACM) s'unifiquin. “Cal reflexionar sobre la necessitat que hi hagi dues entitats municipalistes i crec, personalment, que no té cap sentit”. Mora defensa així la renovació del món local que, opina, ha de caminar cap a un model amb “una

única entitat que agrupi tot el poder local i li doni el paper preponderant que ha de tenir”.

Un paper “subordinat”

Actualment, creu Mora, la FMC i l'ACM tenen un paper “subordinat” i reclama una “veu pròpia, única i potent” del municipalisme català. L'alcalde fa una crida a superar la visió partidista de cadascuna de les dues entitats i recorda que “cada vegada es fa més feina en comú i les opinions van coincidint perquè els problemes dels municipis són els mateixos a tot arreu”. □

□ “L'esperit original”

Mora va fer aquestes declaracions després que dimarts el diari Ara publicés un article seu en el que defensa “recuperar l'esperit de la primera Federació de Municipis Catalans (1933)” i on justifica el canvi de model davant “l'onada recentralitzadora” i “l'amenaça a l'autonomia local” per part de l'Estat, així com per la “il·lusió i esperança” del dret a decidir. “L'Estat ho justifica amb l'argument populista que aprimant l'administració s'optimitzaran recursos i es modernitzaran les estructures. Obvien que és a les institucions estatals on el malbaratament, la irracionalitat administrativa i la poca transparència són més que habituals”, explica Mora en aquest article. En clau catalana, Mora adverteix que caldrà “estar preparats” perquè un eventual “accés a la sobirania” implicaria “una reforma profunda de l'administració catalana i especialment de la local. Els nous temps demanen, i exigiran, un nou model d'administració local”, assegura el mataroní. □



L'atur baixa en 314 persones

ECONOMIA
NOTICIA

REDACCIÓ

L'atur viu una lleugera baixada durant el mes de desembre a la ciutat de Mataró. A finals d'aquest any 2013 s'han registrat 14.233 persones aturades, el que suposa que respecte del mes de novembre hi ha 314 aturats menys a la ciutat. Un 21,60%.

Aquestes xifres situen el de 2013 com el millor desembre dels últims quatre anys. El descens d'atur és del 2,16%, una xifra que es manté molt similar als àmbits de Barcelona, Catalunya i tot l'estat. En termes interanuals el descens és de l'1,86%. □



32 punts de recollida d'avets de Nadal abans de dilluns 13 de gener

NADAL
NOTICIA

REDACCIÓ

L'Ajuntament ha posat en marxa la campanya de recollida d'arbres de Nadal. Tots els arbres que es recullen es portaran al Viver Municipal per tal de triturar-los i fer-ne adob orgànic per al manteniment dels parterres de la ciutat. □



90 euros per persona d'inversió en rebaixes

Optimisme entre els botiguers i comerciants després de tancar una bona campanya de Nadal



REDACCIÓ - ACN

Els catalans es gastaran en total uns 800 milions d'euros durant les rebaixes d'hivern, entre un 3 i un 5 per cent més que l'any passat. Unes estimacions de la Confederació de Comerç de Catalunya (CCC) que apunten també que, de mitjana, cada ciutadà invertirà uns 90 euros en l'adquisició d'articles de roba. Els 30.000 establiments comercials inicien la temporada partint de descomptes d'un 50% en la majoria dels casos. El president de la CCC, Miguel Àngel Fraile, s'ha mostrat optimista davant d'aquesta campanya, ja que, per primer cop des de l'inici de la crisi, les vendes han notat

una "lleugera recuperació" durant el Nadal. Les botigues facturen la meitat dels seus ingressos durant les rebaixes, sobretot les d'hivern.

El president de la CCC, Miguel Àngel Fraile, espera una bona campanya de rebaixes d'hivern. Les seves estimacions -que són "desitjos"- calculen que en suma els comerços facturaran uns 800 MEUR, un increment d'entre el 3 i el 5% en relació a l'any anterior. Uns pronòstics basats en la "lleugera recuperació" detectada durant el Nadal. Al mes de novembre i al de desembre s'ha notat un repunt de vendes d'un 2% o un 3% en com-

paració amb l'any anterior.

El calendari de les rebaixes, inau- gurat en un dimarts, permetrà una arrencada "normal" i "tranquil·la" de la campanya. Avui dissabte "serà el dia més fort" i demà diumenge, un festiu on la majoria dels comerços també obriran, s'espera també una gran afluència, ja que el client de rebaixes "prefereix aprofitar aquest dia a comprar enlloc de dedicar el temps lliure a altres aspectes". Fraile s'ha mostrat optimista i també confiat en què la climatologia respectarà la temporada.

En contra dels falsos 'outlet'

El president del Gremi de Comerç Tèxtil (GremiTex), Antoni Fures, per la seva banda, ha defensat els comerciants que han esperat al 7 de gener per començar les seves rebaixes i ha criticat la proliferació de falsos establiments 'outlet'. Aprofitant un cert buit legal, en els darrers anys han augmentat les botigues que fan servir aquesta nomenclatura -'outlet'- i fan descomptes que "no són ni del 30 per cent". Però Fures, ha assegurat que confia en la "intel·ligència" del consumidor que sabrà diferenciar les veritables ofertes de roba de qualitat de les que no ho són. □

□ Bon balanç de la campanya de Nadal

La campanya de Nadal ha anat bé als comerciants. Segons la Confederació de Comerç de Catalunya, les compres de Nadal i Reis han animat els compradors, que ha incrementat les vendes un 3 per cent. El secretari general adjunt de la Confederació, Emiliano Maroto, assegura que, el balanç és "molt positiu". "S'han fet força vendes, molta animació i s'ha percebut un ambient diferent al de les darreres campanyes de Nadal".

I l'increment en les vendes és bona notícia, sobretot, apunta Maroto, per la "davallada" d'ara fa un any. Tot i que la Confederació encara no té la xifra exacte de volum de vendes, assegura que els comerciants estan "satisfets". Per Nadal els productes d'alimentació són els més demanats mentre que de cara a Reis els clients opten més per roba, joguines i articles d'informàtica. La previsió de crescuda de rebaixes és d'un 5 per cent respecte 2013 □



El CAP de Rocafonda - Palau; Ocupat

Les AAVV de Rocafonda i el Palau han entrat a registre una carta al Conseller de Salut amb 2.000 signatures per intentar evitar el trasllat de dues doctores



TEXT: MARTA GÓMEZ
FOTOS: ANNA ALUART

□ La complexitat dels barris de Rocafonda i el Palau queda reflectida al seu Centre d'Atenció Primària (CAP). Aquesta complexitat però, lligada a canvis continus provocats per les retallades en la sanitat pública agreuja la cohesió social. El desplaçament de dues de les nou doctores del centre mèdic ha provocat mobilitzacions dels veïns que volen aturar, com sigui, la tisorada al seu barri. De moment, ja han ocupat el CAP i han recollit milers de signatures.

Les retallades en la sanitat pública estan afectant tot el país. També Mataró. De fet temps enrere coneixíem mobilitzacions veïnals als Centres d'Atenció Primària (CAP) dels barris de la Llàntia i Cerdanyola per l'acomiadament d'un dels doctors. Ara, també han arribat al CAP de Rocafonda - Palau on, a més del desplaçament de dues doctores a un altre centre, s'han destapat altres "retallades encobertes".

Els motius

A través de diferents assemblees de les Associacions de Veïns de Rocafonda i El Palau, amb els mateixos veïns i pacients del CAP de la seva zona, s'han destapat coses que encara no se sabien, com és el cas de l'eliminació de la figura de la mediatadora intercultural marroquina o la reducció de dues places d'infermeria durant el 2013. A més

a més, els veïns recorden l'intent de treure les urgències de cap de setmana que, per ara, és un tema sobre la taula endarrerit gràcies a les gestions de les AAVV dels barris. Un dels motius pels quals també s'han sorprès els usuaris del Centre d'Atenció Primària és que s'ha observat que diferents metges del CAP no fan la jornada completa, tal i com haurien de fer per la ràtio d'habitants que assoleix el centre. Tot pegat comporta que els veïns i veïnes de Rocafonda i el Palau cada vegada que vulguin ser visitats pel seu metge de capçalera hagin d'esperar, com a mínim, tres setmanes.

Dues doctores més

I ara, a més, s'hi ha sumat l'imminent desplaçament de dues de les doctores del CAP. Es tracta de la Doctora Romeu i la Doctora Merino que a partir del 15 de gener podrien ser traslladades ➔

MATARONÍ'13

PREMI POPULAR AL CIUTADÀ DE L'ANY

VOTA EL TEU CANDIDAT!



VOT PER SMS

Envia un missatge de text **SMS** amb la paraula **MATARONI**, un espai i el nom del candidat que volem votar i enviar-ho al número **25000**.

1.45 euros/sms IVA incl. Servicio prestado por WPR Apdo. 14953-28080 Madrid sms@wpr.es 902044008.

POTS GUANYAR UN iPad mini!



VOT PER WEB

Un cop per persona i per dia es podrà votar el candidat a Mataroní de l'Any a través de la web:
www.mataronidelany.cat

POTS GUANYAR UN
CAP DE SETMANA A:

La Central
★HOTEL & SPA★

VOT A LES NOSTRES OFICINES

L'oficina del Tot Mataró i Maresme, al Carrer d'en Xammar número 11 disposa de butlletes en les que es pot fer efectiu el vot, un per persona i dia, per escollir el candidat preferit.
(Vot presencial).

C/ d'en Xammar, 11. Mataró

O UN SOPAR A:

Bocca
RESTAURANT

MATARONÍ'13
PREMI POPULAR AL CIUTADÀ DE L'ANY



www.mataronidelany.cat

ORGANITZA



PATROCINA



COL·LABOREN



ALIANÇA MATARÓ
MÉS ENLÀ D'UNA MÚDIA



La Central
★HOTEL & SPA★

mataró ràdio
89.3 fm



el públic
cata espai idees



a un altre centre “per motius administratius”. Les doctores porten 19 i 8 anys respectivament treballant al CAP Rocafonda – Palau però el fet de ser interines (i que els propietaris de les places fixes tornin) les ha portat a una situació in extremis. La complexitat del barri ha fet que aquestes dues doctores siguin especialment estimades i valorades, no tant sols per les seves tasques com a doctores mèdiques sinó també per la dedicació, comprensió i coneixement de la realitat social de la zona. “El seu desplaçament és la gota que fa vessar el got”, assegura la presidenta de l’AV del Palau, Aurora Gironès. “Ha arribat l’hora de lluitar”, afegeix la mateixa font.

L’ocupació

Els veïns ja n’estan tips, volen reivindicar el que els agrada i el que creuen que els funciona, i per això, després de diferents assemblees, han decidit ocupar el CAP de forma pacífica i organitzada. Ho van fer el dimecres al vespre en una concentració que va aplegar prop de dues-centes persones. “L’assistència primària és un dret i una necessitat”, “Metge de capçalera 4 o 5 setmanes d’espera” o “Lluitem per una bona sanitat als nostres CAPs” eren algunes de les pancartes que van penjar a la faç-

na i interior del centre mèdic. Una reivindicació que rebia el suport de la Federació d’Associacions de Veïns de Mataró, de la Coordinadora de Federacions d’Associacions de Veïns de Catalunya, la Coordinadora en defensa de la Sanitat Pública

Mataró - Maresme i el sector agrari provinent, sobretot, de les Cinc Sènies. L’ocupació s’allargarà, diuen, “el que calgui” tot i que destaquen que “no impedeixen el servei mèdic ni el funcionament del CAP durant el dia”.

L’Ajuntament de Mataró està al cas?

Una representació de veïns es va trobar el passat divendres amb la regidora de Família, Benestar Social, Salut i Consum de l’Ajuntament de Mataró, Olga Ortiz. Segons els veïns “l’Ajuntament està al cas de tot” malgrat “no donen solucions” perquè “repeteixen el que els diu la Conselleria”. De fet, el govern de la ciutat ja va haver de donar resposta al Ple Municipal d’aquest dijous davant els precís i preguntes formulats pel PSC, ICV-EUiA i la CUP.

Teresa Sánchez.
Pacient Dra Merino.



“Sempre està pendent de tu, és una persona exemplar. No és la típica doctora del bolígraf i la recepta, la Merino t’explica i t’escolta”



Pili Falcón.
Pacient Dra Romeu.



