



MATARONÍ'17

PREMI POPULAR AL CIUTADÀ DE L'ANY

Els 10 candidats



Pilar Cantero



Cugat Comas



Clara De Ramon



Carles Estapé



Jaume González



Quim Navarro



Julio Naveira



Carles Prats



Albert Ramos



Lara Santana

COMENÇA LA VOTACIÓ!



MONBLANC

clínica dental

Plaça de les Tereses, 12 Mataró
93 790 32 99 / 608 21 88 77
info@clinicadentalmonblanc.com

IMPLANTS DENTALS

CLÀSSIC
219€
Titani

ALTA GAMMA
597€
Titani

PREMIUM
765€
Titani + Zircòni
*1. de mesura

ORTODÒNCIA NENS I ADULTS

- Convencional
- Autoligable
- Estètica
- Invisible



· Especialistes en atenció a infants amb **patologies especials**.
· Disposem de servei propi de Radiologia en 3D (CBCT)



"L'ASSEGURANÇA DE SALUT DE LA TEVA VIDA"

www.aliancamataro.com

DES DE 23€/MES



ALIANÇAMATARÓ
més enllà d'una mútua



BUENA RENTABILIDAD

Ref. 12813 JTO AVDA.PERÚ: Atención!!! Buen producto por características. Piso de 1/2 altura pocos vecinos. Distribución cuadrada sin pasillos. Para acabarlo a su gusto. 3 dorm 2 dobles. Salón comedor amplio. Cocina buenas medidas. Baño completo.

🏠 **66.000€**



BUENA OCASIÓN

Ref. 12852 ROCAFONDA: Jto. principales calles de la zona en la parte más comercial. 1º de 75 m2 + patio a nivel 40m2 perfecto estado, para habitar, 3 habit. (actual 2) Salón comedor amplio. Cocina buenas medidas. Baño. Suelos gres. Carpintería int. roble y exter. aluminio blanco. Patio 50m2, trastero aluminio. Excelente compra!!!

🏠 **85.000€**



OPORTUNIDAD

Ref. 12764 CENTRO-RONDAS: 1er piso en edificio sin ascensor. 80m2, 3 dor. 2 dobles. Baño completo. Cocina reformada, galería amplia. Salón comedor amplio, balcón exterior. Calefacción. Junto Ronda Alfonso X. Excelente oportunidad!!!

🏠 **125.000€**



BUENA COMPRA

Ref. 12851 MOLINOS: Jto parque Lluís Millet. Zona agradable y tranquila todos los servicios. 97 m2, pocos vecinos. Buen estado sin necesidad de reforma. 4 dor. actual 3 al haber ampliado el salón. Cocina de amplias medidas. Baño con ducha. Calefacción. Pocas escaleras aunque está prevista la instalación de ascensor!!

🏠 **132.500€**



VISTAS DESPEJADAS

Ref. 12803 JTO SORRAL: Vivienda con bonitas vistas despejadas a montaña. Muy luminoso y soleado. 90 m2, salón comedor 22m2 con balcón de 8 m2. Cocina grande tipo office. 4 habit (2 dobles). Gran galería posterior cerrada. Baño completo reform. plato de ducha y aseo de cortesía. Vivienda con ascensor. Calefacción. Suelos de gres. Carpintería exterior de aluminio.

🏠 **158.000€**



UBICACIÓN PERFECTA

Ref. 12240 JTO. ESTACIÓN: Vivienda 90m2 entrar a vivir. Salón comedor amplio. Cocina reformada con gran galería. 4 habit. 2 dobles. Baño completo. Balcón exterior. Suelo gres. Ventanas aluminio. Puertas roble. Calefacción. Piso exterior. Ubicación perfecta junto centro y estación.

🏠 **166.000€**



BUENAS CUALIDADES

Ref. 12844 CENTRO-Z/ESTACIÓN: Edificio reciente construcción y pocos vecinos. Planta baja a pie llano sin barreras arquitectónicas con patio a nivel de 12 m2 y terraza sup. 25 m2. Vivienda impecable. 2 habitac. + estudio/sala abierta polivalente. Salón com., cocina equipada, 2 baños (1 suite) Gres. Calefacción por aire. Puertas cerezo. Bien emplazado junto a estación y centro ciudad!

🏠 **210.000€**



BUENA COMPRA

Ref. 12753VIA EUROPA: Perfectamente situado de las mejores zonas. Magnífico dúplex terraza a nivel 45m2, 90m2., salón comedor espacioso. Cocina equip. 3 dorm. planta superior. 2 baños. Parquet. A.A por conductos bomba frío y calor. Parking incl. Bien emplazado y con terraza a nivel.

🏠 **249.000€**



CASA EN EL CENTRO

Ref. 12848 CENTRO/ARGENTONA: Superficie 125m2 + 35m2 de terrazas, 25m2 de garaje. Totalmente reformadas, 3 plantas. Planta baja: garaje 1 coche, salón 20m2, aseo, cocina 20m2 con chimenea y patio 25 m2. 1ª Pl: 3 habit., despacho, baño y tza 12m2. 2º Pl Golfes. Excelente oportunidad!

🏠 **385.000€**

**¿VEN EL SEU PIS?
...DONCS JA TÉ
UN REGAL**

**TAN SOLS PER ENCARREGAR-NOS
LA SEVA VENDA LI REGALEM:**

**Cèdula d'habitabilitat.
Certificat Energètic.**

Pl. Cuba, 48, Mataró
Tel. 93 757 12 82
info@sucasa.es



registre d'agents immobiliaris
de Catalunya aicat 4129





tot ciutat

Brutal agressió sexual i violació a una noia prop de l'estació de Llaveneres

tot ciutat

Mor Antoni Subirà, mataroní
Conseller i fundador de CDC

tot mataroní de l'any

Coneguem els 10 candidats a 'Mataroní de l'Any 2017'

tot esport

Els no favoritats s'enduen els dos derbis de Tercera Catalana

tot cultura

Comença el nou cicle de tributs a Privat

tot perfil

Armando Erenas,
l'as de les cordes

Bise Solutions

REAL ESTATE & INVESTMENTS

GRUPO INVERSOR INMOBILIARIO
COMPRA Y GESTIONA:

BUSCAMOS SOLARES URBANOS EDIFICABLES

Compra directa o permutas garantizadas.
Total transparencia y seriedad. Solicite una reunión personalizada con nuestros abogados y expertos titulados.

¿Tiene un local vacío?
¿Ni lo vende ni lo alquila?

Trámfelo en vivienda y obtenga la máxima rentabilidad.
Podemos asesorarle y llevarle el proyecto de cambio de uso.
Si lo prefiere, se lo compramos directamente.



TRÁMITES DE HERENCIA

Abogados propios, adelantamos dinero para poder cobrar la herencia.

COMPRAMOS CASAS Y PISOS

En Barcelona y el Maresme. No importa el estado.
Trabajamos con inversores internacionales.

VENTAS POR SEPARACIÓN

Compra directa de la totalidad del inmueble o de la mitad indivisa.

VITALICIOS: ¿QUIERE 300-1.000€/MES?

Le garantizamos el pago mensual de la cuota acordada ante notario.

DESPACHO DE ARQUITECTURA

¿Quiere hacerse la casa de sus sueños?





Opinió: Víctor González

■ “*El meu botó nuclear és més gran i poderós que el teu*”. Com amenaça no està malament, no? La frase la va escriure Donald Trump via twitter i anava dirigida al líder nordcoreà Kim Jong Un. Això era el dia 3 de gener, deu ser la seva forma de felicitar l'Any Nou. De seguida em va venir al cap una frase cèlebre de l'artista, cantant i pensador contemporani basc Evaristo Páramos. Era 1993 i va definir el comportament dels EEUU de la següent manera: “*Johnny coge el bombardero y lo eleva por el cielo, [...] Johnny está en un videojuego, controlando la pantalla, [...] Johnny escribe en una bomba: El petróleo para mí. Y la gente quiere a Johnny, que defiende a su país.*”

La barbolla de Trump en aspectes militars sembla no tenir fi. I què voleu que us digui, a mi no em fa un pèl de gràcia. La relació entre els EEUU i l'acció militar és un binomi inseparable. Només cal veure les vegades que han intervingut amb el seu exèrcit des del 1950.

A Llatinoamèrica en total es comptabilitzen 17 actuacions militars directes, de Cuba a Xile. A l'Àsia i Orient mitjà 9, des de la Guerra de Corea fins a la de Síria. A l'Àfrica 5, la més sonada de totes a Somàlia. Pel que fa a Europa 2, a Bosnià i Hercegovina i, posteriorment, a l'encara existent Iugoslàvia.

En 68 anys d'història els EEUU han intervingut militarment en 33 ocasions. És un cop cada dos anys. Tenint en compte que l'última va ser el 2014 a Síria, ja els hi toca. Què? Ara fa menys gràcia allò del botó, oi?

Una cosa queda clara, i és que el rock radical basc, com sempre, està a l'avantguarda de la geopolítica. La cançó de Johnny és un viu reflex de la persona que ocupa avui en dia la Casa Blanca. Veurem per quant de temps.

Per cert, la cançó acaba de la següent manera: “*Johnny sólo es un cretino que maneja un bombardero. Johnny es un bastardo (x4)*”. Evaristo, el profeta.



ANTONI BLANCH

APLAUDIT: És el director de la Cavalcada de Reis, que altra vegada va enlluernar la ciutat en la nit més màgica de tot l'any.



QUEIXES PELS CAMELS

CASTIGAT: La gent que es queixa de la quantitat de caramels que es tiren a la Cavalcada tenen un barem molt trist per valorar-la. Carbó!



El Circo Italiano va amenitzar amb números ben especials l'arribada dels Reis a l'Ajuntament al final de la Cavalcada. Aquest cap de setmana s'acomiaden de Mataró.

L'ENQUESTA



Et marques bons propòsits després de festes?