“Tinc molts problemes de salut. Per mi és com la meva confessora. Sé que no em pot solucionar tot el que pateixo però tinc el seu suport, la seva comprensió i els seus ànims”



2.000 signatures

A principis de setmana les presidentes de les AAVV de Rocafonda i el Palau van entrar a registre una carta dirigida directament al Conseller de Salut, Boi Ruiz. En aquesta carta s'explicava la situació que estan patint als barris, els arguments, motius i evidències que creuen que hi ha i la demanda del no desplaçament de les doctores Romeu i Merino. Amb la carta, també s'hi van adjuntar 1.768 signatures de veïns i veïnes dels barris. Una xifra que augmentarà quan s'afegeixin les que s'estan recollint aquests darrers dies i que ja supera les 2.000.

Complexitat del barri

I és que a la reivindicació es té molt

present la complexitat dels barris: complexitat social, econòmica, de cohesió,... Es tracta d'unes zones en què la població és d'edat molt avançada, cosa que sovint implica una salut delicada, amb majors atencions a causa de malalties cròniques o invalideses. Són barris amb una forta immigració extracomunitària formada per famílies amb molts infants i dones amb desconeixement de les mesures d'higiene i salut que, per tant, precisen una atenció mèdica més específica. Unes zones on hi ha molta població jove en risc d'exclusió social provocada per l'atur juvenil, la vida al carrer i la manca d'expectatives, factors que sovint deriven a addiccions que provoquen drogodependència o toxicòmans.

La reivindicació social i les mobilitzacions no s'aturen. Omnipresent però, és el sentiment de veure si tot plegat "servirà d'alguna cosa". Els veïns reclamen insaciablement que les doctores no siguin desplaçades i que tinguin cabuda a la plantilla del CAP de Rocafonda – Palau amb, diuen, "les modificacions o millores que calguin" i, si és necessari –afegeixen- que inclogui també els dos metges que retornen al centre mèdic. Demanen que "tota la plantilla de metges i infermeria faci la jornada completa" i que "respongui al nombre de professionals que hi ha adjudicats". Reivindicacions escrites als llençols de les pancartes i portades al cor. Seguiran allà fins que ho aconseguixin. Les retallades per molts d'aquests veïns, són de vida o mort. □



Rafael Alcaráz.
Pacient Dra Merino.

“ No volem que marxi. Des que va arribar que la tinc. Sóc diabètic i només ella em sap tractar bé la malaltia. Tot i això, les seves paraules curen més que totes les pastilles ”

Francisco Rodríguez.
Pacient Dra Romeu.

“ He recollit 140 signatures a la meva botiga perquè no marxi. És amable, facilita les coses i es preocupa per tu i la teva família. Fa 15 anys que la tinc, és com si fos de casa ”

Francisco Manzilla.
Pacient Dra Merino.

“ Visc al barri des del 1973. La Dra Merino porta a la meva dona i sempre l'ha atès perfectament bé. No és d'aquells metges que et diu que entris a la consulta, et recepta alguna cosa i et fa marxar ”



Èxit del campus Xnergic de Nadal

El TecnoCampus va tancar la setmana passada la segona edició del campus de Nadal d'Xnergic, un moviment posat en marxa ara fa un any en què s'apropen les noves tecnologies als joves per fomentar vocacions tecnològiques. Xnergic s'estructura en entrenaments setmanals al llarg de l'any i campus en els períodes de vacances: estiu, Setmana Santa i Nadal.

La novetat d'aquest any dels campus de Nadal d'Xnergic ha estat que, per primer cop, s'ha celebrat

a Granollers, a l'Escola Pia, a més de les instal·lacions del TecnoCampus de Mataró. En tots dos llocs el 2014 es duran a terme sessions d'entrenament setmanals. Els 25 participants en el campus d'aquest Nadal són nois i noies d'entre 13 i 17 anys, que aprenen de la mà d'alumnes d'enginyeria del TecnoCampus.

Els participants han experimentat noves eines de hardware i de software, tant de robòtica com de programació. En robòtica, han fet

modelació, construcció i programació d'un braç robòtic amb apuntador làser, i han estrenat la nova impressora 3D. La tecnologia base utilitzada, Arduino, es caracteritza per ser oberta i accessible. En programació, els nois i noies han fet disseny i construcció de videojocs amb escenaris i personatges 3D. Els joves d'Xnergic que ja tenen un cert recorregut, perquè al llarg de l'any participen en els grups d'entrenament, han fet programació de videojocs amb tecnologia Sketchup i Unity 3D.



Col·legi Residència
1958

- Educació Infantil
- Primària
- ESO
- Batxillerat

C. Joan Llusà, 39 TONA

93 887 00 20 - www.pive.es



Beltran
FINQUES

NECESSITEM IMMOBLES TANT DE VENDA COM DE LLOGUER
PER ATENDRE LES DEMANDES DELS NOSTRES CLIENTS

| Venda - Lloguer | Gestió de Lloguers | Gestió de Patrimonis | Serveis Tècnics |

registre d'agents immobiliars de Catalunya
atcal. 9237

api Associació d'Agents Immobiliaris de Catalunya

Rda. Alfons Xè El Savi - 08301 - Mataró - Tel. 937961600 - www.gestoriabeltran.com

4 de cada 10 prefereixen pagar amb el mòbil

Segons una enquesta realitzada per TECHNOactivity, empresa desenvolupadora de MYMOID, a més de la meitat dels espanyols els agradaria pagar amb el telèfon a l'hora de realitzar una compra, tant si és física com si és online.

Les xifres mostren que el 60% dels espanyols els agradaria poder pagar amb el mòbil les seves compres. És més, un 40 % dels enquestats asseguren que escollirien el dispositiu mòbil abans que la targeta de crèdit per a realitzar els seus pagaments. Malgrat el poc temps que porta al mercat aquest servei, els usuaris ho perceben com un mètode de pagament segur. Segons aquesta enquesta el 44% dels espanyols opinen de pagar pel mòbil és igual



de segur que les targetes de crèdit o dèbit.

el dispositiu mòbil.

La seguretat és un dels pilars fonamentals de MYMOID. A través d'aquest servei de pagament per mòbil les companyies poden detectar de manera precoç el frau i garantir els nivells d'encryptació de les operacions i el compliment de les normes més estrictes del mercat. A més permet a les empreses augmentar la seguretat a través de la identificació real dels usuaris amb

Molts usuaris confonen pagar per i des de mòbil. Aquests mètodes només coincideixen en el dispositiu des del qual es realitzen. El pagament des del mòbil consisteix en realitzar una compra a través d'internet, de la mateixa manera que en un PC, mentre que el pagament per mòbil converteix el telèfon intel·ligent en un mitjà amb el qual comprar tant en botigues físiques com online.

A TÀCTIC NO FEM WEBS

FEM MÉS QUE WEBS

WWW.TACTIC.CAT
- 93 790 97 73 -

nb
net-brill
empresa de neteja S.I.

SERVEIS DE NETEJA INTEGRALS
Indústria · Oficines · Comerços · Comunitats · Domèstics

ALTRES SERVEIS
Neteges puntuals · Abrillants · Vidres · Parquings

www.netbrill.cat · 937 996 261 · Caminet, 15 de Mataró

ARNAU REHABILITACIONS
FAÇANES
GARANTIA DE 10 ANYS

Preus ajustats i lloguer de bastides gratuït pels nostres clients
COBERTES, TREBALLS AMIANT, PATIS DE LLUMS, TREBALLS VERTICALS, INTERIORS....

Més de 600 obres realitzades des de 1990

arnaurehabilitacions@gmail.com
620.355.522 matins

GRUP **IM**



La "llavor" d'un futur acord nacional per a la Indústria

El Govern de la Generalitat de Catalunya ha assumit les 138 propostes del Pacte per a la Indústria com la "possible llavor" d'un gran acord nacional sobre la indústria. El president de la Generalitat, Artur Mas va rebre dimarts al Palau de la Generalitat els representants de les organitzacions sindicals, empresarials, acadèmiques i professionals que integren el Pacte, que van reclamar a l'executiu que faci de

la indústria l'eix de la recuperació econòmica.

Després de la reunió, el conseller d'Empresa i Ocupació, Felip Puig, destacava la sintonia entre les propostes del Pacte i les polítiques del Govern, però va recordar que l'executiu no pot assumir-les plenament per manca de competències o limitacions pressupostàries. Puig va dir que les propostes del Pacte i

les polítiques industrials del Govern coincideixen "entre un 70 i un 80 per cent", tant pel que fa als clústers, com a la formació professional, les infraestructures, el finançament, o la innovació. Per contra, Puig assenyalava que el Govern no pot assumir les mesures restants per manca de competències o per limitacions pressupostàries.

El president del Pacte per a la In-

PELLETS PER A ESTUFES DE BIOMASSA
FUSTES PRAM / T 937 986 170

MUNTATGES EN FERRO
 REIXES, PORTES, ESCALES I TOT
 TIPUS DE REPARACIONS EN FERRO I ACER INOXIDABLE
 c/Remences, 86. Pol. Ind. Vallveric. 08304
 T./F: 93 796 08 00 - M. 619 62 29 73

CERRAJEROS GP
 APERTURA DE PUERTAS, CAJAS FUERTES, BOMBINES Y CERRADURAS
 c/Antoni Riera i Mora, 42 B - Mataró
 www.cerrajerosgp.com
SERVICIO 24 H. T. 639 050 544 T. 686 332 329

ELS ANUNCIS ECONÒMICS VALEN x2
 i amb 10% de descompte
 Entra a:
www.totmataro.cat/economic
 i introdueix el CODI PROMOCIONAL **elot**
 sortirà a la REVISTA I A INTERNET

ESTLLAVANERES

OBRA NOVA - REHABILITACIÓ - REFORMES INTEGRALS
 MANTENIMENTS - PAVIMENTS INDUSTRIALS
 PAVIMENTS IMPRESOS
 ESTRUCTURES - MURS - VORERES
 Pressupostos sense compromís
 Servei Tècnic
 Projectes
 Certificats Energètics
 Cèdules d'Habitabilitat

Contàcteu: Francesc Serra · M 687 487 589 · T/F 937 929 977
www.estllavaneres.com · info@estllavaneres.com

El missatge és que “no hi pot haver una economia forta sense una indústria forta”

dústria, Joan Trullén, celebrava que el president Mas, fes una “valoració molt positiva” de les propostes del pacte i hagi adquirit el “compromís d’adoptar el gruix de les mesures” que proposa aquesta associació. Trullén va indicar que les mesures s’han d’adoptar en “un procés de nou pacte industrial” i “d’acord estratègic de país”.

Trullén va reconèixer que el document és “ambiciós” perquè recull propostes en camps molt diferents,

totes encaminades a la recuperació de l’economia catalana de la mà de la indústria del país. Els representants del Departament d’Empresa i Ocupació i del Pacte faran un seguiment del compliment de les propostes en reunions bilaterals i es farà una avaluació en aquest sentit abans de l’estiu.

Reunió a Palau

Els màxims representants de les institucions, agents socials i societat civil que aglutinen la plataforma Pacte per a la Indústria a Catalunya van lliurar dimarts a la tarda al president de la Generalitat, Artur Mas, un catàleg de mesures per a situar les polítiques industrials al centre de l’estratègia per a la revitalització industrial i econòmica de Catalunya i la recuperació de l’ocupació.

Les 138 mesures, que es van aprovar el passat mes de juny, comprenen diversos àmbits que van des del finançament, la formació, recerca i desenvolupament, política de clústers i desenvolupament

d’infraestructures i energia, tot en el marc europeu per al desenvolupament industrial (Europa 2020). Les propostes són una estratègia per sortir de la crisi amb l’impuls del creixement, l’increment de la competitivitat i la capacitat exportadora i la recuperació dels nivells d’ocupació anteriors a la crisi, segons el document acordat per les institucions que promouen el Pacte per a la Indústria.

El missatge que el Pacte per a la Indústria vol fer arribar al Govern i al president Mas és que “no hi pot haver una economia forta sense una indústria forta. Només una resposta industrialista pot treure Catalunya de la greu crisi actual com ho ha fet en el passat. L’ampli perímetre d’activitats, que a Catalunya van des de la manufactura com a nucli central fins als serveis a la indústria, la recerca i la difusió del coneixement, han de ser la sòlida base d’una economia productiva i competitiva per al segle XXI”, segons el text de la pròpia carta.