46,4% No
38,4 % Sí, sempre
15,2 % Sí, algun any

LA PREGUNTA

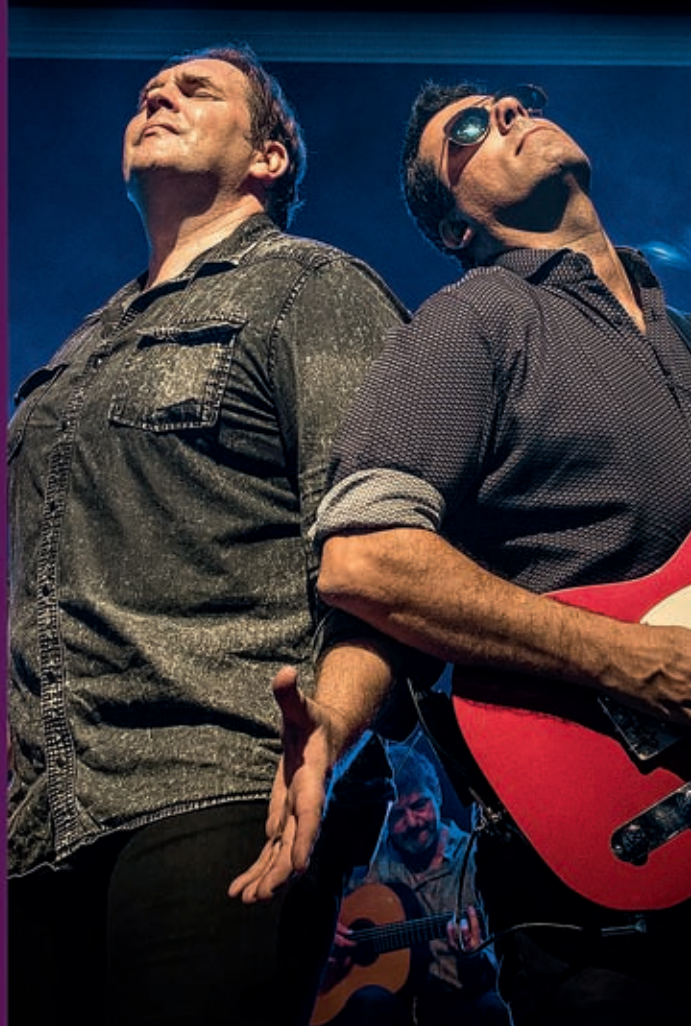
La violència masclista és el principal problema social que tenim?

VOTA L'ENQUESTA A:



TRIBUTO A
EL ÚLTIMO
DE LA FILA

SÁBADO
20.01.18
00:30h



eL último



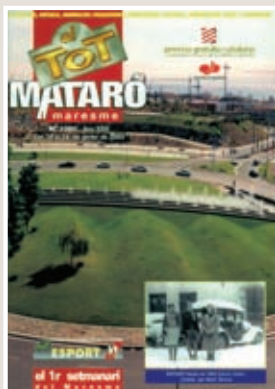
tributo

C/ Francesc Layret 16, 08302 Mataró

www.conciertosmataro.com



De fa 25 anys



De fa 15 anys



De fa 5 anys

La visita dels Reis Mags



Recordem el dia de Reis de l'any 1975, en el qual els Reis Mags d'Orient es disposaven a repartir regals entre diverses entitats benèfiques pels nens i nenes de la zona. A la imatge es pot observar el mataroní Pere Rigau acompanyant als Reis Mags a repartir els obsequis per tota la ciutat.

Rigau va estar molt vinculat a

Mataró en diversos àmbits: va ser el responsable de les corals d'Els Pastorets de Mataró, va col·laborar amb la Sala Cabanyes, amb les parròquies de Santa Maria i Sant Josep i va ser un gran coneixedor de la història i les tradicions mataronines. Com a periodista va començar a Ràdio Maresme i després a Crònica de Mataró, La Vanguardia i Diari Mataró.



Això t'interessa!

El Govern presenta en
Audiència Pública
el Pla d'Acció
i el Pressupost per al 2018

**Dimarts 16
de gener
a les 19.30 h**

**Acte públic
obert a tothom**

Institut Miquel Biada

Sala d'actes

Av. de Josep Puig i Cadafalch, 101, 3a pl.
(equipament accessible)



Ajuntament
de Mataró



www.mataro.cat/plamandat

f Ajuntament de Mataró / Participació Mataró
@matarocat / @ParticipaMataro #AudiènciaMataró



Violació prop de l'estació de Llavaneres

La víctima venia caminant des de Mataró per anar a treballar i després d'una brutal agressió va haver de ser hospitalitzada

Successos: Redacció - ACN

■ Els Mossos d'Esquadra estan investigant una violació que s'hauria produït el passat 28 de desembre a Sant Andreu de Llavaneres. Els fets, que va avançar a incís de setmana

l'ACN, van passar a primera hora del matí a l'entorn de l'estació de tren de Sant Andreu de Llavaneres. La víctima és una dona d'entre 40 i 50 anys i veïna de Mataró que anava a la feina per un camí que transcorre paral·lel al mar i a les

vies del tren, entre les estacions de Mataró i Llavaneres.

Fets esgarrifosos

L'agressor l'hauria sorprès a tocar del pas soterrat de les vies, a l'alçada de la mateixa estació de

Especial
Del 19 de gener
Anuncia't!

el **tot**
MATARÓ
I MARESME

PER ANUNCIAR-VOS-HI:
C/ d'en Xammar, 11, Mataró
T. 937 961 642
info@totmataro.cat

Rodalies de Llaveneres. Segons alguns dels testimonis que la van socórrer, la brutalitat de l'agressió va deixar la dona amb la cara desfigurada i va haver de ser traslladada a l'hospital.

El camí de les vies del tren que va de Mataró a Llaveneres és una ruta de poc més de tres quilòmetres força transitada durant tot l'any. L'utilitzen banyistes per anar a racons de platja allunyats, pescadors, persones que surten a córrer o passejar i també treballadors que opten per anar caminant a la feina en comptes d'agafar el tren.

Aquest darrer és el cas de la víctima de la violació que va tenir lloc el passat 28 de desembre pels volts de les set del matí. La dona, veïna de Mataró, anava a treballar quan va ser sorpresa pel seu agressor, a tocar ja de l'estació de Rodalies de Llaveneres. Eren dos quarts de vuit del matí.

Ingressada a l'Hospital

Alguns testimonis han explicat a l'ACN que van trobar la dona demanant auxili i amb la cara desfigurada. La dona va haver de ser traslladada a l'Hospital de Mataró com a conseqüència de l'agressió. L'Àrea d'Investigació Criminal dels Mossos d'Esquadra s'han fet càrrec de la investigació i al tancament d'aquesta edició no hi hauria encara cap detingut. Per ahir dijous hi havia prevista a Mataró una concentració de condemna.



Condemna dels ajuntaments i la Generalitat

La Generalitat de Catalunya s'ha sumat a les expressions de condemna per la brutal agressió que va patir una dona a finals d'any a prop de l'estació de tren de Sant Andreu de Llaveneres. Els ajuntaments d'aquest municipi i el de Mataró, d'on és la víctima, ja havien fet públic el seu rebuig vers els fets. Per la seva banda, la directora de l'Institut Català de les Dones (ICD), Núria Balada, ha assenyalat que "estem davant l'expressió extrema d'una realitat estructural massa àmplia que és la violència masclista". En un comunicat, Balada ha reiterat el compromís del Govern en l'erradicació de totes les formes de la violència masclista a través de la millora dels mecanismes de prevenció, sensibilització, detecció, atenció i recuperació de les dones, i els seus fills i filles. "L'única via possible és combatre les desigualtats de gènere i avançar cap a una societat igualitària que superi el sistema patriarcal androcèntric i sexista amb un respecte absolut cap a les dones, els nostres drets i llibertat", assenyalava.

La presidenta de l'ICD s'ha posat en contacte amb representants dels municipis afectats pels fets i els serveis que atenen la víctima per interessar-se per la seva evolució i oferir tot el suport i serveis de la institució tant a ella com al seu entorn. Mentrestant, el jutjat d'instrucció número 2 de Mataró ha obert una investigació pels delictes d'agressió sexual, robatori amb violència i lesions.

DESEMBUSSOS DE TOTA CLASSE

5%*
dte.

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



Concentració de rebuig a l'agressió, dimarts passat a Sant Andreu de Llaneres

Cedida

Ja tenen el retrat robot del violador

Unes 200 persones es concentren davant l'Ajuntament de Sant Andreu de Llaneres per condemnar els fets de l'estació de tren

Successos: Redacció -ACN

■ El retrat robot del violador que el passat 28 de desembre va atacar brutalment una dona a l'entorn de l'estació de tren de Sant

Andreu de Llaneres ja és a totes les comissaries de la zona. La víctima, veïna de Mataró, ja ha estat donada d'alta i els investigadors ja hi haurien pogut parlar i fer un retrat robot de l'agressor. Així ho

va explicar l'alcalde de Llaneres, Nani Mora, que va mostrar la seva "màxima confiança" en la policia per tal de poder-lo enxampar al més aviat possible. Mora en va parlar abans d'una concentració

 **ILURO**[®]
TOT EN PORTES I AUTOMATISMES

PROJECTES A MIDA

- PORTES:**
- BASCULANTS.
 - BATENTS.
 - CORREDISSES.
 - ENROTLLABLES.
 - SECCIONALS.
 - AUTOMÀTIQUES.
 - BALLESTES.
 - BARRERES I PILONES



Totes les portes amb comandament a distància

T 937 551 011 · www.portesiluro.com

Ronda Països Catalans 35, Mataró · GRATUÏT // Avda. Rafael Casanova 5 · Sabadell · T 935 668 213

que va reunir dimarts prop de 200 persones a la plaça de la Vila del municipi per condemnar els fets. "Som un poble unit contra la violència", va dir a regidora Anna Sosa, encarregada de fer lectura del manifest de rebuig: "La violència masclista no és problema de les dones, és problema de tots".

L'alcalde de Llaveneres, Nani Mora, diu que el retrat robot és poc intel·ligible per a persones no avesades a aquest tipus de material perquè són "traços molt grossos". Malgrat tot assegura que els professionals confien en que els sigui d'utilitat per poder enxampar l'home que va sorprendre la veïna de Mataró, quan anava caminant cap a la feina a primera hora del matí.



Que es confiï en la policia

L'alcalde demana paciència a la població i confiança en la feina de la policia: "Estan fent una bona feina i vigilant el poble i malauradament aquest cas és una cosa aïllada. Estem protegits, tot i que creiem que ho estem poc". En aquest sentit, explica que la Policia Local del municipi "passa cada matí per l'estació" i assegura que el dia dels fets feia només mitja hora que

havien marxat d'allà.

Al municipi també hi ha habitualment patrulles de paisà per diferents zones del municipi. "Les càmeres de l'aparcament i del perímetre de l'estació també funcionen però malauradament no

podem arribar a tot arreu", s'ha lamentat l'alcalde. Pel que fa a la víctima, espera que els protocols funcionin i "l'ajudin a superar el trauma", va dir l'alcalde de Llaveneres, Nani Mora, visiblement emocionat.

La moda
 C/ Sant Josep, 26 de Mataró
 937 410 055
 www.lamodanuvies.com

Tenim un gran assortit de vestits i complements per a la teva Comunió

Vestits de Comunió des de 100€

10% dte. si compreu el vestit dins del mes de febrer

Mor Antoni Subirà, exconseller d'indústria i fundador de CDC



L'exconseller i polític Antoni Subirà, en imatge d'arxiu



El mataroní va ser diputat de CiU al parlament durant les primeres quatre legislatures

Política: Redacció - ACN

■ L'exconseller d'Indústria i fundador de Convergència Democràtica de Catalunya (CDC), Antoni Subirà, va morir diumenge als 77 anys.