SERRALLERIA BLANQUER PRESSUPOSTOS SENSE COMPROMIS

Servei d'obertura 24 hs
Tot en països i sistemes de seguretat

Obertures des de 45€
Nocturnes des de 75€

665 111 362 (Joaquim 24 hs)

cèdul.la habitabilitat **79€**

certificat energètic **79€**

PACK cèdul.la certificat energètic **120€**

documents Oficials redactats per Arquitecte pertanyent a Col·legi d'Arquitectes de Catalunya

certificados
www.mascertificados.com
644.296.223

CALEFACCIÓN

Caldera mural a gas de 24 kW.
Mixta para calefacción y agua caliente.
Circuito estanco

Hermann
SAUNIER DUVAL BRAND GROUP

INTEGRALIA
LLUM · AIGUA · GAS · CLIMA

865€
Desde **32'50€/mes**
INSTALACIÓN INCLUIDA

DE REGALO UN TERMOSTATO!

Precio IVA no incluido / Precio a confirmar en domicilio

REVISAMOS SU INSTALACIÓN GRATIS

C. Sant Pere 31 · Mataró · T 93 796 18 80 · www.integralia.cat



PER INSERIR ANUNCIS A:

□ MATARÓ

www.totmataro.cat/economics

□ EL TOT MATARÓ -
OFIC. Carrer d'en Xammar, 11
T 93 796 16 42
 info@totmataro.cat

□ CENTRE: PUBLICITAT FERMALLI MARESME: Muralla Sant Llorenç, 2
□ PLA D'EN BOET: PAPERERIA BALADA: Rda. President Macià, 65
□ ROCAFONDA: LLIBRERIA 1X2: Pintor Miró, 18

COMPRA □ VENDA

COMPRAMOS MAQUINARIA de hosteleria de ocasió. Interesados/as 654.311.506 / 666.452.600

LEÑA, VENTA. 660.206.442
 /93.750.86.09

COMPRA □ VENDA IMMOBILIÀRIA

¿LE URGE VENDER su piso? disponemos del dinero al contado para comprarlo inmediatamente a partir de 3 días. F. escrituras y entrega de llaves. Cualquier zona. Su Casa 93.757.12.82

COMPRAMOS CASAS: Centro Mataró, o garajes, locales, pequeños solares, etc. No importa estado. Buscamos cualquier sup. edificable para promoción de viviendas. También Permutas, buscando la mejor rentabilidad para Ud. Máxima seriedad y discreción demostrada. Pago inmediato contado. Su Casa 93.757.12.82 **VENC PÀRQUING.** Avda. Recoder (cotxe vent). 93.799.17.29 de 20 a 22h.

TRASPASSOS LLOGUERS

SE ALQUILA HABITACIÓ con derecho a cocina, nevera, lavadora, secadora, etc. Zona Residencial. Precio económico. 639.703.037

ES LLOGUEN VIVENDES a diferents zones de Mataró, cases, naus industrials. Opcions de compra. 607.444.232

SE ALQUILA AMARRE en puerto de Mataró 10x3,5 (190€). 609.873.666

TRASPASSO BOTIGA DE MODA en ple funcionament, per trasllat laboral. Ingressos demostrables, bones condicions. 600.221.266

ADVOCADA COMPARTEIX dexpatx Mataró centre. 610.794.978

BUSCO COMPANYYA DE PIS. Dúplex maco, espaiós, cèntric. 325€/mes. Tel. 639.848.731

CENTRE DE LLAVANERES. Es lloga pis, 2 habitacions. 525€ despeses incloses. 93.790.56.79 matins ó 658.908.773

ES LLOGA PIS de 2hab. Tot exterior al centre de Llanereres. Un pis per planta. 525€ despeses incloses. 93.790.56.79 matins, o 658.908.773

MATARÓ, ALQUILO HABITACIÓ horas. 639.865.802

AV. PUIG I CADAFALCH. Piso primero con ascensor, 3h. baño con ducha, cocina office, comedor con salida a balcón con vistas al parque, todo nuevo a estrenar, 550€. 651.862.517

Instal.lacions HIDALGO RUIZ, S.L.

Antenes TV i FM
 TV Via Satèl.lit
 Porters electrònics
 Videoporters
 Aigua, Llum, Gas
 Calefacció
 Aire condicionat



Antenas Hidalgo C/ Alamos, 7 - MATARÓ
93 790 73 37

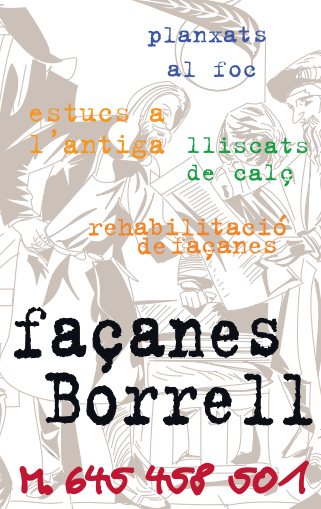
PREUS ESPECIALS PROMOCIÓ VENDA DE PLACES:

- **APARCAMENT LA RIERA, 69-77**
 Informació al telèfon: **93 790 65 48**
- **APARCAMENT CAN XAMMAR**
 Camí Ral, 254-260
 Informació al telèfon: **93 790 14 88**

planxats al foc
 estues a l'antiga lliscats de calç
 rehabilitació de façanes

façanes Borrell

M. 645 458 501



TRASPASSOS LLOGUERS

C/ MAJOR. Local tipo loft, con cocina y baño, 285€. 626.529.009

C/ MARAGALL. Local de 78m2. ideal cualquier actividad, 225€. 626.529.009

C/ VALENCIA Piso amplio de 3h. salón comedor con salida a balcón, cocina con galería, baño completo, ascensor, 450€. 651.862.517

ALQUILO LOCAL. Zona Dama del Lago. 108m2. Con opción a compra. 666.452.894

LLOGO HABITACIÓ. Zona Peramàs. 93.799.45.55 /696.306.141

LLOGO HABITACIÓ. 687.308.170

ALQUILO HABITACIÓ señor. 634.741.131

BUSCO HABITACIÓ. 667.294.827

TRASPASO BAR RTE. TERRAZA por enfermedad. 667.657.081

PROFESSIONAL COMPARTEIX DESPATX. Mataró centre. Tots els serveis inclosos. 150€/mes. 93.790.91.72

TREBALL

CHICA BUSCA TRABAJO canguro, limpieza, plancha. Tardes. Referencias. 683.396.147

CHICO BUSCA TRABAJO cuidando personas mayores. 645.405.414

CHICA BUSCA TRABAJO cuidado personas mayores, niños. 688.342.691

CHICA BUSCA TRABAJO cuidado personas mayores, niños. 698.434.520

CUIDO MAYORES, NIÑOS, limpieza. Vehículo propio. 697.907.931

CHICA BUSCA TRABAJO: canguro, limpieza, cuidado ancianos. 617.687.580

BUSCO FAENA: limpiar, cuidar mayores, canguro. Día o noche. 622.369.254 /681.399.730

SEÑORA PARAGUAYA busca trabajo cuidado persona mayor o niños. Fija o por horas. 698.581.731

OFICIAL 2º PALETA, busca trabajo. 669.340.732

SE PRECISA COMERCIAL para inmobiliaria. 93.740.90.44

MULTINACIONAL ESPAÑOLA busca formar a 14 personas para puesto de trabajo con contrato indefinido. Se precisa disponibilidad inmediata, buena actitud, edad entre 18-55 años. Solicitar entrevista personal al 630.593.341

NECESITAMOS MECÁNICO HOSTELERÍA frio/calor. Enviar curriculum a: satsistemlot@gmail.com

PER INSERIR ANUNCIS A:

CERDANYOLA:

ESTANCO INDIANO: Carrer Roselló, 4

VIA EUROPA:

LLIBRERIA PAPERERIA MEDITERRANI:

Carrer Alemanya, 2

NO ET
POTS DESPLAÇAR?
TRUCA AL 93.796.16.42
T'HO POSEM FÀCIL!



L&L ADVOCATS ASSOCIATS

- ✓ SEPARACIONES - DIVORCIOS
- ✓ INCAPACITACIONES
- ✓ HERENCIAS
- ✓ ARRENDAMIENTOS
- ✓ DERECHO PENAL

FINANCIACIÓN 10 MESES SIN INTERESES

1ª CONSULTA GRATUITA

Avda. J. Recoder, 53. Entrlo. 2ª
Mataró - T. 93 758 70 05

RESTAURANT DE CABRILS NECESSITA:

PERSONAL DE CUINA I SALA

Imprescindible amb experiència

Interessats enviar currículum vitae al correu electrònic:
calestrany@gmail.com



TREBALL

NECESSITAMOS CHICAS masajistas, con o sin experiencia. 629.514.790

NECESITO PERSONA media jornada. Haya trabajado concretación de visitas o telemarketing. Solo para vendedores, no es venta. Buena retribución. Se pide currículum. Interesados llamar de 10-12h. laborables 93.159.18.65

VENDEDOR. BUENOS INGRESOS. Gastos pagados, necesario, coche para desplazarse, entrevistas particulares, concertadas día y hora. No es puerta fría. Asesoramiento de la empresa, son productos terapéuticos, y de belleza. Interesados llamar laborables de 10-12h. 93.159.18.65



CLASSES

REFORÇ ESCOLAR experiència. 667.534.065

XINÈS CURSOS. 660.646.145
www.hanyu18mataro.com



PROFESSIONALS

GRUP D'HAVANERES Mestre d'Aixa. Havaneres, cançó marinera. Festes majors, festes de carrer, festes privades, casaments, aniversaris, etc. Informació 605.68.62.69 (www.mestredaixa.com). www.myspace.com/mestredaixa

CASAMENTS. SOPRANO posa el cant a la teva cerimònia. Fes que aquest dia tan especial sigui inoblidable. 625.947.230 Rosa

REFORMES DE LA LLAR AL MILLOR PREU. Cuines, banys, terres, etc. Un bon equip de professionals al millor preu. 677.59.27.39

PAVIDNET: Neteja, manteniment i brillantats. Pressupost sense compromís. 93.7577683 - 607.249.790

SE HACEN OJALES y se ponen botones. Tel. 93.790.82.32

CONSTRUCCIONES, REFORMAS. Hago lo que nadie quiere hacer, pisos, casas, muros, tejados. 605.217.974

PALETA ECONÓMICO. 697.685.580

MANICURISTA AUTÓNOMA, ofrezco mis servicios de, uñas de Gel - Esmaltados semipermanentes - Manicura y pedicura, a domicilio o local. telf: 615.517.961 (Hora concertadas) atiendo whatsapp

MASAJES C/PROVENZA n°1. 688.009.323

PINTOR. PINTA PISOS por 480€. 50m2 aprox. 635.106.282

COMPRESIÓ LECTORA + MATES

KUMON 15 dies gratuïts

ILURO. 39. MATARÓ · 93 798 22 33 · www.kumon.es

Jorge Matas Ruiz
CONSTRUCCIONES Y REFORMAS

PLADUR · BAJANTES · IMPERMEABILIZACIONES · PINTURA EN GENERAL

1er Test visual GRATIS

Solución Nueva técnica Garantizada

REFORME SU PISO COMPLETO DESDE 9.990€

- REFORMAS INTEGRALES
- REHABILITACIÓN DE FACHADAS
- CONSTRUCCIONES

www.jorgematas.com

SERVICIO DE URGENCIAS: ☎ 664 487 964

studi immobiliària

Muralla de la Presó 27 baixos
08302 - Mataró

Som administradors col·legiats

- Comunitats de propietaris i de pàrquings
- Administració de patrimoni

Serveis Immobiliaris integrals

- Compra venda
- Lloguer

Consulti la nostra pàgina web!

T 93 755 60 47 · www.studi.cat · facebook.com/studimataro



SERVEI DE NETEJA
PERE I ANGEL S.L.