Subirà –juntament amb Miquel Roca i Junyent, Antón Canyelles i Jordi Pujol– va ser un dels ideòlegs de CDC en la clandestinitat. Un cop instaurada la democràcia, va ser diputat per CiU al Parlament durant les quatre primeres legislatures i portaveu del grup parlamentari entre el 1982 i el 1989. Aquell mateix any va ser nomenat conseller d'Indústria i Energia (reconvertit

el 1996 en departament d'Indústria, Comerç i Turisme), càrrec que exercí fins al 2002. Des d'allà va impulsar la internacionalització del sistema productiu català i també nombroses infraestructures tecnològiques avançades de servei als diferents sectors.

Subirà va néixer a Mataró el 1940 i era fill d'una família d'industrials. El 1962 es va doctorar en Enginyeria Industrial a la Universitat Politècnica de Catalunya, i més tard va obtenir el títol de màster en ciències al Massachusetts Institute of Technology de Cambridge el 1965, any en què s'incorporà a l'Institut

d'Estudis Superiors de l'Empresa (IESE). Entre el 1979 i el 1988 va ser president del consell d'administració del diari 'Avui'.

Després de l'etapa com a polític es reincorporà a l'IESE. El 2003 va ser condecorat amb l'Orde del Sol Naixent amb Raigs d'Or i Insígnia de Coll del Japó. Des del 2010 era membre del Patronat de la Fundació Enciclopèdia Catalana, i el gener del 2016 va ser nomenat president de la Fundació Enciclopèdia Catalana, substituint Jordi Porta. Aquell mateix any també va assumir la presidència del consell d'administració del grup d'empreses encapçalat per Enciclopèdia Catalana, i del qual depenen la comercialitzadora DIGEC, l'editorial La Galera, les participacions a Edicions 62 i la distribuïdora Àgora.

Reaccions de condol

A través de les xarxes socials, Carles Puigdemont va assegurar que "li devem moltes coses, especialment el paper internacional exitós de Catalunya en política de clústers". Per la seva banda, Josep Rull el va definir com un "patriota, honest i compromès" i va assegurar que va ser "una persona clau per entendre l'agenda modernitzadora d'aquest país". Subirà va ser enterrat dimecres.



Un home molt actiu



iquodrive
ara és



ESCLAT

online

Consulta els avantatges i les noves condicions a:
www.bonpreuesclat.com



Ctra. Nacional II, número 70
MATARÓ - CABRERA DE MAR

 clientonline@bonpreu.cat
 900 500 005



LES CLAUS PER
PODER DIR QUE
AQUEST ANY SÍ!



Mai és tard per canviar
el teu estil de vida.

LA TEVA ASSEGURANÇA DE SALUT
www.clinicaissa.com



C. Nou, 46 · Mataró · T 937 902 214



VOUS Propòsits



Ets dels que te'n rius dels amics o familiars que es marquen noves fites amb el canvi d'any? Passa de pàgina. En aquest especial el que volem és tenir les idees clares i sobretot demostrar les ganes de canviar d'hàbits, d'assolir objectius, de fer que aquest 2018 sigui l'any en què ens en sortim. Amb el nou any tot just encetat ara és el moment.

Sigui cuidar la línia, tenir cura amb què mengem o fer esport. Sigui cuidar la salut i deixar-se ajudar. Sigui formar-se, estudiar. O el clàssic deixar de fumar. Si limitem els bons propòsits a un exercici de Cap d'Any, les bones prestacions no arribaran a febrer. Proposem-nos canviar. Girem-nos com una truita o un mitjó. Diguem clar que, amb ajuda, aquest any sí!

CLASSES DE: PIANO GUITARRA BAIX TECLAT
SAXO CLARINET BATERIA CANT

AQUEST ANY NO TENS EXCUSA!

MUSICAL MATARÓ C/ Sant Josep 37 Mataró · tel. 93 790 50 89

L'osteopatia: l'ajuda que necessites

Nous serveis, nova ubicació

C/ Sant Joaquim, 32 · Mataró

mc

Osteopatia i Salut
Montserrat Cabré

Amb 14 anys d'experiència en el camp de la fisioteràpia i 8 especialitzada en l'osteopatia, Montserrat Cabré és la referència d'aquesta disciplina a Mataró. Les noves instal·lacions d'aquest centre de salut al carrer Sant Joaquim de Mataró suposen un salt endavant de qualitat, i situen l'osteopatia en les seves diferents aplicacions com la resposta a moltes preguntes que ens fa el nostre cos. Cabré sintetitza la seva filosofia de treball assegurant que "no ens hem d'acostumar a conviure amb dolor, sinó desxifrar d'on prové i poder-lo erradicar". Aquesta és la clau.



"Tots els dolors del nostre cos tenen una explicació, un motiu, una arrel. Nosaltres treballem per recuperar l'equilibri del cos, per desbloquejar les parts que no funcionen bé i per remetre el dolor". Aquesta explicació de l'osteopatia de la Montserrat Cabré va més enllà de les definicions convencionals de l'osteopatia, però serveix per entendre ben bé en què ens pot ajudar aquesta disciplina: treballant bàsicament sobre pelvis i columna, l'osteopatia estructural és potser la branca més coneguda: la que actua sovint sobre l'origen dels dolors en forma de males postures, però l'acció del professional també incideix sobre elements viscerals o també sobre l'especialitat cranial. Al centre d'osteopatia i salut Montserrat Cabré hi treballen les tres disciplines en una mateixa sessió d'una hora de durada, en les quals consta d'una entrevista personalitzada, l'exploració de l'organisme per detectar les anomalies i tractament manual personalitzat.

Són molts els dolors comuns que poden obtenir remei en una sessió d'osteopatia. Des del conegut bruxisme "rascar les dents de nit" a les migranyes, les lesions esportives, problemes com acidesa o restrenyiment, males postures en ciclisme, dolors de lumbars o d'esquena. Cabré insisteix: "Tots els dolors tenen un motiu i amb un tractament personalitzat podem trobar la causa i fer-lo desaparèixer". Els experts recomanen per a tothom com a mínim una visita a l'osteòpata a l'any.

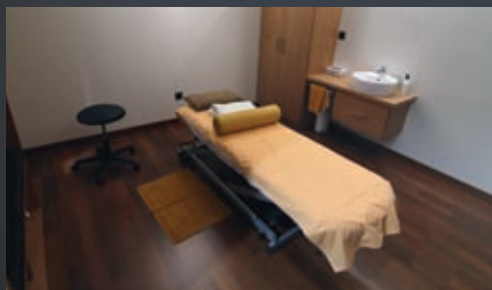
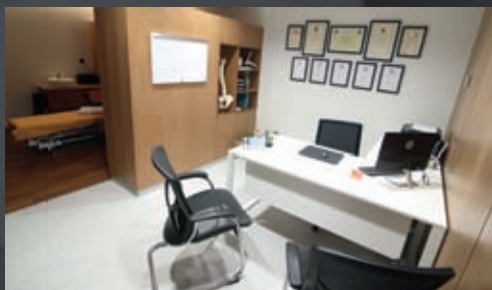


Especialistes en osteopatia pediàtrica i sòl pèlvic

Hi ha dos àmbits en què Montserrat Cabré és especialista de referència al Maresme. Per una banda està formada com a osteòpata pediàtrica una variant poc coneguda i altament adient. És recomanable de visitar-se tant la mare durant l'embaràs i postpart, com l'infant durant els primers mesos de vida.

Tot el referent a l'enfortiment i recuperació del sòl pèlvic entre les dones és l'altra àrea on és especialista el nou centre. Forma part de l'equip una fisioterapeuta especialitzada en aquest camp, un tipus de dolor molt comú en les dones. Un total de quatre professionals treballen al nou centre que també ofereixen classes dirigides en grup (higiene postural, hipopressius, i en forma a la tercera edat).

L'OSTEOPATIA ET POT AJUDAR DAVANT:



- Preparació del part.
- Control dels nadons.
- Trastorns del son.
- Traumatismes.
- Migranyes i mals de cap.
- Alteracions cycle menstrual.
- Posició durant l'embaràs.
- Lesions esportives.
- Dolors musculars.



ENCAMINA EL TEU

FUTUR PROFESSIONAL

Per encaminar el futur professional és important estar al dia i formar-se en l'àmbit escollit. Una manera ideal d'aconseguir-ho és assistint als cursos de l'Acadèmia i Escola d'Adults Triangle, un centre de formació especialitzada -situat al centre de Mataró- que forma als alumnes en diversos camps per tal de garantir la superació de proves de gran dificultat com les proves PAU, les proves per a ser Mossos d'Esquadra, les d'Agent Rural o les de Policia Local, entre moltes d'altres.

A Triangle també ofereixen formació per a treballar a l'Ajuntament, preparar-se per ser Auxiliari de veterinari o perruquer caní, entre altres opcions. Pels que encara no tinguin el Graduat en ESO, a més, l'Acadèmia Triangle ofereix un curs a mida per treballar totes les matèries necessàries per obtenir-lo en el mateix centre.



Bona preparació

Les proves existents per entrar al cos dels Mossos d'Esquadra, de la Policia Local o per ser Agent Rural són complexes i requereixen molt estudi i preparació. Per presentar-s'hi ben format i amb el contingut ben après, pot ser molt útil l'ajuda dels professors d'acadèmies que ofereixen suport i assessorament personalitzat, així com un seguiment de la formació per garantir un aprenentatge complet.

Formar-se amb l'oferta de cursos especialitzats de l'Acadèmia i Escola d'Adults Triangle

TRIANGLE
ACADEMIA

PROPÒSITS per al 2018

- Treballar de Mossos d'Esquadra
- Treballar d'Agent Rural
- Treballar de Policia Local
- Treballar en un Ajuntament
- Preparar-me com auxiliar en veterinària o perruqueria canina
- Treure'm el Graduat en ESO

93 790 33 45
C/Sant Josep Oriol, 21, Mataró
www.triangle-academia.com

MATRÍCULA GRATIS GENER GRATIS WELLNESS GRATIS

Fitness Factory
Club

Quota des de

36€
al mes

- 200 CLASSES DIRIGIDES A LA SETMANA
- PROGRAMA D'ENTRENAMENT PERSONALITZAT

Camí Ral 39 - 41, MATARÓ · T 937 575 900

P PÀRQUING GRATUÏT

BASIC FACTORY

Quota des de

18'90€
al mes

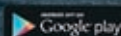
- DUTXES GRATUÏTES
- SALA D'SPINNING
- PROGRAMA D'ENTRENAMENT PERSONALITZAT

200 màquines d'última generació

Camí Ral 19, MATARÓ · T 937 575 900

P PÀRQUING GRATUÏT

Descarrega't la
nova APP Fitness Factory



ELIMINA ELS "PITIS" DE LA TEVA VIDA

Moltes persones fumadores s'han plantejat o proposat deixar de fumar en algun moment i aconseguir-ho és possible, només cal fer-ho amb convenciment i tenir prou força de voluntat per superar els moments de dubte. Deixar de fumar no consisteix només a prendre la decisió, sinó que requereix iniciar un procés llarg, que implica un esforç i pel qual no existeix cap fórmula concreta per aconseguir-ho. Tot i això, deixar-ho no és impossible i a continuació oferim una sèrie de recomanacions que poden ajudar a assolir-ho.

És important que tinguem presents els motius que ens porten a deixar de fumar: per tenir més salut, raons econòmiques o donar exemple als fills poden ser alguns exemples. Apuntar-los a una llista i posar-los a algun lloc visible pot fer que, en els moments de dubte, ens mantinguem fermes en el nostre propòsit. Decideix una data en les pròximes setmanes que concreti el dia que deixaràs de fumar cigarretes. Així, podràs fer-te'n a la idea. No oblidis parlar-ne amb les persones amb qui confies perquè et puguin animar i donar un cop de mà en els moments difícils.



NERVIS I TENSIÓ: QUE NO PUGUIN AMB TU

Quan arribi el dia en qüestió, proposa't no fumar en tot el dia i no et preocupis pel futur. Pot ser que la falta de nicotina i l'anomenat síndrome d'abstinència et facin estar més tens o nerviós els primers dies o setmanes. Pots intentar fer exercicis de relaxació o prendre una til·la per ajudar al teu cos a relaxar-se.

Acceso ilimitado
de 6h a 24h - Todos los días

9'95€*
IVA incluido
el primer mes

El deporte 100% low cost
* Contratación mínima de un año y 20% de matrícula. 19,90€/mes

VITA LIBERTÉ
www.vitaliberte.es

**CAMÍ DEL MIG 75
PASSATGE DE LA BÒBILA
MATARÓ**

638 414 644



USTRELL·GARCIA
CLÍNICA DENTAL

2018

- ANAR AL GIMNÀS
- ESTUDIAR ANGLÈS
- VIATJAR
- SOMRIURE MÉS



T'ajudem a fer realitat
els teus propòsits

Després de 15 anys a Mataró, el teu equip de confiança

TOTES LES ESPECIALITATS

ODONTOLOGIA CONSERVADORA
IMPLANTOLOGIA AVANÇADA
ORTODÒNCIA / INVISALIGN
ESTÈTICA DENTAL
ODONTOPIEDIATRIA

PROMOCIONS ESPECIALS

- TREBALLADORS DE CENTRES SANITARIS*
- MÉS GRANS DE 60 ANYS
- FAMÍLIES

* Truca'ns i informa't.

1^a VISITA I RADIOGRAFIES GRATUÏTES

Via Europa, 157 baixos
08303 Mataró

PARQUING PER A PACIENTS

1 8 C-18 C-30 C-30

www.ustrellgarciaclinicadental.com

Segueix-nos a facebook!

@ustrellgarciaclinicadental

93 328 56 14



PER UN 2018

MÉS LLEUGER

Un cop s'acaba l'any és el moment de fer una petita llista amb aquelles coses que ens agradaria canviar de cara a l'any que comença, projectes que ens agradaria començar o acabar, i molt més. Un dels propòsits més comuns en començar l'any és el de perdre pes o, relacionat amb això, el d'estar més en forma o menjar aliments més saludables. Hi ha moltes dietes i consells per perdre pes, però fer-ho d'una manera saludable i que duri en el temps no és gens fàcil.

Moltes dietes ràpides ajuden a perdre uns quilos de manera quasi miraculosa. Aquestes dietes ajuden a perdre un pes que, amb l'efecte rebot, a la més mínima es recupera amb rapidesa. Els experts recomanen que la dieta es faci ben feta, amb el seguiment i els consells d'especialistes, i sense intentar córrer. Perdre pes a poc a poc fa que es pugui mantenir la línia amb més facilitat i que s'eviti el sobtat "efecte rebot". A més, és bàsic modificar els nostres hàbits de consum i activitat física per aconseguir aquest objectiu de mantenir un pes més baix.

UNA ACTITUD OPTIMISTA

És força comú que aquells que volen perdre pes comencin les dietes amb negativitat i sense motivació perquè veuen la dieta com un camí ple d'obstacles. Després d'haver intentat perdre pes en diverses ocasions, és difícil afrontar-ho amb optimisme. Tot i això, una bona actitud davant el canvi que es vol viure és bàsica per acabar la dieta amb èxit complint les expectatives esperades. Una clau per aconseguir l'èxit és encarar la dieta amb pensaments positius perquè, al cap i a la fi, serà un procés que et farà sentir millor. ■



Un dels propòsits més comuns un cop comença l'any és baixar de pes, estar més en forma o adquirir hàbits de vida més saludables

Ser constant

Una altra clau perquè la dieta funcioni és establir pautes diàries i complir-les amb constància. Per exemple, és important menjar a la mateixa hora cada dia, el mateix nombre d'àpats i planificar la compra amb anterioritat.

Fer esport

Sens dubte, acompanyar la dieta d'esport és bàsic per assolir el propòsit de perdre pes durant aquest 2018. A més de perdre pes, fer esport t'ajudarà a sentir-te actiu, veure't més fibrat i a actuar el metabolisme.



La Quiropràctica
a l'abast de tothom!
No deixis de cuidar-te
pel preu...
fora excuses!

OFERTES GENER:

**1a visita
+ Ajust
Quiropràctic**

29€

(Preu normal 70€)

**1a visita
+ 2 Ajustos
Quiropràctics**

49€

(Preu normal 110€)

Donem solucions a:

- Mal de cap
- Migranya
- Hèrnia discal
- Escoliosis
- Cervicàlgia
- Lumbàlgies
- Vertígens
- Marejos
- Acúfens
- Correcció de postura

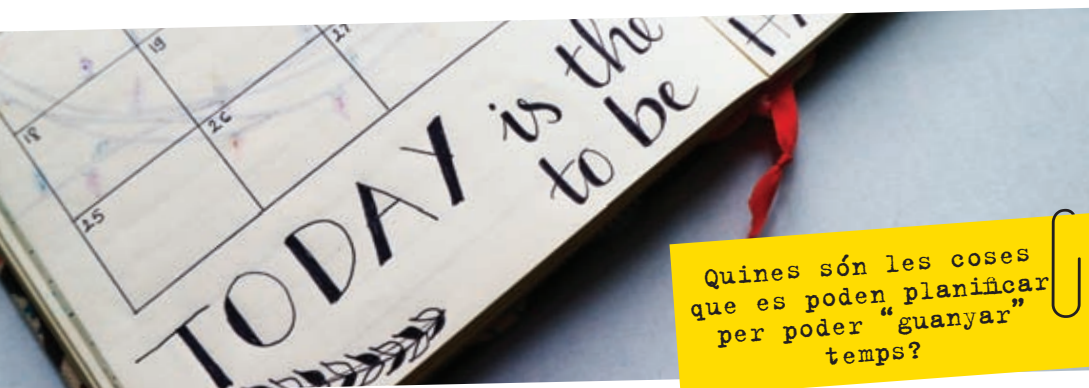
Treballem en sala privada

**TENIM ELS PREUS
MÉS BAIXOS
DEL MARESME!**



TRUCA'NS ARA AL: 937 574 368

C. TETUAN, 61, baix, Mataró · facebook.com/iluroquiropactic



Una de les coses més típiques en aquestes dates és plantejar-nos bons propòsits per realitzar al llarg de l'any que tot just comença: fer més exercici, deixar de fumar, estudiar idiomes o llegir més. Aquest any ens podríem plantejar organitzar-nos millor el temps, no? Saps per on començar? Amb una bona organització de les nostres rutines diàries podem aconseguir treure temps d'on fins ara no en teníem i utilitzar-lo en les coses que realment ens agraden i que sempre es queden sense fer: anar al gimnàs o a fer un partit de pàdel, sortir a caminar o a fer un cafè amb els amics. El que sigui!

LES RECOMANACIONS

• **Els menús de la setmana:** Ja n'hem parlat diverses vegades. Es tracta de fer un calendari setmanal i posar-hi els diferents àpats a realitzar, tant per dinar com per sopar. Això facilitarà les coses a l'hora de preparar-los, perquè ja no hauràs de pensar què fer a cada moment. També farà més ràpida la preparació de la llista de la compra, ja que sempre sabràs què necessitaràs i mai et faltaran ingredients per preparar-ho. A l'hora de triar els menjars, feu-ho de manera que n'hi hagi alguns que es puguin deixar fets amb antelació o que es puguin tenir congelats.

• **Les accions que saps que no pots deixar de fer:** La neteja de la casa i la roba, la compra, els desplaçaments dels nens a les seves activitats... aquestes dependran de cada família i de les seves necessitats. El que funciona molt bé és tenir un planificador setmanal en un lloc de fàcil accés per tots. Allà es poden anar distribuint totes aquestes accions en funció del dia que s'han de fer. I fàcilment veurem els espais que ens queden buits, que seran els que aprofitarem per fer les coses per les quals mai tenim temps.

• **Fer la compra online:** La majoria de grans supermercats ofereixen la possibilitat de fer la compra des de casa i incorporen l'opció de guardar les anteriors llistes de la compra. Així, si sempre compres les mateixes coses, no cal ni que les tornis a seleccionar. Només recuperant la llista guardada ja ho tens llest. Calcula el temps que et pots arribar a estalviar!

• **No acumular:** Si aconseguim no acumular coses que no utilitzem a casa nostra, reduïrem molt el temps de neteja i d'ordenació de les diferents habitacions. No és el mateix, per exemple, netejar la pica d'un lavabo on només hi ha un got amb els raspalls de dents i poca cosa més, que haver de treure multitud de pots, productes i altres estris acumulats.

• **Amb la col·laboració de tota la família:** Si es treballa entre tots, la feina queda més repartida i tothom disposarà de més temps per les seves coses. Assigneu una tasca a cada membre de la família i que se'n responsabilitzi. També és una bona manera d'augmentar el sentit de responsabilitat i l'autoestima dels petits de la casa, si veuen que se'ls té confiança per fer aquest tipus de tasques.

• **Fes llistes:** Si teniu un dia o una setmana complicada, fer llistes prioritzant les tasques, farà que no perdeu temps i us pugueu centrar en el que s'ha de fer, sense perdre temps anat d'una tasca a una altra.

Aquestes són algunes de les coses que es poden anar fent. Segur que vosaltres en teniu algunes més. Us convido a que les compartiu amb mi.

Àmmia Serra | www.enjoyorder.net



CENTRE NATACIÓ MATARÓ

de matins
o de nits?

FES-TE SOCI ARA

FINS AL 31 DE GENER

I TINDRÀS LA MATRÍCULA GRATUÏTA!