INSPECCIÓ TV CLAVEGUERAM
DESEMBUSSOS

FOSSES SÈPTIQUES

TRANSPORTS DE
RESIDUS (ADR)
Nº Transportats: 1-1000



URGÈNCIES LES 24 HORES (festiu inclòs) INDUSTRIALS I PARTICULARS

C/ Sant Josep, 107-109 local - 08340,
Vilassar de Mar - www.pereiangel.com

93 7502071 • 93 7506377

GRUPO INVERSOR DE MATARÓ COMPRA Y GESTIONA

- SOLARES URBANOS EDIFICABLES
- TRÁMITES DE HERENCIA
- PROYECTOS DE CONSTRUCCIÓN
- VENTAS POR SEPARACIÓN
- CASAS Y PISOS CAMBIOS DE USO
- VITALICIOS Y CONSOLIDACIONES

◀ 610 348 113 ▶

ELS ANUNCIS ECONÒMICS

Entra a:

www.totmataro.cat/economic

i introdueix el CODI PROMOCIONAL

el tot

sortirà a la REVISTA I A INTERNET

Valen **X2**

i amb 10% de descompte

T/F 937 965 148 / M 607 966 423

www.cymgestionesinmobiliarias.com
Rda. Francesc Macià, 28
(esquina c/ Castaños), Mataró

PISOS DE ALQUILER

GESTIONES INMOBILIARIAS

REF. A-1347 Z. CENTRO, piso de 2 hab., 2 baños, cocina americana, y patio de 18m.....	350€ T.I.
REF. A-3146 Z. ESCORXADOR, piso de 3 hab., baño con ducha y cocina indep.robable.....	450€ T.I.
REF. A-3145 RDA. CERVANTES, bajo reformado con 2 hb. mas local de 20m2.....	500€ T.I.
REF. A-1349 Z. CENTRO, piso de 3 hab., semireformado, cocina independiente.....	510€ T.I.
REF. A-6159 Z. CAMÍ DE LA SERRA, piso de 2hab., cocina americana, pk y trastero incluido.....	525€ T.I.
REF. A-4231 Z. ROCABLANCA, piso seminuevo de 2hab, con terraza.....	550€ T.I.
REF. A-1341 Z. CENTRO, piso 60M2 con 1 hab., baño con ducha, z. comunitaria con jardin.....	550€ T.I.
REF. A-4236 Z. CAMÍ DEL MIG, Piso de 90m2 2 hab., cocina independiente, todo reformado.....	600€ T.I.
REF. A-5144 Z. CIRERA, piso de 80m2, 4 hab., baño completo, todo reformado.....	600€ T.I.
REF. A-1350 Z. CENTRO, piso grandes dimensiones, 4 hab. 2 dobles, 2 baños, semiamueblado.....	650€ T.I.
REF. A-2275 RDA. O'DONELL, piso de 100m2 con 2 hab. 1 suite, amueblado, electrodom.....	650€ T.I.
REF. A-2280 Z. PZA. CATALUNYA, ático dúplex con terraza, 3 hab., 2 baños, pk incluido.....	850€ T.I.

Rivas & Coll
ADMINISTRADORS DE FINQUES

ADMINISTRACIÓ DE COMUNITATS

ADMINISTRACIÓ DE LOGUERS

Assessorament jurídic i fiscal



C/ Unió 67, local, Mataró | Tel. 93 707 59 57 | www.rivasicoll.com

Horari atenció: 8.30 a 13.00 h. | Hores concertades: 15.30 a 18.30 h.



PROFESSIONALS

MASAJE PEDESTRE RELAJANTE. Particular.
Tlf. 688.357.053

INFORMÁTICO A DOMICILIO. Repara tu ordenador desde casa. 607.665.679

ALQUILER FURGONETAS CON CONDUCTOR. Precios anti-crisis. 0.25€/km y 7€/hora. Todo incluido (incluso carburante). 93.790.91.72

REFLEXOTERÀPIA PODAL a domicili.
626.431.882

ANUNCIA'T EN LA SECCIÓ DE CONTACTES



al: **937 961 642**



CONTACTES

LAIA 40 CATALANA. Besucona. Morbosa.
De 9-20h. 687.072.165

¿NO TIENES CON QUIEN hablar? yo te escucho las 24 horas. Mayores 18 años. 803.400.787

KAREN JOVENCITA. Servicio completo.
688.290.749

CAROL. 632.640.364

SUBE Y BAJA 20€. 632.640.376

MASAJES CON FINAL feliz. 632.673.621

SALIDAS COLOMBIANA. 632.133.370

LINDA LATINA atrevida con ganas de fiesta. Piso discreto. Salidas. 666.102.950

LÍNEA CALIENTE, ARDIENTE y sexual. Te hará gozar, te pondré a 200, no te arrepentirás. Mayores 18 años. 803.400.787

NOVEDAD!! RELLENITA PELIROJA. Cariñosa. Juguetona. 120 pecho. Masajes consoladores. 693.687.763

CUBANA MADURITA. 130 pecho. Cariñosa. 602.841.551

CUBANITA ARDIENTE. Complaciente. 20 añitos. 693.687.647

NOVEDAD!! PANAMEÑA. Delgadita. Besucona 688.381.222

KATIA RUSA 622.640.875

EVA ESPAÑOLA. PARTICULAR. Tlf. 698.326.774

NOVA IVET, 20 ANYS. Catalana. Massatge Ligam. 697.715.678

ESPAÑOLA PARTICULAR. Piso discreto. De 11 a 20h. 616.405.358

SALIDAS DOMICILIO. Chica particular. 628.643.536



JAPONESA

MATARÓ SALIDAS Copas gratis Chicas nuevas

24 HS

T.675 337 391

**SE TRASPASA
CAFETERIA CON
GRAN TERRAZA
+ CHIQUIPARK**

ZONA VIA EUROPA

**Traspaso: 19.000€
Alquiler: 975€**

Telf: 93.757.16.24

**SE TRASPASA BAR
EN EL
CENTRO DE MATARÓ**

**Por jubilación
En pleno
funcionamiento**

T. 607 966 423 (MIGUEL)

**SE VENDE
VIVIENDA**

DE 3 HABITACIONES

**A ESTRENAR
EN C/ARGENTONA
A 100 mts de la Riera
de Mataró**

195.000€

Telf: 93.757.16.24

**SE TRASPASA
CAFETERIA-BAR
RESTAURANTE**

- ✓ Muy conocido y céntrico.
- ✓ En pleno funcionamiento y demostrable.
- ✓ Con muy buena clientela.

Interesados llamar de Lunes a Jueves de 20hs a 22 hs.

T. 93 757 67 29

**OCASIÓN
SE TRASPASA**

**FRANKFURT CON
TERRAZA
EN MATARÓ**

**Traspaso: 8.000€
Alquiler: 700€**

Telf: 93.757.16.24

felicita en **el tot**
a qui més estimes



T 93 796 16 42

SOC

Servei d'Ocupació
de Catalunya



**Generalitat
de Catalunya**

Prepara't per a una nova feina.

Cursos subvencionats per a aturats. Preinscripció.

• **Activitats gestió administrativa** (900 hores)

Dates: Gener 2014

Horari: 08:00h – 14:00 de dilluns a dissabte

Nivell d'estudis exigít: ESO o equivalent

(Pràctiques en empreses)

• **Activitats administratives en la relació amb el client** (820 hores)

Dates: Gener 2014

Horari: 08:00h – 14:00h de dilluns a dissabte

Nivell d'estudis exigít: ESO o equivalent

(Pràctiques en empreses)

• **Anglès gestió comercial** (220 hores)

Dates: Gener 2014

Horari: 08:00h – 14:00h de dilluns a dissabte

Nivell d'estudis exigít: Batxillerat o equivalent

Requisits professionals exigits: Experiència professional com a administratiu/va. Nivell mig anglès

• **Gestió admin. i financ. del comerç internac.** (680 hores)

Dates: Gener 2014

Horari: 08:00h – 14:00h de dilluns a divendres

o de 15:00h – 21:00h de dilluns a divendres

Nivell d'estudis exigít: Batxillerat o equivalent

(Pràctiques en empreses)

Els cursos són subvencionats – o cofinançats – pel SOC i el Fons Social Europeu.

Jaume Balmes, 37-39 · 08301 - Mataró · Tel. 93 755 50 80 · info@mataroin.com

 **mat@róin**



**Unió Europea
Fons social europeu
L'FSE inverteix en el teu futur**





Una Cavalcada millorada i per millorar

Mataró comença a tenir una arribada dels Reis del nivell que li correspon



FESTES
CRÒNICA

CUGAT COMAS

Ses Majestats els Tres Reis d'Orient van arribar amb la puntualitat que el calendari els imposa, diumenge a la nit, pels carrers de Mataró. Ho van fer amb la màxima expectació pels canvis que s'anunciava que la Cavalcada tindria i, per tant, amb una lupa personal de cadascun dels milers i milers de mataronins posada en com anava tot plegat. Vestits nous, carrosses noves, ordre canviat, conte al final. Hi havia diferents apostes fetes des de la nova direcció artística d'Antoni Blanch que passaven revàlida a l'acte més esperat i multitudinari de l'any a la ciutat. A l'hora de la veritat es va veure una Cavalcada millorada, més acurada, més cohesionada. I també amb aspectes per millorar.

Ja fa anys que la Cavalcada ha deixat de ser la reiteració calcada de la de l'any anterior i és tractada com un acte important: que al cap i a la fi és el que és. Es pensa i es repensa. Rere la maquinària de la corrua de gent i carrosses, hi treballen desenes de persones dies abans i en la mateixa tarda del 5 de gener és espectacular com no hi ha fred que freni els centenars de persones a col·laborar-hi. Posar ordre i maquillar el conjunt dispers que era la Cavalcada no fa pas tant, no és tasca senzilla i, enguany, Blanch va substituir Toni Grané. Nous aires des de la mateixa Sala Cabanyes, podria dir-se. I apostes molt concretes.

La novetat més important era la de canviar d'ordre i, en certa mane-

ra, desendreçar el seguici intercalant els Reis entre la resta de carrosses, sense reservar-los el paper destacat que, per lògica processional, es guarda sempre a qui tanca un seguici. Si amb aquest canvi es buscava repartir la càrrega emocional de la Cavalcada es va aconseguir a mitges: quedava tanta Cavalcada quan ja havia passat el Rei Negre que l'interès caducava un cop ja havia passat "l'important". A més a més la representació dels tres missatgers al final amb la carrossa de les cartes podria induir a confusió. Tornant als Reis, els nous vestits sí que van brillar de valent: molt bona elecció.

Més cohesió

Molt millorada en termes generals sí que es va veure la cohesió de tota la Cavalcada, amb les entitats i els voluntaris al servei de la mateixa i no amb carrosses pròpies. El seguici que duia cada Rei o les coreografies que es podien veure enriqueixen més el pas de la caravana d'il·lusions i imatges que, al cap i a la fi, el propi acte. Per cert, més d'un va trobar-hi a faltar una de les carrosses històriques que no va sortir: el tramvia de Mataró tirat per cavalls. A veure si es pot esmenar de cara a l'any que ve. L'Oca sí que va sortir, obrint la cercavila, i també l'Iceberg, l'Avió o els arlequins. Els clàssics cal no perdre'ls.

Després de dues hores fent el tomb habitual, la Cavalcada enfilava la Plaça de Santa Anna i Riera

amunt en el tram més altisonant de tots, el culminant. Davant la Casa Gran hi havia l'Agrupació Musical del Maresme tocant fanfàrries i, com marca el protocol del dia, l'Alcalde i els regidors rebien Ses Majestats quan arribaven a l'Ajuntament. Les carrosses dels Reis van tenir algun petit problema per maniobrar i això va demorar el darrer tram, però finalment van poder entrar a l'Ajuntament i des del balcó dirigir-se als nens i nenes després de rebre de Joan Mora la clau que obre totes les cases de la ciutat i el primer fascicle oral de la campanya de foment dels valors a la que la ciutat es consagra aquest 2014.

Els Reis també van reparar en els seus discursos en el significat i el valor que tenen els regals més enllà del propi contingut. I finalment van anar a peu a la carpa de la Plaça de l'Ajuntament on Melcior va llegir el conte de Care Santos. Allà els més menuts ja feien ulleres de cansament després de tantes hores d'excitació provinent d'Orient. El final també cal arrodonir-lo.

Mataró té, a poc a poc, una Cavalcada que, sense grans dispendis, comença a ser nova, més cohesionada, integradora i diversa. Un acte que diu molt de com és la mateixa ciutat. I, amb deures per resoldre que segur que passaran per la sala de màquines, es pot parlar ja d'un acte reviscolat i d'evident potencial. Qui truca a TV3 perquè l'any que ve la retransmeti? ■



La meditació



JAUME PATUEL I PUIG
PEDAPSIKOGOG. PSICOANALISTA
PSICÒLEG-PSICOTERAPEUTA

És un tema que se'n parla molt avui dia. Inclús els diaris. Per exemple, el diari ARA el dia 16 de desembre (dilluns) va dedicar-hi dues pàgines (30 i 31): La meditació del segle XXI es deslliga de la religió. O bé un llibret amb el títol: La meditació a l'abast de tothom. (Dibuixets i poca lletra).