Agenda

/// Guia cultural //////////////////////////////////////

MAIO DE SAL, VERMUT MUSICAL A Cerdanyola

Diumenge

14

de gener

12h //
Plaça de Canyamars
(Mataró) //

Maio de Sal són quatre dones que ens porten de viatge pel Brasil, Portugal i Cabo Verde. Repertori i arranjaments creats amb delicadesa que creen allà on van una atmosfera càlida i plena de bon feeling. Elles són les protagonistes d'un nou Vermut Musical de la Casa de la Música, en aquesta ocasió a Cerdanyola per redescobrir un espai especial i amb encant com és la Plaça de Canyamars.



+ INFO // www.totmataro.cat/agenda

MÚSICA //

The Void + Tatsumi & Masako

Divendres 12 gener / 20h / L'Arc Cafè Cultural (c. d'en Pujol, 26. Mataró) / Entrada: 3€.

Presentació del videoclip del tema 'Geometria Orgànica' i concert de Tatsumi & Masako, banda de pop sintètic. The Void és l'alter ego de Xevi Bruguera.

'Fitos y el Fitipaldi'

Dissabte 13 gener / 0.30h / Sala Privat (c. Francesc Layret, 16. Mataró) / Entrada: 6€.

Concert de la banda formada al 2009, composta per a 6 músics, dedicada a fer tribut al conegut grup de rock "Fito y Fitipaldís".

Sandra Bautista

Dissabte 13 gener / 20h / L'Arc Cafè Cultural (c. d'en Pujol, 26. Mataró) / Taquilla inversa.

Concert de la cantant i compositora en un format íntim i proper.

Arenys de Swing

Diumenge 14 gener / 11.30h / CC Calisay (Riera Pare Fita, 31. Arenys de Mar)

Ballada mensual de Swing oberta a tothom, organitzada pels Chickens Hoppers d'Arenys de Mar.

Concert de Reis

Diumenge 14 gener / 12h / Les Esmandies Casal de Barri (Rda. O'Donnell, 94. Mataró)

Concert de la coral l'Arquera del Casal de Gent Gran Jaume Terrades.

Oscar Torres

Diumenge 14 gener / 20h / L'Arc Cafè Cultural (c. d'en Pujol, 26. Mataró) / Taquilla inversa.

El músic mataroní ofereix un concert de rumba en solitari i en format acústic.

The Benzer's

Divendres 19 gener / 20h / L'Arc Cafè Cultural (c. d'en Pujol, 26. Mataró) / Taquilla inversa.

Concert de la banda de versions de soul, funk i rock, amb energia, festa i bona música.

'El Último Tributo'

Dissabte 20 gener / 0.30h / Sala Privat (c. Francesc Layret, 16. Mataró) / Entrada: 6€.

Concert de la banda tribut a "El Último de la Fila".

MÚSICA /

JazzClap: Pep Gol

Dijous 18 gener / 21.30h / Sala Clap (C. Serra i Moret, 6. Mataró) / Preu: 12€ (amb sopar). Taquilla: 5€. Jam session de Jazz amb el trompetista Pep Gol com a convidat especial, una de les ànimes de La Vella Dixieland.



ÒPERA /

'Rigoletto' de Giuseppe Verdi

Dimarts 16 gener / 20.15h / Foment Mataroní (c. Nou, 11. Mataró) / Preu: 16-18€. Teatre Principal (c. Església, 45-47. Arenys de Mar) / Preu: 15-17€. Projectió en directe des de la Royal Opera House de Londres.

TEATRE I DANSA //

'Els Pastorets de Mataró'

Dies 13 i 14 gener / Dissabte 19h i diumenge 17h / Sala Cabanyes (La Riera, 110. Mataró) / Preu: 18€. També dies: 20, 21, 27, 28 gener, 3 i 4 febrer.

Tradicional espectacle centenari del Nadal. Direcció: Marc Molina. Direcció musical: Jordi Lluch. Coreografia: Maria Garriga.

'El florido pensil'

Diumenge 14 gener / 18.30h / Foment Mataroní (c. Nou, 11. Mataró).

XIV Mostra de Teatre Amateur. Representació del Grup de Teatre del Centre Moral d'Arenys de Munt.

'Els Pastorets. L'Estel de Natzaret'

Dies 13 i 14 gener / Dissabte 19h i diumenge 18h / Teatre de Can Madrona (Vilassar de Mar) De Ramon Pàmies. Representació de l'Associació Cultural Nats el 51.

Dansa: 'Sommes-nous?'

Divendres 19 gener / 20.30h / Can Gassol (Pl. de la Pepa Maca, 15. Mataró) / Gratuït amb invitació Assaig obert de la companyia "Si

tu t'imagines", sota la direcció d'Olivier Déciaud.

BIBLIOTECAS INFANTIL //

Biblioteca Pompeu Fabra (pl. Occitània, s/n. Mataró)

Divendres 12 gener / 18h: El Club dels Superagents Lectors: "La pel·lícula de la vida" de Maite Carranza. Tertúlia literària per a nois/es de 9 a 12 anys.

Dimarts 16 gener / 18h: La petita Hora del conte (0 a 4 anys): "Món dels sons i colors", titelles explicaran contes i cantaran cançons. A càrrec de Laura del Barret.

Vine a conèixer l'última tecnologia en audiófons

en exclusiva a ONAcústica

L'audiòfon que obre un món a la seva audició. Amb totes les nostres garanties.

Audiòfons a partir de 360€.

Fins a 5 anys de garantia (depenent de marca i model).
4 anys de piles gratuïtes. Tota la nostra garantia d'adaptació.

ONAcústica CENTRES AUDITIUS

Rda. Prim, 67-69 08302 Mataró | Tel. 93 799 98 92
www.onacustica.net | onacustica@onacustica.net

 **INFANTIL /**

'Alcoy en jocs'

Diumenge 14 gener / 12h / Ca l'Arenas (C. Argentona, 64, Mataró)
A través d'una sèrie de jocs i activitats plàstiques coneixerem el món màgic del pintor Eduard Alcoy i participarem del seu particular univers. Nens i nenes de 6 a 10 anys.



Biblioteca Popular Fundació

Iluro (c. d'en Pujol 19-25, Mataró)
Divendres 12 gener / 17.30h: El conte de la rotllana: "En Patufot" de Vivim del Cuentu.
Dimecres 17 gener / 17.30h: Art Time "Antoni Gaudí", de Dàlia Adillon Marsó. Conte i taller d'activitats plàstiques.
Dijous 18 gener / 17.30h: Dijous a la Biblio "La Brunilda astronauta" de Valerie Thomas.

Biblioteca Antoni Comas (C. de Prat de la Riba, 110, Mataró)

Divendres 12 gener / 18h: Taller familiar: "Joc de Mikado", a partir de 6 anys.
Dimarts 16 gener / 18h: La porta màgica: Tertúlia literària nois i noies d'11 a 13 anys, sobre 'L'Agni i la pluja', de Dora Sales.
Dimecres 17 gener / 18h: L'Hora del conte especial "La Marta i la xocolata", de Lia Bertran.

'Un llençol d'estels'

Diumenge 14 gener / 17.30h / Ateneu Vilassanès (c. Sant Josep, 35, Vilassar de Mar) / Preu: 4,5€. Espectacle musical a càrrec de la Cia. Pep López (públic familiar).

Cine & Crispetes: 'Vaiana'

Diumenge 14 gener / 17.30h / Centre Moral (Rambla Francesc Macià, 57, Arenys de Munt) / Preu: 6€. Menors 25 anys: 4€. Cicle de cinema familiar en català, amb la projecció de la pel·lícula de Disney.

'Notes de Viatge'

Diumenge 14 gener / 18h / La Sala d'Argentona (Pl. Nova, s/n, Argentona) / Preu: 7€. Espectacle familiar i per a tots els públics. Organitza: Xarxa.

'Contes de somnis'

Dijous 18 gener / 18h / Biblioteca Fidel Pare Fita (c. Bonaire, 3, Arenys de Mar)
Hora del conte a càrrec d'Estel Doy i Laura Albuquerque.

 **XERRADES I LLIBRES /**

'La Literatura: paisatge i memòria notarial'

Dissabte 13 gener / 20h / Casa Gòtica (Pl. de l'Església, 4, Argentona)
Conferència a càrrec del Dr. Llorenç Soldevila.

'I sota les llambordes... l'arqueologia: dels primers argentonins a la Campana Juliana'

Dissabte 13 gener / 20h / Casa Gòtica (Pl. de l'Església, 4, Argentona)
Conferència i resultats de les darreres excavacions, de Cesc Busquets i Míriam Esqué, arqueòlegs.

'Per què salto'

Dilluns 15 gener / 19h / Biblioteca Fidel Pare Fita (c. Bonaire, 3, Arenys de Mar)
Tertúlia al voltant de la novel·la de Naoki Higashida. A càrrec de Montserrat Fonoll.

 **CONFERÈNCIA /**

'Picasso i l'aventura de la ceràmica'. La col·lecció de ceràmica de la Fundació Palau'

Dissabte 13 gener / 11.30h / Fundació Palau (La Riera, 54, Caldes d'Estrac)
A càrrec del degà de la Facultat de Belles Arts de Màlaga.

'Literatura francesa'

Dimarts 16 gener / 19h / Dòria Llibres (C. Argentona, 24, Mataró) / Preu: 30€ (3 sessions, 1 mes). Club de lectura conduït per Glòria Farrés. 1a sessió: "La pedra de la paciència", d'Atiq Rahimi, premi Goncourt 2008.

'El carrer de les Camèlies'

Dimecres 17 gener / 19h / Biblioteca Municipal (c. Gran, 3-5, Argentona)
Tertúlia literària al voltant del llibre de de Mercè Rodoreda.

'Fer-se totes les il·lusions possibles', de Josep Pla

Dijous 18 gener / 19.30h / Dòria Llibres (C. Argentona, 24, Mataró)
Presentació del llibre amb el curador de l'obra, Francesc Montero, i l'escriptor i periodista Joan Safont.

 **RUTES I VISITES //**

Un tast d'art a Ca l'Arenas

Dissabte 13 gener / 18h / Ca l'Arenas (c. d'Argentona, 64, Mataró). Visita guiada per l'arquitectura de la Casa Arenas, la figura de l'artista i la rellevància de la col·lecció d'art.

Conjunt barroc dels Dolors

Dissabte 13 gener / 11.30 i 18h / Basílica Santa Maria (Mataró) / Preu: 6-8€. Inscripcions: 659.132.649. Visita guiada per descobrir la Capella, la sagristia i la Sala de Juntes del conjunt barroc, obra del pintor Antoni Viladomat.

POESIA /

Perifèric Poetry: 'Ariadna Bertan + micro obert'

Dimecres 17 gener / 21h / Cafè de Mar (c. Santa Rita, 1. Mataró / Taquilla inversa.

Espectacle de micro obert de poesia, amb la participació d'Ariadna Bertran, una poeta performer.