Certament, quan es pensa a meditar es pensa amb els monjos, per exemple de Montserrat. Doncs bé, ja no és així. La meditació és un treball interior humà. No cal reflexionar sobre dogmes o creences. Senzillament, fer silenci. Deixar passar els núvols i romandre sense pensar, contemplant la natura exterior o interior. Només veure passar les sensacions,

les emocions i els pensaments. Molt fàcil a dir, però no tan fàcil a fer. És tot un treball mental, emocional i cognitiu. Però, això sí, allibera, dona pau interior, treu maldecaps i sobretot, permet viure millor interiorment amb efectes exteriors.

Llegir molts llibres de meditació està molt bé. Però per què serveixen tantes lectures? Com si per nadar haguéssim de llegir molts llibres de natació o formes de nedar. Però com no ens posem a nadar, ja podem llegir-ne que mai aprendrem a nedar! Vaig dedicar algunes columnes, fa temps, a aquest tema (núm. 1061-1064). Cal començar amb tres minuts al dia. I després anar en augment. Hi ha el que se'n diu: la boja de casa. O la ment del simi o mono (que salta d'una branca a l'altra, sense parar; mai està quiet). O la del cavall que se'n surt sempre del

camí i cal reconduir-lo. Per això, cal ser atents. Lluitar per no despistar-se. Cal controlar-los, però no liquidar-los!

Al món dels negocis, de les empreses, s'ha introduït també la meditació per millorar el rendiment o atènyer els objectius. I funciona!

Dit d'una altra forma: meditar és fer també un stop, una aturada en la vida! I més en una societat on tot va a molta velocitat! Tot és córrer! Tot és ARA I JA. La immediatesa... i tot això, si no hi ha un silenci interior, emocional i cognitiu, porta a desajustos, desequilibris, alteracions emocionals i problemes de personalitat. En resum, la meditació permet gaudir d'una pau interior, d'unes relacions interpersonals sanes, constructives i sobretot enriquidores. Tot això per ser més que feliç, viure amb pau i serenor. En cap moment anul·la les dificultats de la vida, però s'enfronten d'una altra forma.

jpatuel@copc.cat



Nou Golf. Només n'hi ha un.

Tens un Golf Edition TDI 105 BlueMotion Technology totalment equipat: llantes d'aliatge LYON, llums antiboira davanters amb llum de gir, aire condicionat Climatic, ràdio CD amb reproducció d'mp3, 8 altaveus i pantalla tàctil, fre de mà elèctric amb "Autohold", 7 airbags (n'inclou de genoll), ESP, ABS, EDS i ASR, sistema anticollisions múltiples, funció Start & Stop. Un arbre de sèrie que neutralitzarà 2.913 km (www.ThinkBlue.es)

Golf Edition 1.6 TDI BlueMotion Technology 105 CV/ 77 kW: consum mitjà (l/100 km): 3,8. Emissió de CO₂ (g/km): 99.

Model visualitzat: Golf Sport amb equipament opcional.




Das Auto.

Motorsol Maresme

Av. Maresme, 475 - Tel. 93 755 26 26 - 08301 Mataró

www.motorsolmaresme.es



- 1 UN ESQUIMAL SOMRIU ALS NENS QUE ESPEREN VEURE ELS REIS. 2 UNA DE LES ÚLTIMES CARROSSES QUE TANCAVEN LA CAVALCADA ERA EL CARBÓ. 3 UNA NOIA QUE FEIA DE PUTXINELI A LA CARROSSA DE LES JOGUINES. 4 LA COMPARSA DEL SOLDADET DE PLOM I LA BALLARINA 5 ELS TABALERS DO MARESME CAMUFLATS D'AJUDANTS REIALS. 6 EL REI ROS QUE SALUDAVA ALS NENS DES DE LA CARROSSA. 



7



8



9



10



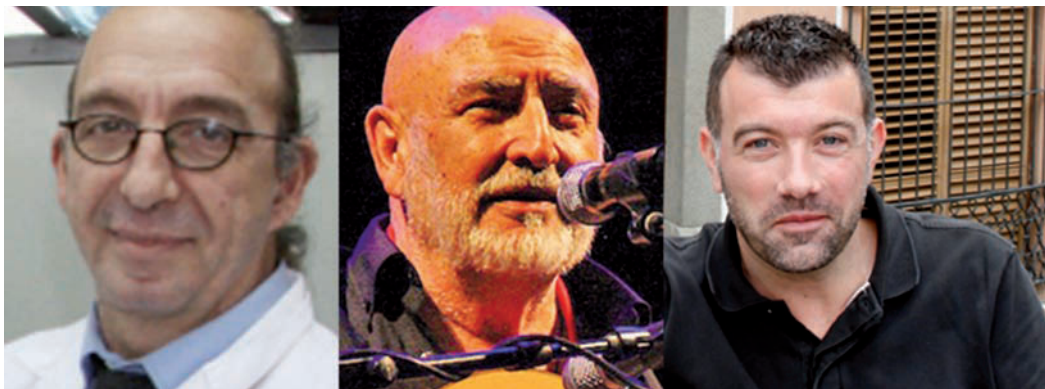
11



12

FOTOS: ANNA ALUART

7 EL REI BLANC AMB LA CLAU DE LA CIUTAT. 8 EL SEGUICI DEL REI BALTASAR ERA TOT UN ESPECTACLE
9 COMPONENTS DE LA CARROSSA DE LES JOGUINES TIRANT CONFETI 10 EL REI BLANC EXPLICANT EL CONTE DARRERA
L'AJUNTAMENT 11 EN SANTI TAMBÉ VA TENIR UN LLOC A LA CAVALCADA AMB LA SEVA PROPIA CARROSSA .
12 EL REI BALTASAR UN COP JA DAVANT L'AJUNTAMENT SALUDANT ALS MÉS PETITS.



Doló, Peret i Plaza, els primers **descartats**

Ja s'han registrat 1.664 vots per escollir un premi al que li queden 12 aspirants



MATARONÍ DE L'ANY

NOTÍCIA

REDACCIÓ

El Mataroní de l'Any 2013 té encara 12 pretendents amb opcions i ja tres candidats que no ho podran ser. Superades les primeres setmanes de votacions acumulades, Xavier Doló, Peret i Pep Plaza han resultat ser els candidats amb menys vots rebuts entre els lectors d'aquesta

revista. Els 12 restants segueixen amb opcions i, un cop han començat a "caure" els aspirants amb menys vots, necessiten més que mai del vot regular dels seus suports per superar cada setmana de criba.

Ni l'inventor ambientalista, ni el Rei de la Rumba ni l'imitador cama-

leònic han superat aquesta primera selecció que es repetirà les pròximes tres setmanes fins que quedin solament els tres candidats amb més suports. Que el teu Mataroní arribi a la final depèn única i exclusivament dels vots que rebis. L'elecció popular és la clau del certamen. □

A. SMS

Es pot votar el Mataroní de l'any a través del telèfon mòbil escrivint un missatge de text SMS amb la paraula MATARONI, un espai, i el nom del candidat que volem votar i enviar-ho al número 25000. Servei

prestat per WPR, S.A. sms@wpr.es, PVP 1,45€ imp. inc.

25000

B. Web

Un cop per persona i per dia es podrà votar el candidat a Mataroní de l'Any a través de la web mataronidelany.cat, que serà la que informarà dels candidats eliminats i els que superin les setmanes de votació.

www.mataronidelany.cat

C. Oficina

L'oficina del Tot Mataró i Maresme, al Carrer d'en Xammar número 11, disposa de butlletes en les que es pot fer efectiu el vot, un per persona, per escollir el candidat preferit. (Vot presencial)

C/ d'en Xammar, 11. Mataró

Tu ets clau per escollir el **MATARONÍ DE L'ANY**

MATARONÍ'13
PREMI POPULAR AL CIUTADÀ DE L'ANY



www.mataronidelany.cat

ORGANITZA



PATROCINA



COL-LABOREN



mataró ràdio



Aquests són els 12 candidats a **Mataroní de l'any**



Marta Bach-Roser Tarragó

Les dues campiones del món de Waterpolo en el Mundial de Barcelona.

ENVIA: MATARONÍ BACHTARRAGO



Pol Bartrès

És un dels impulsors del Laboratori d'Aprenentatge Científic (LAC)

ENVIA: MATARONÍ BARTRES



Jordi Bosch

L'actor mataroní més consolidat era un dels protagonistes de 'Els Feréstecs'

ENVIA: MATARO BOSCH



Toni Cabré

El dramaturg ha vist com li representaven 'Navegants' i adaptava 'Olor de Colònia'

ENVIA: MATARONÍ CABRE



The Free Fall Band

El seu primer disc li ha valgut una gran fama i ha tocat en grans escenaris.

ENVIA: MATARONÍ FREEFALLBAND



Diego Herrera

Portaveu d'Estafabanca, l'entitat que ha defensat els afectats de preferents.

ENVIA: MATARONÍ HERRERA



Josep Nonell

President durant la major part dels 50 anys del Joventut Handbol Mataró.

ENVIA: MATARONÍ NONELL



Àvia Remei

La veterana cuinera és una gran divulgadora de receptes i trucs culinaris.

ENVIA: MATARONÍ REMEI



Sergi Rodríguez

'El Niño' es va retirar després de molts anys de dedicació a l'handbol local.

ENVIA: MATARONÍ RODRÍGUEZ



Rafalito Salazar

El gran impulsor de la rumba a casa i un dels pares de la 'Reina del Maresme'

ENVIA: MATARONÍ SALAZAR



Albert Triola

Flamant Premi Butaca com a millor actor català per l'obra 'Smiley'

ENVIA: MATARONÍ TRIOLA



Albert Vidal

És el gerent de la Fundació Maresme, que guanya visibilitat amb les 'Dissantes'

ENVIA: MATARONÍ VIDAL



GRESS

www.gress.es



ALMACÉN Y ATENCIÓN AL PÚBLICO:

C/ Passatge dels Amics d'Argentona, 2 ARGENTONA
(Ctra. del Cross a Argentona, lado ITV
sin problemas de aparcamiento)

T 93 741 47 17 / 93 741 47 16

C/ Mèxic, 65 MATARÓ · T 93 796 44 06

Horario comercial:

De lunes a viernes 7:30 a 13:30h y 15:00 a 20:00h

Sábado: 8:00h a 13:30h y de 16:00 a 20:00h

NUEVA EXPOSICIÓN:

Camí del Mig cantonada Camí de Sant Crist nº 1
MATARÓ, Pol. Ind. Pla d'en Boet

T 93 161 50 15

HORARIO COMERCIAL:

De lunes a viernes 7:30 a 13:30h y 14:30 a 20:00h

Sábado: 8:00h a 13:30h

LOS MEJORES PRECIOS EN
PLATOS DE DUCHA EN GRESS
NADIE TE DA MÁS POR MENOS

desde

150€

A MEDIDA

PLATO DE DUCHA TIPO PIZARRA

- Antideslizante
- Antibacterias
- Recortable
- Extraplano
- Válvula incluida
- Disponible en varios colores

PRECIO PARA PLATO DE 100X70

I.V.A. NO INCLUIDO



NUEVAS PROMOCIONES 2014



**Nuevas series en azulejos
y pavimentos interior y exterior**

desde 3,22€/m²

I.V.A. NO INCLUIDO

Los mejores descuentos en 1^{as} marcas

**Hasta el
40%**


Keraben
Cerámica Gres

PORCELANOSA


**ROSA
GRES**



MARAZZI

ARGENTA



CiU trenca amb el PP al Consell Comarcal

Els populars retreuen als nacionalistes que trenquin el govern comarcal per motius ideològics

MARESME
POLÍTICA

REDACCIÓ - ACN

El govern del Consell Comarcal del Maresme -Convergència i Unió i Partit Popular- es trenca. Durant tot l'any 2013, des que CiU i PP van trencar el pacte de govern a la Diputació de Barcelona el passat mes de febrer, s'ha especulat sobre la viabilitat del pacte polític entre aquestes mateixes forces al Consell Comarcal de la comarca del Maresme. Els representants comarcals dels dos partits sempre s'han mantingut fermes en la defensa del pacte, però un any després es trenca com a conseqüència de les tensions que a nivell nacional existeixen entre uns i altres.