FESTES I FIRES //

Festa Major d'hivern Sant Julià

De l'11 al 14 gener / Argentona

Divendres 12: De 17 a 19h a la Pl. Nova, Taller familiar Sonàrium "El Viatge dels Sentits". 20.30h, al Centre Parroquial, Teatre "Brujas" (preu: 5€). 22.30h, a l'espai Cal Guardià, GARRIVERN: concerts de Miquel del Roig, Adala & The Same Song Band i Dj Hochi.

Dissabte 13: V Torneig Escacs, "Escac i Mat", De 10 a 14h a l'Escola Argentona. 11.30h, Cercavila de Gegants. 12h Pl. Nova, Acrobàcia i humor. 12.30h terrassa Església Sant Julià, Sardanes. 13h pista Centre Parroquial, Espectacle d'Acrosport i Gimnàstica. 16h pl. Nova, Trobada d'Hereus i Pubilles, visita guiada pel centre històric. 18h a La Sala d'Argentona, Concert de Festa Major amb l'Orquestra Maravella (preu 4€). De 17.30 a 19h a la pl. de Vendre, 10a Mostra de Bestiari de Foc. 19h, Tabalada "És l'hora del Foc i les Bèsties". 19.15h, Petit Correfoc dels Banyetes. 19.30h, Cercavila de Bèsties de Foc. 23 h a La Sala, Ball de Festa Major. 23h espai Cal Guardià, GARRIVERN: concert Pelukass i Garri Dj.

Diumenge 14: 9h, plantada de gegants. 11h, Cercavila de Gegants i Grallers amb les Colles Geganteres Convidades. De 9 a 13.30h, Trobada de Plaques de Cava. 12h, Tradicionals Tres Tombs. En acabar a l'espai Cal Guardià, Vermut

Jazz de Festa Major. 17h al Centre Parroquial, Trobada d'Escacs. 19.30h a l'Ajuntament, Píromusical.

Fira de Brocanters

Diumenge 14 gener / De 10 a 14h / La Riera, davant del C.C. Calisay (Arenys de Mar)

Fira-mercat de col·leccionisme.

TALLERS I CURSOS //

Taller de dibuix amb model

Dissabte 13 gener / D'11 a 13h / Taller Gravat (C. Josep Montserrat Cuadrada, 43. Mataró) / Preu: 10€ (no inclou material).

Sessions de dibuix amb model al natural, amb tècnica lliure.

Activitats veïnals Pla d'en Boet - 2n trimestre (gener-març)

Inscripcions: dt i dj 18.30 a 20h. Centre Cívic Pla d'en Boet (c. Juan Sebastian Elcano, 6. Mataró). Tel.93.757.76.52.

Tai-Txi (dimecres), loga (dilluns i dimecres), Gimnàstica (dimarts, dimecres, divendres), Country (dimarts i dijous), Sevillanes (dijous), Informàtica (dijous), Pintura (dilluns), Reiki (dimecres), Manualitats (dimarts), Salsa (dilluns).



Per enviar informació

Email: agenda@totmataro.cat
Oficina: C/ Xammar, 11
Formulari: totmataro.cat/agenda



ATENCIÓ CIUTADANA

Telèfon d'Atenció Ciutadana

010 Des de fora de Mataró 807 117 010
De dl. a dv. de 8 a 19 h
Preu segons operador

Tel. Civisme 900 859 009

Centraleta 93 758 21 00

Oficines d'atenció ciutadana

De 9 a 19 h de dl. a dj.

Dv. de 9 a 14.30 h:

> **La Riera** La Riera, 48

De 9 a 15 h de dl. a dj.

Dv. de 9 a 14 h:

> **Rocafonda** C. de Josep Punsola, 47

> **Cerdanyola** Pg. de Ramon Berenguer III, 82

> **Molins** C. de Nicolau Guanyabens, 23-25

> **Pla d'en Boet** C. de Juan Sebastián Elcano, 6

> **Cirera** C. de Cadis, 1

CENTRE PER A LA IGUALTAT I RECURSOS PER A LES DONES

(CIRD) C. de Cosme Churruca, 88 / Tel. 93 702 28 12

POLICIA LOCAL 092

Ajuntament de Mataró

@matarocat

www.mataro.cat

ALCALDE ALS BARRIS Una setmana al mes l'alcalde es trasllada a un barri: **www.mataro.cat/alcalde**

Per demanar cita: **Telèfon d'Atenció Ciutadana 010**

REGIDOR/A DE BARRI És el representant del Govern al territori. Vols concertar cita amb el regidor del teu barri? **www.mataro.cat/regidordebarri**

OFICINA DEL DEFENSOR DEL CIUTADÀ C. de Cuba, 47 / Tel. 93 758 24 99

INAUGURACIÓ /

'Càntirs a l'antiquitat. Col·lecció Jaume Bagot'

Museu del Càntir (Pl. Església, 9. Argentona) / Inauguració: divendres 12 de gener a les 19h. Exposició d'askoi grecs, recipients de ceràmica de l'antiquitat clàssica precursors dels càntirs.



Roques de Llanerres

Museu Arxiu de Can Caralt (Sant Andreu de Llanerres) / Inauguració: divendres 12 de gener a les 19.30h. Fins al 4 de febrer. Fotografies d'Andreu Ventura Devesa.

'Patrimoni oblidat. Memòria literària'

Casa Gòtica (Pl. de l'Església, 4. Argentona) / Inauguració i conferència: divendres 12 de gener a les 20h. Fins al 4 de febrer. Testimonis del passat dels nostres pobles i ciutats.

'Paisatges del nord. L'Àrtic, Islàndia i Catalunya'

Centre Cívic Espai Gatassa (C. Josep Montserrat Cuadrada, 1. Mataró) / Inauguració: dilluns 15 a les 19h. Fins al 26 de gener. Recull de fotografies de paisatges i natura, de Joaquim Duran.

'Experiències matemàtiques. Prohibit no tocar'

Ateneu Fundació Iluro (La Riera, 92. Mataró) / Inauguració: dimecres 17 de gener a les 19h. Fins al 9 de març. 36 mòduls de petits reptes que mostren aspectes poc habituals i sorprenents de les matemàtiques.

'La nit'

Les Esmandies Casal de Barri (Rda. O'Donnell, 94. Mataró) / Fins al 26 de gener. Col·lectiva Grup Foto Havana.

Biblioteca Antoni Comas

(C. Prat de la Riba, 110. Mataró). Del 15 al 31 de gener:

- 'A dues veus. Retrats de converses en català'.

 Fins al 20 de gener:

- '10è Premi Helena Jubany'.

'A dues veus. Retrats de converses en català'

C.C.Calisy (Riera Pare Fita, 31. Arenys de Mar) / Fins al 14 de gener. Servei Municipal de Català, Consorci per a la Normalització Lingüística i Voluntariat per la Llengua.

'Josep Puig i Cadafalch. Visió, identitats, cosmopolitisme'

Can Serra. Museu de Mataró (El Carreró, 17, Mataró) / Fins a l'1 d'abril 2018. Visió interdisciplinària de l'obra de Puig i Cadafalch.

Can Marfà Gènere de Punt

Museu de Mataró (Passatge de Can Marfà, 1. Mataró) Fins al 17 de juny:

- 'Els mitjans Molfort's i la publicitat racional'.

 Exposició permanent:

- 'Mataró, capital gènere de punt'.

Eduard Alcoy. Art i Encanteri (1950 - 1987)

Ca l'Arenas. Centre d'art del Museu de Mataró (c. Argentona, 64. Mataró). Fins al 8 d'abril. Exposició dedicada a l'artista català Eduard Alcoy.

'Un viatge a les tribus de la vall del riu Omo'

Sala UEC Mataró (Carrer Nou, 29. Mataró) / Fins al 24 de gener. Reportatge de Quim Botey.

'Col·lectiva 15x15'

Casal Nova Aliança (C. Bonaire, 25. Mataró) / Fins al 28 de gener. Col·lectiva de tècnica i temàtica lliure, en format únic de 15 x 15cm.

'Un arc, un iglú, una ciutat'

Nau Gaudí (C. Cooperativa, 47. Mataró). Fins al 14 de gener. Obres de la col·lecció 'la Caixa' d'Art Contemporani.

Fundació Palau (c. Riera, 54. Caldes d'Estrac)

Fins al 4 de febrer:

- 'La cambra fluida. La riera com a dispositiu de visió'.

 Fins al 14 de gener:

- 'Palau mira Picasso'.

Joan de la Ossa

Espai Capgròs (c. St. Benet, 16-18. Mataró) / Fins al 31 de gener. Art figuratiu amb tocs surrealistes.

'Col·lectiva de gravadors'

Col·legi Aparelladors i Arquitectes Tècnics (Pl. Can Xammar, 2. Mataró) / Fins al 14 de gener. Taller de Gravats de Jordi Rosés i Clàudia Lloret (Arenys de Munt).

'Carme Serra, una mirada retrospectiva'

Museu Municipal Enric Monjo (Camí Ral, 30. Vilassar de Mar) / Fins al 14 de gener. Exposició de la gravadora i pintora barcelonina.



Per enviar informació

Email: agenda@totmataro.cat
Oficina: C/ Xammar, 11
Formulari: totmataro.cat/agenda

Apunts psicològics



Yin i Yang

Anem parlant d'emocions. Existeixen en totes les cultures; és un fenomen biològic i psíquic. He sentit una noieta que deia: Aquesta medalla és el yin-yang. És el model del Tao, que vol dir camí. Una part ben blanca amb un punt negre. Una altra ben negra amb un punt blanc. No és per tant un color o un altre.

Així ho expressa una reflexió del Tao. La lluna és en origen yin pur, sin yang. Només irradia llum després d'utilitzar els raigs del Sol. La lluna sense el sol no té vida. Al yin li cal el yang. El Tao ha d'utilitzar el yang per a transmutar el yin. El cos humà és en origen pur yin sense yang, però necessita utilitzar el yang d'un altre per a convertir-se en yang.

Yang significar tot allò que no sigui un mateix: El cel, la terra, el Sol, la Lluna, milions d'éssers, milions de coses. El yang d'un altre és l'energia primordial oberta i unificada que fa que l'Ésser Humà sigui imperible (imperecedero).

Aquesta energia és innata però a mesura que es barreja amb el yin deixa de ser pròpia per passar a ser d'altres. Aquest és el mecanisme celestial per tal de prendre les brides de la Creació. El yin en yang i el yang en yin. Una molt bona forma oriental per dir, en el nostre llenguatge: Gestionar les emocions.

JAUME PATUEL I PUIG

Pedapsicogog - Psicoterapeuta

jpatuel@copc.cat

CONSULTA DE

JAUME PATUEL I PUIG

PSICÒLEG - PSICOTERAPEUTA - PSICOANALISTA

Camí de la Geganta, 109. 5è. 2a. Mataró.
T.93 757 96 05 (c.a.) Hores a convenir



CLÍNICA DENTAL MARMOL
ESPECIALISTAS EN IMPLANTOLOGÍA,
ORTODONCIA Y ESTÉTICA DENTAL

más que una clínica

ENERO

**-10% De descuento
adicional en
todos los tratamientos
INCLUIDO MUTUAS**

- Atendemos todas las mutuas.
- Consulta y presupuesto sin cargo.
- Financiación a su medida.
- Sedación.
- Más de 15.000 implantes colocados.