Nou tripartit

CiU ja ha comunicat la decisió al PP, i ara s'ultimen els darrers serrells d'un nou govern que els nacionalistes liderarien de la mà del PSC i ERC. Amb el trencament del pacte els nacionalistes, amb dotze consellers comarcals, es quedaran en minoria, però només durant algunes hores. En paral·lel, CiU negocia amb PSC -nou consellers- i ERC -quatre consellers- per configurar un nou govern que doni estabilitat al consell comarcal. D'aquesta manera, es reeditaria el tripartit de l'anterior mandat. Els quatre consellers del PP passaran a l'oposició, juntament

amb els dos que té ICV-EUiA, un de la CUP i un altre de PxC.

Trencar

Missatge dur i ple de retrets contra CiU del secretari provincial del PPC a Barcelona, Alberto Villagrassa que visitava Mataró aquesta setmana poc després de conèixer la notícia per fer palès el suport de la direcció del partit als seus consellers comarcals i per denunciar el "poc respecte ins-

mandat el PPC s'ho pensarà "més de dues i tres vegades" abans de signar cap pacte amb la federació nacionalista, ja sigui en ajuntaments, consells comarcals o la mateixa Diputació de Barcelona: "Prioritzarem els interessos dels ciutadans, però buscarem el consens per garantir l'estabilitat i CiU no és ara garantia d'estabilitat ni a Catalunya, ni als consells comarcals, ni als municipis".

Intenten trencar Catalunya amb una estelada feixista

titucional" de CiU pels pactes que signa. "Aprofiten la crisi per dur-nos a un altre extrem. Només intenten trencar Catalunya i trencar Espanya traient a passejar una estelada d'origen feixista", etzibava el secretari provincial del PPC. Els populars denuncien que es trenquin pactes a institucions de caràcter municipalista per motius ideològics i lamenten que CiU "prioritzi l'estelada abans que la gestió del dia a dia i els serveis a les persones"

Prioritzar els ciutadans

Villagrassa advertia que el pròxim

Retrets

En aquest sentit, el conseller comarcal que fins ara tenia delegades les responsabilitats de Promoció Econòmica, José Manuel López, lamentava que CiU vulgui fer dels consells comarcals una "administració política del sobiranisme" i retreu al PSC que s'afegeixi a un pacte independentista, amb CiU i ERC. També s'afegia als retrets el president comarcal del PPC al Maresme, Diego Sánchez, que recordava que el pacte de govern signat el 2011 deixava "al marge" els temes d'identitat nacional. "Pensava que volien prioritzar la defensa del territori, però son uns manats", deia Sánchez en referència a les pressions que, segons ell, han arribat de la direcció nacional de CiU als dirigents comarcals de la federació. □



Horòscop per Centre Parapsicològic Acuario



ARIES (21/3 al 20/4)

Treu el teu costat més noble i comprensiu per confortar a una persona molt propera que no està en el seu millor moment. Treball: de vegades acabes amb la paciència dels teus interlocutors per voler controlar-ho tot; relaxa't.



TAURE (21/4 al 21/5)

Aquest és un moment molt especial, treu el millor de tu mateixa i conqueriràs. Algú que viu lluny pot contactar amb tu. Treball: has de moure't, contactar, comunicar-te amb qui pot ajudar-te en els teus propòsits.



BESSONS (22/5 al 21/6)

Aquesta setmana, la solitud serà la millor opció per evitar els conflictes, hi ha gent alterada que pretén contagiar-t'ho. Treball: qui molt abasta poc estreny, si comences massa coses, acabaràs per no concloure'n cap.



CRANC (22/6 al 23/7)

Necessitaràs molta paciència amb algú que està molt alterat, que es queixa per tot, no permetis que es deprimeixi. Treball: quan et sentis desbordada, respira, desconnecta una estona i reprèn la tasca, demana ajuda.



LLEÓ (24/7 al 23/8)

Setmana emocionalment intensa, es multipliquen les trobades, les cites, els compromisos socials i familiars. Organitza't. Treball: és important, però no fins al punt de fer-te renunciar a la salut o la vida familiar.



VERGE (24/8 al 23/9)

Estàs posant molt de la teva part per salvar una situació familiar tibant; potser necessites distanciar-te i sentir pau. Treball: tens persones a prop que et donen un cop de mà en el moment oportú, aprèn a agrair-ho.



BALANÇA (24/9 al 23/10)

Unes paraules desafortunades poden espantar-te la setmana, rectifica aquesta actitud i posa el teu millor somriure. Treball: si et demanen la teva opinió, vigila, pot ser arma de doble tall, mostra't diplomàtica i no et comprometis.



ESCORPÍ (24/10 al 22/11)

La teva assignatura preferida és aprendre a manejar les emocions. Unes vegades te'n surts millor que unes altres, ara t'examinaràs. Treball: tens més d'un as en la màniga però estàs despistat. Centra't en les teves expectatives, són bones.



SAGITARI (23/11 al 21/12)

T'espera un cap de setmana emocionant, divertit i molt actiu en l'aspecte l'amorós. Serà una delícia compartir amb tu. Treball: un projecte que tens entre mans està a punt de materialitzar-se, gaudeix-ho entre la idea i el resultat.



CAPRICORN (22/12 al 20/1)

La teva parella pot reclamar més atenció, per no fer-lo partícip de les teves il·lusions. Sigui o no cert, revisa les teves actituds. Treball: si no pots reduir les teves despeses, desdramatitza, canvia punts de vista i viuràs millor.



AQUARI (21/1 al 19/2)

Alguna cosa està canviant en el teu interior, et mostres més participativa i a la gent li encanta com ets, gaudeix-ho a plaer. Treball: pots aconseguir el que vulguis, estàs plena d'inspiració. Tot funciona, marca't fites.



PEIXOS (20/2 al 20/3)

No es genera amor si s'està recelosa, amb dubtes, sempre tement el pitjor. S'imposa el diàleg constructiu. Treball: la falta de temps et perjudica, necessitaràs més que un cap de setmana per remuntar, dosifica les teves forces.

Beethoven simfònic



MARIA TERESA JULIA

CLAVECINISTA I CONCERTISTA. ESPECIALITZADA EN LA RECERCA DE LA MÚSICA ANTIGA



La simfonia com a gènere s'inicia en el Període del Classicisme Musical però també es coneix com una de les expressions més representatives del Romanticisme. Beethoven transforma l'esquema de la simfonia del segle XVIII i encapçala l'evolució cap a la simfonia romàntica. El Mestre alemany, reivindicant la total llibertat de l'artista, va explorar el nou llenguatge musical de la segona meitat del segle XVIII. El compositor va reinventar la funció creativa a cadascuna de les seves obres per mitjà del timbre, el ritme, la matèria sonora i l'harmonia. Molt aviat, el seu nou estil musical fou considerat, pels seus contemporanis, com una llicència inadmissible i escandalosa.

La mestria de Beethoven resideix en el desenvolupament dels temes musicals. Amb només quatre notes (La crida del destí) i una bona dosi d'inspiració, tècnica i fantasia, sorgeixen obres com la Cinquena Simfonia. I en la seva darrera, la Novena, el mestre innova i combina al mateix temps les normes establertes de la cantata i la simfonia, incloent-hi el cor final. D'aquesta nova concepció simfònica d'àmplia extensió i nous mitjans, s'inspiraran: Schubert, Schumann, Brahms, Txaikovski i Dvórák. Altres compositors seguiran aquest camí com Bruckner i Mahler; fins a arribar a les notables simfonies del segle XX, d'Elgar, Rachmaninov o Sibelius.

La concepció dramàtica de l'escriptura musical del geni alemany, contribueix a una mutació radical de l'estil clàssic, obrint un camí a la música qualificada de romàntica.

per Maria Olga Cid Cuadras Parapsicòloga, diplomada i col·legiada

I'hi ofereix els serveis de Tarot, Clarividència, Hipnosi, Meditació, Cartes Astrals, Amulets de protecció, Solució de problemes Paranormals, Anàlisi de somnis, tècniques de relaxació i desenvolupament de facultats psíquiques.

Tlf. 609 301 320

Solidària contra la crisi



ARKIU

Inici d'any amb Sant Julià

Consulta el programa d'actes de la Festa Major d'hivern

Encavalcant-se gairebé amb el Nadal, Argentona celebra la Festa Major d'hivern en honor a Sant Julià. Des d'ahir divendres i durant el cap de setmana s'han programat, amb el suport de diverses entitats i associacions de la vila, un bon grapat d'activitats.

Dissabte, 11 de gener

A les 10.30h, davant de l'Ajuntament, Concentració per anar a ofici, amb les autoritats, els gegants de la Colla de Geganters i Grallers d'Argentona i representants dels Amics del Pubillatge.

A les 11h, a l'església parroquial de Sant Julià, Ofici en honor a Sant Julià. Predicarà el pare Manel Miras de Cabrera de Mar.

A les 12.30h, a la plaça Nova, Sardanes amb la Cobla Selvatana. A

la mitja part s'oferirà vermut.

A les 16h, a la carpa del Centre Parroquial, Torneig infantil d'escacs entre Argentona i Llinars de Vallés.

A les 17.30h, a la plaça de Vendre, 6a Mostra de bestiar de foc, a càrrec dels Diables d'Argentona amb la Polseguera d'Argentona acompanyats del Drac Pepa de Santa Perpètua de la Mogoda, la Bèstia de Parets del Vallès i el Poll Foll de Ripollet.

Hi haurà activitats per als més petits, tabalada i petit correfoc dels Banyetes.

Dos passis, a les 17.30 i a les 19.30h, a La Sala, Concert de Festa Major amb l'Orquestra Selvatana. Preu: 3 euros.

A les 19.30h, des de la plaça de Vendre, Cercavila de bèsties de foc, a càrrec de Diables d'Argentona amb la Polseguera d'Argentona amb les colles del Drac Pepa de Santa Perpètua de la Mogoda, la Bèstia de Parets del Vallès i el Poll Foll de Ripollet.

A les 20h, al Museu del Càntir, Acte Inaugural de l'exposició "Jaume Clavell i Nogueras (1914-1997). Historiador, col·leccionista i activista cultural argentoní".

Seguidament, Presentació del catàleg de l'exposició temàtica "Càntirs Valencians de Fantasia. El reflex d'una cultura mediterrània" i visita guiada d'aquesta exposició.

A les 23h, a La Sala, Ball de Festa Major amb l'Orquestra Selvatana. Preu: 3 euros. Abans de començar, lliurament dels premis als guanyadors del Concurs de Carrosses del 2014.

Diumenge, 12 de gener

A les 9h, a la plaça del Geganter Joan Padrós, Plantada de gegants.

De les 9.30 a 14h, al pati de l'escola Bernat de Riudemeia, Trobada de plaques de cava.

tot sudoku



NÚM. 1609
DEL 10 AL 17 DE GENER DE 2014
www.totmataro.cat 

Instruccions:

El Sudoku és un joc d'origen japonès que consisteix en una quadrícula 9x9 (81 caselles) dividit en 9 caixes de 3x3. L'objectiu del joc es omplir les caselles buides amb números del 1 al 9, de manera que en cap casella 3x3 ni en cap fila ni columna es repeteixi cap número. Per omplir les caselles que resten els números ja introduïts serveixen de guia per a resoldre el joc.

Nivell: Mig

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

VOTA EL TEU CANDIDAT!

MATARONÍ'13

PREMI POPULAR AL CIUTADÀ DE L'ANY

Envia un SMS amb la paraula MATARONI, un espai, i el nom del candidat que volem votar i enviar-ho al número 25000.



POTS
GUAYAR UN
iPad mini!



www.mataronidelany.cat

1.45 euros/sms IVA incl. Servicio prestado por WPR
Apdo. 14953-28080 Madrid sms@wpr.es-902044008.

A les 9.30h, sortida des de la Plaça de l'església, Itinerari guiat "Seguint les petjades de Puig per Argentona". Es visitarà i comentarà el llogat arquitectònic de Puig i Ca-falch.

A les 11h, des de la plaça del geganter Joan Padrós fins a la Plaça Nova, Cercavila de gegants amb les colles geganteres convidades de Centelles, el Prat de Llobregat, Arenys de Munt i els Gegants de l'Escola d'Argentona.

A les 12.30h, Tradicional Tres Tombs, amb l'animació de la Banda de Música d'Argentona. Tot seguit, pel centre del poble fins al pavelló municipal, Reclam i cercavila, amb el grup Batakes Braves.

A les 14.30h, al pavelló municipal, Dinar de Festa Major. Preu: 6 euros amb amanida, paella, pa, vi, aigua i postres.

A les 18h, a la Sala, Espectacle de màgia Magikíssim, a càrrec de Sergi Buka.

A les 19.30h, a l'Ajuntament, nou Piromusical a càrrec de Pirotècnia Tomàs als voltants de l'Ajuntament i de Can Doro.

El Tot Mataró vol desitjar una bona Festa Major a tots els argentonins!



Argentona formalitza finalment la propietat de Can Doro

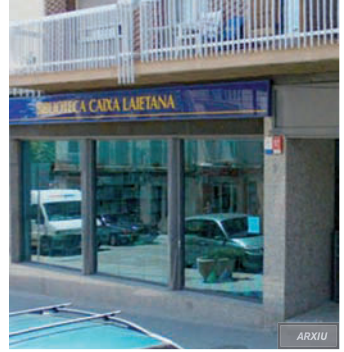


EQUIPAMENTS
NOTICIA

REDACCIÓ

La permuta davant de notari es va signar l'últim dia de l'any

L'últim dia de l'any va tenir lloc la signatura de la permuta per Can Doro davant de notari. Els signants de l'operació van ser els representants de l'empresa Diorama S.L. i l'alcalde d'Argentona, Ferran Armengol (CiU). La permuta va comptar amb l'aprovació unànime de tots els grups municipals. Amb la signatura notarial, el darrer dia de l'any, el consitori argentoní aconseguí que l'operació entri a formar part del pressupost vigent. □



L'antiga biblioteca de Caixa Laietana ja està en funcionament municipal



EQUIPAMENTS
NOTICIA

REDACCIÓ

La principal novetat que el servei obre a partir d'ara també els dissabtes al matí

L'Ajuntament s'ha fet càrrec de la biblioteca municipal, situada al carrer Gran número 3, amb la principal novetat que el servei obre a partir d'ara també els dissabtes al matí. A finals de l'any passat, l'Ajuntament i la Fundació Iluro van signar l'acord d'arrendament de l'immoble i el servei ha passat a ser municipal. La biblioteca obre les seves portes a tots els veïns, tot i que alguns dels serveis, com la consulta informàtica, encara no està disponible. □

tot Concursos

GUANYA...

70€

Amb el **CONCURS** de la **PARAULA INVERTIDA** i el concurs del **BANNER INVERTIT**



PARAULA INVERTIDA: 35€

Busca entre els anuncis de la revista la **paraula invertida** i escriu la resposta en aquest cupó de participació.

Paraula invertida:

+ BANNER INVERTIT: 35€

Navega per la web totmataro.cat fins trobar el **banner invertit**, fes clic sobre ell i copia l'adreça web en aquest cupó de participació.

Adreça web del banner invertit:

Per optar a la suma dels dos premis s'ha d'enviar la resposta amb la **PARAULA INVERTIDA** i **L'ADREÇA WEB DEL BANNER INVERTIT** per:

1- Cupó o carta/postal a l'adreça: C/ d'en Xammar, 11, 08301, Mataró.

2- Omplir formulari de participació a: totmataro.cat/concurs

Si només s'ha encertat un dels dos concursos, s'optarà només a la meitat del premi. **Més info a:** www.totmataro.cat/participa/concursos

GUANYADOR DEL CONCURS PARAULA i BANNER INVERTIT: MONTSERRAT GARCIA LÓPEZ
PARAULA INVERTIDA: CATALUNYA **BANNER INVERTIT: www.inmobiliaria.es**



PISOS EN VENDA

CB7379-ROCAFONDA Pis alt i exterior de 80m2, amb 3habs, cuina i bany conservats, balcó, galeria. Oportunitat inversors!



49.000€ (*)

CB8348 GATASSA SUD Ocasí! Preciós pis reformat de 75m2, amb 3habs (2 dobles), menjador gran amb sortida a balcó.



58.000€ (*)

CB8182 EIXAMPLE COSTAT CORTE INGLÉS. Pis 1er d'alçada, de 65m2 amb 2 habs (1doble), reformat i comunitat reduïda.



89.000€ (*)

CB8506 Z. CAMÍ MIG Ocasí de mercat!! Pis gran de 90m2, alt, amb 4 habs, tot exterior, balcó i galeria, ascensor.



97.000€ (*)

CB8144 ZONA JUTJATS Pis gran de 90m2, ara amb 3 habs (2 dobles), reformat, balcó, galeria i ascensor.



108.000€ (*)

CB6181 – RDA. O'DONNELL Ocasí de mercat! Pis gran 100m2, reformat 4 habs (2 dob), ascensor.



C. ENERGÈTIC: D

110.000€

CB8521 VIA EUROPA Ocasí única! Pis seminu de 76m2 amb 2 habs, cuina office, balcó, galeria i ascensor.



110.000€

CB4647 CAMÍ SERRA Oportunitat! Pis gran de 3 habs, 2 banys, cuina office, menjador amb balcó, molta llum i sol, galeria i pk inclòs.



148.000€ (*)

La Riera, 161 - Mataró / T. 616 642 842 - 93 105 89 47 / <http://www.cambrapropietat.cat>

Su Casa®
grup immobiliari



registre d'agents immobiliaris de Catalunya aicat: 4129

api Col·legi d'associació d'agents immobiliaris

Pl. Cuba, 48, Mataró

Tel. 93 757 12 82 | info@sucasa.es

www.sucasa.es

OPORTUNITATS

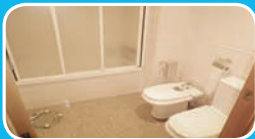
39.000€



REF. 11703 ROCAFONDA

Piso de 60m, 3 hb (actual 2), salón con balcón a la calle, baño completo, A/A bomba calor, buen estado general, muy luminoso.
EXCELENTE OCASIÓN!!!!

128.000€



REF. 10616 VÍA EUROPA

zona plaza Italia, 68m, 2 hb, gran baño completo, esquinero a dos calles, excelentes acabados, A/A frío-calor. armarios empotrados, amplio salón cocina
MUY BONITO!!!!

179.000€



REF. 11604 VALLVERIC

zona residencial, piso nuevo a estrenar con 3 hb, 2 baños completos, terraza de 21m, parking y trastero incluidos, terraza comunitaria
EXCELENTE ACABADOS!!!!

Consulti a la 1a pàgina altres ofertes a Mataró

C&M

GESTIONES INMOBILIARIAS

registre d'agents immobiliaris
de Catalunya
alcat 5365api
Col·legi d'Agents Immobiliaris de CatalunyaRda. Francesc Macià, 28 (esquina c/ Castaños) - Mataró
www.cymgestionesinmobiliarias.com · inmobiliariacym@ono.com**T: 937 965 148****F. 937 075 015 // M. 607 966 423****1ª LINEA DE MAR** Piso totalmente reformado, 3 hab. 2 dobles, baño completo, salón 20m2 con balcón ext. con vistas al mar, cocina con galería anexa, calefacción y a.a., ascensor. **OCASION****152.000€**

C.E. "E"



REF.1263

C.E. en trámite = Certificado Energético en trámite**49.000€**

C.E. en trámite

REF.7042

LLANTIA ECONOMICO, piso de 3 hab. para dejar a su gusto, baño completo, muy bien comunicado y cerca de zona comercial. **OCASION**.**53.000€**

C.E. en trámite

REF. 3052

RDA. CERVANTES, piso conservado de 3 hab., baño completo con ducha, cocina formica con galería, balcón ext. **OCASIÓN****87.000€**

C.E. en trámite

REF. 1208

CENTRO OCASION 2º piso con a.a con bomba calor todas las hab., cocina formica, baño completo gran tamaño con ducha, 3 hab. 2 dobles. Comunidad reducida **OPORTUNIDAD****96.000€**

C.E. en trámite

REF. 2232

Z. EIXAMPLE. EXCELENTE. Piso totalmente reformado con pk, 3 hab., baño completo, calefacción, con muebles y electrodomésticos. **OCASION UNICA****108.000€**

C.E. "C"

REF. 2280

Z. EIXAMPLE. OCASION. Piso alto con ascensor reformado, 3 hab. antes 4, cocina formica blanca con galería anexa, suelos de gres, calefacción, baño con ducha, balcón con **VISTAS A MAR.****109.000€**

C.E. en trámite

REF. 4303

Z. Cerdanyola Piso reformado al 100% con entrada independiente y terraza de 70m2, 3 hab. dobles, cocina americana, baño completo con ducha, trastero, calefacción. **OPORTUNIDAD ZONA/PRECIO.****120.000€**

C.E. en trámite

REF. 2305

EIXAMPLE. OCASIÓN. Piso con ascensor reformado 100%, totalmente exterior, 3 hab., baño con ducha, cocina con galería anexa, **CALEFACCIÓN.****128.000€**

C.E. en trámite

REF. 4310

CERDANYOLA Casa para reformar a su gusto de 80m2 y local de 80m2, 3 hab., baño completo, cocina formica, y terraza de 40m2. **OCASION.****159.000€**

C.E. en trámite

REF. 2293

Z. PLAZA CATALUNYA Piso seminuevo con ascensor, calefacción, cocina office de haya, 3 habitaciones, 2 baños completos (1 suite), piso con mucha luz. **ESTADO IMPECABLE.****189.000€**

C.E. en trámite

REF. 2303

Z. EIXAMPLE. Dúplex con ascensor y terraza de 20m2 con barbacoa, 3 hab., 2 baños, cocina office de haya con galería anexa, calefacción, trastero. **OCASION.****Ahora:****105.000€**

C.E. en trámite



REF. 6127

MOLINOS. OPORTUNIDAD EN EXCLUSIVA. En vía principal de Los Molinos, 4 habitaciones (3 dobles), cocina lacada blanca, galería de 12m2 y balcón exterior, muy luminoso. **ANTES PVP. 114.000€.****¡SI QUIERE ALQUILAR O VENDER SU PISO, LLÁMENOS!****COMPRAMOS SU PISO · SOLUCIONAMOS EMBARGOS**



TEXT: MIRIAM BIEL
FOTO: ANNA AJAR

Jordi Llargués, donar la mà al comerç

PRESIDENT DE BULEVARDS DE MATARÓ

“Un ponent d’una conferència un dia em va dir que la paraula crisi significa canvi i des d’aleshores penso que qualsevol crisi és una bona oportunitat per millorar”. Aquest és Jordi Llargués, un home actiu i enèrgic. És el President de Bulevards de Mataró, l’associació que agrupa els comerços de zones un pèl allunyades del centre com Cerdanyola, el Parc o la Via Europa.

Propietari d’un videoclub i tècnic informàtic de formació, Llargués va ser un dels fundadors, l’any 2001, de l’actual Bulevards de Mataró, l’associació de comerciants antigament anomenada del Nou Centre. “Els negocis que tenia engegats em van empènyer a un cercle on només hi comptava l’ambició”, recorda, i això em va fer pensar en “desenvolupar alguna activitat voluntària i al servei de la ciutat”.

“M’agrada que els clients traspassin el taulell buscant el nostre consell per tal que puguem acom-

panyar-los en la seva compra” explica Llargués. Però la feina feta per l’associació reporta un altre tipus de recompensa personal. Creu que “hem de donar cobertura a tots aquells comerciants que estan fora del centre per complementar la feina de la Unió de Botiguers”. Segons Llargués, “el dia que tots els comerços quedin integrats en una sola associació que vetlli per la cohesió comercial, l’existència de Bulevards de Mataró no tindrà sentit”.