 **invisalign®** LUMINEERS®

**Mejoramos su presupuesto
manteniendo nuestra CALIDAD**

Síguenos en

facebook 

facebook.com/marmolclinicadental

 **Más info en nuestra web:**

www.marmolclinicadental.com

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

Premià de Mar: C/ L'Eixample 80, (Pl. Sardana) | T 93 751 77 42

31 CASALS //

UDP. Casal de gent gran Les Santes-Escorxador. C. Floridablanca, 118. Mataró. Telf: 93.790.36.72.

• **Assemblea General de Socis:** dimecres 24 de gener a les 17h.
 • **Propera sortida:** Diumenge 21 de febrer, Calçotada a l'Empordà.
 • **Activitats:** Tai-Txi (dill-dmc matí). Labors i Patchwork (dilluns). Relaxació (dmt i div tarda). Mandales (dmt tarda). Informàtica i Ping Pong (dmt i div matí). Taller De Memòria (dmc matí). • Juguem al Quinze (dij tarda). • Petanca (cada tarda). Mele de Petanca (cada dill 9:15h). • **Sopar-Ball**, penúltim dissabte de mes.

Associació de gent gran La Gatassa. Av. de La Gatassa, 25. Mataró. Telf: 93.757.87.30.

• **Excursions:** Dijous 18 de gener, Gran Calçotada comarques de la Selva i Costa Brava (preu 41€).
 • **Ball** dimecres 16,30h a la Sala del Bar.
 • **Activitats i tallers:** Pintura a l'oli. Punes coixí. Coral. Informàtica. Artesania. Grup Musical.

Associació Gent Gran Pla d'en Boet (C. Juan Sebastián Elcano, 6. Mataró). Telf.: 93.758.21.84.

• **Ball:** cada diumenge de 17 a 20h.
 • **Ple i ratlla:** divendres 16:30h. **Tallers i activitats:** Ball de Saló (dmt), Ball en línia (div), Sevillanes (dill i dmc), Taitxi (dill i dij), Sardanes (dmc), Punes Coixí (dmt), Informàtica (dij), Català (dij), Labors (dill i dij) i Taller de Memòria.

Casal de gent gran de Cirera. Rda. Frederic Mistral, 3-5. Mataró. Telf.: 93.799.79.67.

• **Ball:** cada diumenge de 17 a 20h.
Activitats: • Mandales. Sevillanes. Català (divendres). Ball en línia (dilluns). Gimnàstica (dilluns i dimecres). Informàtica (de dill a dij). Patchwork (divendres). Petanca

(grup femení dimecres de 17 a 19h i grup masculí cada dia de 10 a 12h). Manualitats (Dilluns tarda). Ple i ratlla (dimarts tarda). Pilates i loga (dilluns i dimecres). Jocs de taula. • Es fan tripletes de petanca femenines (interessades contactar).

Casal de gent gran Jaume Terradas. Carrer Argentona, 59. Mataró. Tel: 93.757.99.52.

• **Ball:** diumenges 17h. • **Petanca:** melé cada diumenge. • **Revetlla mensual** al Casal Aliança. • **Juguem tots:** dimecres a les 16h. • **Activitats físiques:** Gimnàstica, Txi-kung, loga, Taitxi, Swing. • **Tallers:** Artesania, Ceràmica, Dibuix, Fotografia, Labors, Marqueteria, Pintura, Modisteria. • **Arts Escèniques:** Cant Coral, Playback, Teatre, Poesia. • **Cursos de formació:** Tallers per exercitar la memòria, Català i Història de Catalunya, Literatura, Informàtica, Coneixements de smartphones. • **Tardes de cinema** (mensual). • Sessions formatives. • Excursions.

Casal de la gent gran del Parc de Mataró. C. Corregiment, 28. Mataró. Tel: 93.757.13.17.

• **Teatre:** dissabte 20 de gener a les 17h, obra "La família Reniu estiueja", amb el grup de teatre Encara hi som del Casal Jaume Terrades.
 • **Sortides:** Carnaval + calçotada, 8 de febrer, 3 dies a Tossa de Mar (130€). Viatge a Itàlia del Nord. 5 dies, sortida 27 de maig (690€).
 • **Balls:** Ball, cada diumenge i festius a les 17h. Sopar ball, segon dissabte del mes. • **Cursos i activitats:** anglès, català, conversa en anglès, club de lectura, taller de memòria, informàtica, taller de fotografia, puntes de coixí, patchwork, pintura i dibuix, pintura sobre roba, art floral, manualitats, punt de creu, tai-txi, qijong, seitaï, gimnasia rítmica, balls de saló, balls en línia, sevillanes, castanyoles, country, claqué, caminades i caminades suaus. Coral.



Sèniors

Fer un primer pas

Any nou vida nova, vol dir apostar per una nova forma de vida quelcom diferent, amb canvis substancials, que inicialment poden semblar molt agosarats, però que el pas del temps va temperant, fins a convertir-los en un no res, en més del mateix.

Aquesta reflexió poc engrescadora de la negativa realitat d'una societat socialment no compromesa, no exclou l'existència de persones, segurament poques, ingènues i utòpiques, que creguin en la possibilitat d'endegar canvis socials per transformar una societat, que segurament més aviat que tard, acabarà fent fallida.

Afirmació que té molt en compte la complexitat de l'actual societat, que funciona embolcallada en la postveritat, entesa com una mentida, una forma deliberada de distorsionar la realitat, amb la finalitat de modelar l'opinió pública per influir negativament en les actituds socials.

És per tot això que el començament d'un any nou, és un moment adequat per atrevir-se a fer un primer pas, per involucrar-se en un projecte engrescador, en una societat civil desencisada, que faci possible la construcció d'una nova societat segle XXI.

Des del moviment sènior, que defensa una societat per a totes les edats, centrada en les persones i no en els diners, vàlida per a tothom, fem una crida a totes les persones socialment compromeses.

Els hi demanem fer un primer pas, per posar en marxa el projecte d'àmbit universal, transversal i multidisciplinari, "vida local 24 hores, incloent-hi el treball", que faci possible una veritable igualtat d'oportunitats per a tothom.

JOSEP ARACIL I XARRIÉ
 President d'Eurosènior

joarxa@gmail.com



dr. Pere Pérez Peña

centres d'aplicacions **làser**

medicina interna . medicina làser

www.drpereperez.es

Tractament del dolor amb làser

artrosis, lumbàlgies, tendinitis, epicondilitis, genolls...

Medicina interna

Dietes personalitzades

diabetis, hipertensió, obesitat, cel·lulitis...

Medicina estètica

farciment (relleno) d'arrugues i llavis

Mesoteràpia infiltracions per a la cel·lulitis

Peelings salicílic i despigmentant

Rejuveniment facial

Cicatris queloides

Làser

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

Eliminació de varius

crioesclerosi i làser

Eliminació de tatuatges

amb Làser Spectra

Depilació mèdica làser

facial i corporal, per a l'home i la dona

Hores convingudes

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

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

drpereperez@hotmail.com

PUMSA denuncia l'empresa que va dirigir les obres del Rengle



L'edifici del Rengle va tenir sobrecostos no justificats



Reclama a l'empresa GPO pels sobrecostos no justificats de quasi 1.700.000 euros

Urbanisme: Redacció

■ PUMSA portarà davant dels jutjats l'empresa que va dirigir les obres de l'edifici El Rengle, tal com l'Ajuntament es va comprometre després de rebre un informe pericial en què es quantificava uns sobrecostos no justificats de quasi 1.700.000 euros i s'arribava a parlar d'indicis de delictes d'estafa.

L'empresa municipal d'urbanisme reclamarà a l'empresa GPO per aquests imports no justificats, ja que va ser l'empresa contractada per la direcció general d'obres

d'aquest edifici. Va ser l'Oficina Antifrau de Catalunya la que fa un any va adreçar un informe amb suposades irregularitats en la contractació i execució de l'edifici, que va ser adjudicat fa més de deu anys. La Fiscalia no hi havia apreciat, fa dos anys, delictes penals però l'Ajuntament es va agafar a aquest informe d'Antifrau per aclarir si l'edifici havia acabat costant més diners dels justificats.

Iniciativa municipal

Fa un any el mateix Ajuntament va encarregar nova documentació i es

va crear una Comissió Informativa Especial per fiscalitzar la licitació, construcció i comercialització de l'edifici del Rengle. En espera de la conclusió dels treballs d'aquesta comissió –que presideix el popular José Manuel López– PUMSA aprecia que els conceptes facturats per les obres de l'edifici El Rengle no estarien correctament justificats i per tant seran objecte de reclamació. Segons PUMSA les partides desviades corresponen a l'extracció i transport de terres, despeses indirectes i a partides sense justificació de preu contradictori.



Les obres les va executar FCC però GPO en va fer la direcció



Una desviació de preu important

PUMSA va adjudicar el juliol de 2007 a FCC la construcció d'un edifici d'usos terciaris al sector del Rengle per un pressupost de 15.647.859 euros, però les obres, acabades el maig de 2010, van passar a 22.329.850 de cost real final (ambdós preus sense IVA). D'aquest import, l'Ajuntament acabarà pagant només 21.160.208,96 euros més l'IVA després de negociar amb FCC el pagament ajornat, que acaba el 2019 i ha meritat un tipus d'interès d'ajornament de l'euríbor a un any més el 3,5%.

DENTS & IMPLANTS



PRÓTESIS
REMOVIBLE
SOBRE
IMPLANTES



PRÓTESIS
FIJA
SOBRE
IMPLANTES

FINANCIACIÓN

24 meses sin intereses.
Primera visita y radiografía gratuita.



IMPLANTES
DENTALES
220€

EXTRACCIONES
GRATUITAS *

tel. 93 536 67 00

Camí de la Geganta, 93 - MATARÓ

*en pacientes con tratamientos de implantes dentales



NUEVA APERTURA: C. Gatassa, 6 - MATARÓ

Aigües de Mataró manté el preu de l'aigua pel 2018



L'aigua no s'encareix a Mataró



El Ple Municipal va aprovar els pressupostos i la tarifa pel 2018

■ El Ple municipal, reunit en sessió extraordinària, va ratificar l'aprovació del pressupost i la tarifa del servei d'aigua i clavegueram proposada pel Consell d'Administració d'Aigües de Mataró (AMSA). Enguany han mantingut el preu de l'aigua sense incrementar-ne les tarifes, que es mantenen al mateix

preu des del 2013. D'aquesta manera, Aigües de Mataró es proposa garantir un any més una tarifa sense increments, amb el que l'augment del preu de l'aigua en alta per part de l'Agència Catalana de l'Aigua no afectarà la factura del servei d'aigua de 2018 de la ciutadania de Mataró. | Redacció.