Mentrestant, Llargués seguirà al capdavant d’una entitat que vol transmetre positivisme: “És imprescindible que l’economia millori perquè el comerç de proximitat sobrevisqui. “S’ha perdut l’embranzida que tenien els comerciants per estar sempre pendents de les novetats”, segons explica. És per això que lamenta que “tants comerços locals hagin hagut d’abaixar la persiana perquè l’única cosa que no els faltava era la il·lusió”. □

Circuits comercials

Llargués recorda que El Corte Inglés havia de generar grans circuits comercials”

El Corte Inglés forma part de l’imaginari col·lectiu des de l’any 2005. Havia de convertir-se en una “locomotora comercial”. “El primer projecte del Corte Inglés incloïa el manteniment de Can Fàbregas i projectava dues torres de negocis i habitatges que convertien aquell espai en una plaça tant potent com pot ser-ho la Plaça Santa Anna”, recorda Llargués. Però aquella proposta inicial va desaparèixer. El que és evident, però, “és que la vinguda d’aquesta locomotora comercial havia de crear circuits de compres que unissin diversos eixos de comerç”. Aquesta fita era important per intentar minvar l’estructura del comerç: “El centre és el rovell de l’ou i l’acompanyen barris satèl·lit”. “

Defineix-te
Perseverant

Un llibre
‘El poder del ahora’ d’Eckhart Tolle

Una pel·lícula
‘El poder de la intenció’ de W. Dyer

Un viatge
Un creuer pel Mediterrani

Un referent
Ghandi

Un repte
Seguir creixent en tots els àmbits

FINQUES Castella

Grup  CATALANA
OCCIDENT
Assegurances

 Agents de la
Propietat immobiliària

MATARÓ

C/ St. Josep, 66

Cantonada amb El Torrent, 57

T 93 757 83 83

www.finquescastella.com

info@finquescastella.com

- Valoracions immobiliàries
- Hipoteques al 100%
- Lloguers en 24 hores
- Gestió de lloguers
- Agents d'assegurances
- Administrador de comunitats

OPORTUNITAT DE LA SETMANA



1.09402 - Caldetes. Exclusiva. Àtic amb terrasseta tot reformat, 2 habit, cuina, bany complet, a prop de la platja i estació, amb molt bones vistes al mar i molt assolellat. **Abans 250.000€ ara.... ¡¡¡Oportunitat inversors!!! 98.000€**

Lloguers i Vendes

1.03284 Mataró Centro. Loft de 40m2, baño - cocina americana, balcon, aa/cc, muy económico !!! **375€/mes**

1.04100 Mataró Centro. Piso de 50 m2, 1 hab., 1 Baño. Terraza comunitaria - muy buen precio - ideal parejas !!!! **400€/mes**

1.01563 Mataró Centro. Piso de 40 m2, con 1 hab., Baño, cocina -salon con salida al balcon - super céntrico y con los gastos incluidos !!!! **415€/mes**

1.03508 Mataró Centro. Obra semi- nueva, 45 m2, 1 hab., Ascensor, aire acond. Calefaccion - muy buena zona !!! **425€/mes**

1.08060 Mataró Havana. Piso de 40m2, 1 hab, cocina americana, baño con hidromasaje, aa/cc, balcon tipo terracita y con parking y gastos incluidos !!! **500€/mes**

1.02392 Mataró Centro. Piso nuevo de 60 m2 con 2 hab., Baño - muy buena distribucion y precio inmejorable !!! **550€/mes**

1.04649 Mataró Centro. Piso semi-nuevo con 1 hab., 1 Baño, salon con balcón, cocina americana - muy céntrico !!! **550€/mes**

1.05051 Mataró Centro. Apartamento semi nuevo 40m2, 1 hab., Cocina americana y terraza 25 m2, amueblado, parking !!! **550€/mes**

1.09802 Mataró Centro. Piso de 70 m2, con 3 hab., Baño, salon con terraza superior de 70 m2. Ideal parejas !!! **550€/mes**

1.00423 Mataró Centro. Apartamento 50 m2, 2 hab, cocina americana!!! **575€/mes**

1.08102 Mataró Centro. Piso 50 m2, 2 hab, finca pocos vecinos !!! **575€/mes**

1.09274 Mataró Via Europa. Magnifico piso de 60 m2, 2 habitaciones, baño, cocina, aa/cc frio calor, balcon. Tiene unas vistas espectaculares. Parking opcional y todos los gastos incluidos !!! **600€/mes**

1.03444 Mataró Centre. Planta baixa de 60 m2, 2 habitaciones. Bany complet, cuina office totalment equipada, terres de marbre, aa/cc ¡¡Ocasión!!! **600€/mes**

1.06034 Mataró Centro. Primera linea de mar. Piso de 90 m2, 3 habitaciones, baño, galeria, balcón , vistas espectaculares !!! Parking opcional !!! **695€/mes**

1.05516 Mataró Via Europa. Piso 85m2, 3 hab, 2 baños, balcon, semi amueblado, parking y los gastos incluidos!!! **700€/mes**



1.05462 - Centre. Zona platja. Apartament d'1 hab doble, bany amb jacuzzi, cuina americana amb vitroceràmica, menjador de 21 m² aa-cc fred-calor, ascensor ¡¡Oportunitat!! **93.000€**



1.08955 - Zona Centre. Pis de 60 m2 amb 2 dormitoris, 1 bany, cuina office, aa/cc, assoleiat i totalment reformat. **Abans 146.000 € Ara:100.000€**



1.50026 - Centre. Planta baixa 90 m², 2 hab. dob, bany amb dutxa, salo-menjador gran, cuina office tota equipada, carp. Ext. Alumini, vidres climalit, aa/cc, porta blindada, terres de parquet, amb pati 30 m² ¡¡ideal parelles!!! **186.000€**



2.02540 - Centre de Mataró Casa de còs al centre de 125m2 de 4 habitacions, 1 bany complet, 1 aseó i gran terrassa 70 m2 amb estudi i barbacoa. Molt bon estat. ¡¡Oportunitat!! **212.300€**



Més immobles a la nostra web
www.finquescastella.com

Urbania

T = Tramitándose Certificado Energético

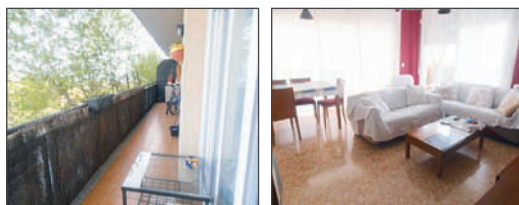
14307-VIA EUROPA Piso seminuevo 100% exterior de 2 habs dobles, gran salón de 22m2 con salida a balcón tipo terraza.
110.000



¿Quiere vender o alquilar su vivienda? ¡Llámenos!
Disponemos de una amplia cartera de clientes en espera

Entra en www.urbenia.es

14311- Z. ST. SIMÓ Piso seminuevo de 3 habs y salón con salida a gran balcón. Con vistas al mar, zona comunitaria y parking.
139.000



14188 - C.ST. ANTONI Precioso dúplex reformado, 3 habitaciones con terracita, salón con chimenea y cocina independiente.
159.000



Ref.30535



LLANTIA Piso de 65m2 con 3 habitaciones, baño completo reformado, con salón y balcón. Buen estado y soleado.

T 49.000

Ref.14317



ROGABLANCA Piso económico de pocas escaleras en calle peatonal. Dispone de 3 habs y salón con amplio balcón.

T 51.000

Ref.30566



CERDAÑOLA Piso totalmente reformado, para entrar a vivir. Con 3 habitaciones, cocina independiente y amplio balcón.

T 81.000

Ref.12366

OCASIÓN



CENTRO Piso de 3 habs con ascensor, salón con salida a balcón, cocina y baño reformados. ¡Excelente ocasión!

T 99.000

Ref.30557

OCASIÓN



VIA EUROPA Piso exterior y luminoso con parking y trastero incluidos. De 60m2 con gran salón con balcón y cocina office.

T 133.000

Ref.13486



Z. SORRALL Ático de 117m2 reformado de diseño con terraza orientada a mar. Ascensor, parquet, calef y a/a.

T 154.000

Ref.3026



Z. VALLDEMIÀ Piso independiente 85m2 + terraza de 25m2 + terraza de 60m2. Con 4 habitaciones + estudio.

T 225.000

Ref.13663

OCASIÓN



PL. ITALIA Magnífico ático seminuevo de 106m2 con terrazas de 100m2 y 25m2. ¡Con pk incluido en el precio!

T 229.000

Teléfono 93 798 01 11

c/Unió, 59, bis

www.urbenia.es info@urbenia.es



registre d'agents immobiliaris de Catalunya alcat: 2788

MLS Barcelona

Membre de

api Col·legi i associació d'agents immobiliaris

ASOCIACIÓN PROFESIONAL DE EXPERTOS INMOBILIARIOS

Perits Judicials

“¡Todo se vende!
Nuevo plan de marketing para
nuestros clientes.
¿A qué espera para llamarnos?”



Llámenos!
93 798 01 11

Ref.14178



MOLINOS Último piso de altura con excelentes vistas, 3 habitaciones y comedor de 20m2 con salida a balcón.

T > 59.000

Ref.14306



RDA. CERVANTES Piso orientado a mar de 3 habitac., salón con balcón, ascensor y excelentes vistas a mar.

T > 68.000

Ref.14300



PLA D'EN BOET Piso muy bien distribuido y sin pasillos, 3 habit., baño completo, cocina office y salón de 20m2.

T > 68.000

Ref.14125



Z. PUIG I CADAFALCH Piso totalmente reformado, con 2 habitaciones, cocina a estrenar y salón con balcón a calle.

T > 70.000

**ESPACIO
 RESERVADO
 PARA
 SU PISO**

INFÓRMESE

Ref.13014



CTRA. DE MATA Gran piso seminuevo y totalmente exterior de 115m2, 3 habs, 2 baños, terracita, calefacción y ascensor.

T > 117.800

Ref.14142

OCASIÓN



CENTRO En finca de reciente construcción. Piso luminoso e imagen actual, 2 dormitorios + despacho. ¡Con pk incluido!

T > 123.000

Ref.40261

OCASIÓN



Ref.13573

OCASIÓN



VIA EUROPA ¡Con pk incluido! Piso de 3 dormitorios, 2 baños, con terracita, suelos de parquet, calefacción y ascensor.

T > 169.000

Ref.13905



CENTRO Vivienda reformada 85m2 + terrazas de 40 y 16m2. Suelos de parquet, calefacción y pk opcional.

T > 179.000

Ref.14280

OCASIÓN



CAMI SERRA Gran piso de 115m2, salón 28m2 con salida a balcón, 4 habitaciones y cocina 12m2. Parking doble.

T > 188.000



VIA EUROPA Vivienda unifamiliar adosada sobre 325m2., con jardín de 60m2., garaje, 4 dormitorios + estudio con solarium.

T > 403.000

Ref.40025



CAMI SERRA Casa espectacular de 400m2, vistas al mar, 5 habs, 3 baños, parking y terrazas de 50m2 y 15m2.

T > 310.000

VIA EUROPA

Traspaso de restaurante en pleno funcionamiento y rendimiento, con terraza.

Teléfono directo:

T. 600 74 79 31

**Las notas
 de los clientes**



Mª CARMEN GARCÍA

“Recomendaría Urbenia a todo aquel que quiera comprar vender su piso, por su profesionalidad y su trato humano”



Llámenos 93.798.01.11

www.urbenia.es | info@urbenia.es

PROPÒSITS PER AL 2014
Perd pes i guanya salut!



La importància
de l'alimentació
en l'esport

PACK

SPORT LIFE 45€

Preu promoció

(Preu Tarifa 90€)

El Pack Sport Life INCLOU:

Una visita mèdica amb un expert
en nutrició esportiva

Dues visites amb dietistes experts
en nutrició esportiva

Història clínica* i nutricionals completa

Antropometria. Bioimpedància

Dieta i recomanacions dietètiques
personalitzades

Recomanació de suplementes

Diagnòstic mèdic** làser

(eliminació de greix localitzat, rejueniment facial,
reducció de la cel·lulitis, eliminació de taques a les mans
i a l'escot, depilació mèdica)



The Republic
of Reborn

Las clínicas donde tu belleza renace

Tel. 93 790 16 52

Centre Mèdic Mataró Centre
c. Pujol 43-45 · 08301 Mataró

info@republic-of-reborn-com

republic-of-reborn-com



*Segons la categoria i la disciplina esportiva,
el metge pot ordenar una analítica.

**Si es contracta el servei de làser mèdic serà
deduït el cost de 45€ del Pack Sport Life.

Dra. GUMMÀ, autora del
llibre "Menjar per córrer"
i metgessa especialista en
nutrició t'atendrà al
Centre Mèdic Mataró
Centre

PROMOCIÓ VÀLIDA, PRESENTANT
AQUEST ANUNCI, FINS
el dia 31 de gener de 2014



centres mèdics eudiet

L'Hospitalet Llob. · Les Corts (Berga) · Jorrollà · Mataró · Granollers