D'arbres de Nadal a adob orgànic per la ciutat



Recollida d'arbres de Nadal



L'Ajuntament recull els arbres en 32 punts distribuïts pels diferents barris de Mataró

■ És habitual que just acabar les festes de Nadal es vulgui esborrar-ne el rastre, per complet, a dins de casa. Per facilitar-ho l'Ajuntament repeteix el protocol de recollida d'arbres de Nadal habilitant fins a 32 punts diferents on

es podran dipositar. Fent-ho amb aquest sistema, els arbres passaran a ser adob orgànic per al manteniment dels parterres de la ciutat. Es poden consultar els 32 punts de recollida a www.totmataro.cat o al web municipal. | Red.

Retiren vuit torres i 900 metres de cable de Les Cinc Sènies



Les torres retirades



Endesa hi inverteix 32.000 euros

■ Una infraestructura de mitjana tensió d'Endesa que comptava amb vuit torres metàl·liques, dos suports de formigó i quasi 900 metres de cablejat ha estat desmuntada a les Cinc Sènies. L'empresa ho ha portat a terme després de reconfigurar la xarxa elèctrica municipal per garantir el servei a tota la ciutat. La línia elèctrica retirada transitava per l'espai agrari periurbà i protegit de Mataró: les Cinc Sènies. És gràcies a aquesta acció que es redueix l'impacte visual de la infraestructura, alhora que es millora la conservació d'una zona de cultius històrica considerada com a sòl no urbanitzable.

Cal destacar que el conjunt d'operacions han suposat una inversió de més de 32.000 euros,

Mantenen el servei

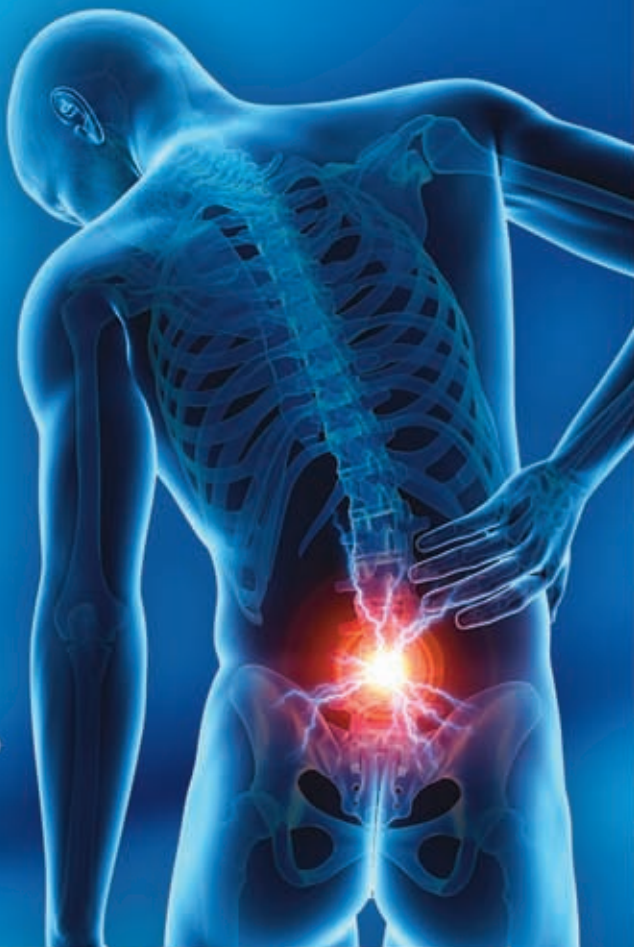
L'operació ha requerit que es reconfigurés la resta de la xarxa del municipi per tal de poder d'absorbir la càrrega elèctrica consumida diàriament. A més, en diversos punts s'han realitzat les obres amb una brigada especial que ha garantit la continuïtat del subministrament d'electricitat als clients executant els treballs en tensió. | Redacció



AGRUPACIÓN MÉDICA DEL MARESME

INSTITUTO DE TRAUMATOLOGÍA BARCELONA
Ahora en **Llavaneres y Mataró**

- Centro médico concertado con la mayoría de mútuas
- Visitas privadas
- Traumatología
- Ortopedia
- Medicina Regenerativa (Factores de crecimiento)
- Clínica del dolor: Tratamientos ambulatorios
- Columna vertebral: Hernia discal y artrosis
- Podología
- Estudio de la marcha
- Plantillas
- Medicina deportiva
- Osteopatía
- Fisioterapia y rehabilitación
- Pilates terapéutico
- Laboratorio de Análisis Clínico



**NUEVA ESPECIALIDAD
DE UROLOGÍA
EN MATARÓ Y LLAVANERES**

CENTRE ACREDITAT PER LA GENERALITAT DE CATALUNYA
Departament de Sanitat i Seguretat Social · Direcció General de Recursos Sanitaris

Centro Médico Registrado apto para los tratamientos con factores de crecimiento (PRP)

MATARÓ

C/Colón nº 63 · 08301

937 906 347

Todos los días
de lunes a viernes
de 9 a 20H

LLAVANERES

C/Sant Joan nº 12 · 08392

93 795 24 24



937 906 347

www.agrupacionmedica.com | www.itraumabarcelona.com



Vehículos
Comerciales

Motorsol



Motorsol

Concessionari Volkswagen a Cabrera de Mar

Volkswagen

Ctra. N-II, km 643 · Tel: 93 755 26 27 · Cabrera de Mar · www.motorsol.es

el tot **Esport**

núm. 1508

Del 12 al 18 de gener de 2018



FOTOS: DANIEL FERRER

DERBIS AMB SORPRESA

Els equips pitjor situats puntuen al camp dels millors en els dos duels locals de 3a Catalana



REVISTA

FOSBURY

Fidels a

...tot l'altre esport!

SUBSCRIPCIONS:

www.fosbury.cat/paper

Opinió



Àlex Gomà

Periodista El Tot Esport

La recepta Murakami

Si vols aprovar els exàmens no deixis de fer esport

"Segons les últimes recerques, l'exercici aeròbic augmenta de manera exponencial el creixement de les neurones de l'hipocamp. L'exercici aeròbic és aquell en què, com la natació o el fúting, es fa un esforç moderat durant un període de temps llarg. Tanmateix, si després no s'hi posa remei, les noves neurones moren al cap de vint-i-vuit hores sense haver servit de res. Són ben malaguanyades. Però si estimules intel·lectualment aquestes neurones que acaben de néixer, es connecten a la xarxa cerebral i es converteixen en una part funcional de la comunitat de cèl·lules que transmet els missatges. És a dir, que la xarxa del cervell s'amplia i es fa més densa, i per tant augmenta la capacitat d'aprendre i recordar. El resultat és que la ment es fa més flexible i s'aconsegueix esperar la creativitat [...]"

Això no ho explica cap entrenador esportiu, ni preparador físic ni coach. Ho narra amb aquestes paraules l'escriptor japonès **Haruki Murakami**, al llibre 'De què parlo

quan parlo d'escriure' (Ed.EMPÚRIES, 2015), tot i que si voleu que us animi de veritat a perdre la por a córrer us recomano llegir el seu anterior 'De què parlo quan parlo de córrer' (2007). Als dos llibres, Murakami argumenta que una de les principals raons del seu èxit com escriptor es deu a la rutina física que va començar en el moment en què –després d'una joventut en la qual no havia fet ni cas a l'esport– va decidir apostar per escriure.

Llegint les experiències de l'escriptor japonès queda clar que la gent que s'entesta a dir "avui no puc fer esport que tinc feina" o el clàssic "no vinc a entrenar que tinc examen" simplement s'estan perjudicant a si mateixos. Una reflexió que veig interessant fer ara que comencem un any nou, i acostumem a fer nous i bons propòsits. Perquè propòsits dolents mai en fem, el que passa és que de vegades no entenem la tecla adequada.

Vols aprovar el pròxim examen? Doncs planifica't i fes esport!

Agenda

CASA

WATERPOLO Divisió Honor Masc.

QUADIS CNM - CN SANT ANDREU

Dissabte 13 | 12:45h | Complex Joan Serra

WATERPOLO Divisió Honor Fem.

LA SIRENA CNM - CN TERRASSA

Dissabte 13 | 14:30 h | Complex Joan Serra

FUTBOL 3a Catalana

MATARONESA-LA LLÀNTIA

Dissabte 13 | 16:30 h | Mpal. Camí del Mig

HANDBOL Div. Plata Estatal Fem.

JH MATARÓ - SANT VICENÇ

Dissabte 13 | 18 h | Pavelló Teresa M. Roca

BÀSQUET Copa Catalunya Fem

GRESS PLATGES MAT- ROSER

Dissabte 13 | 19:30 h | Palau Josep Mora

BÀSQUET Lliga EBA Mas.

MAT. PARC BOET-S.ADRIÀ

Dissabte 13 | 20 h | Pav. Eusebi Millaan

HOQUEI PATINS 1a Est. Masc.

MIS IBÈRICA CHM- JOLASETA

Dissabte 13 | 20:30 h | Pavelló Jaume Parera

HOQUEI PATINS Nac. Cat. Fem.

CH MATARÓ- VILA-SANA

Diumenge 14 | 9:00 h | Pavelló Jaume Parera

FUTBOL 2a Catalana

CE MATARÓ- FP HERMES

Diumenge 14 | 17 h | Mpal. Centenari

+ INFO: WWW.ELTOTESPORT.COM

El Personatge

Albert Bou

Hoquei Patins CH Mataró



El seu equip comença la segona fase buscant l'ascens a OK Lliga

LLEGEIX L'ENTREVISTA COMPLETA A WWW.TOTMATARO.CAT

Staff el tot Esport

Suplement colleccionable d'informació esportiva

NÚMERO 1508 | 2a ÈPOCA

Telèfon: 937 907 098

redaccio@eltotesport.com

www.eltotesport.com

Redacció: Josep Gomà

Disseny: Joan Guillén

Col·laboren: Ferran Àngel,

Daniel Ferrer (fotos), Àlex

Gomà, Jordi Gomà, i els

serveis dels clubs.

Edita: El Tot Mataró S.L.

La Mataronesa sorprèn el Molinos en el primer derbi de l'any



2 UD MOLINOS

3 UD MATARONESIA

MOLINOS: Dani Ramos, Marc, Abel Moreno, Héctor (Javi Bustos 46'), Adrià Artero, Roca, Isra (Keita 65'), Adrián García, Toni Martín, Óscar, Sergio Cobo.
MATARONESIA: Marcos, Hidalgo (Espín 76'), Cobos, Àlex (Axel 86'), Beltran, Nogales (Fort 74'), Moya, Ibra (Cámara 74'), Badr, Marcelo, Carlos.

La Mataronesa dóna la sorpresa. | d.f

va posar les piles i amb gols d'Óscar i Javi Bustos (l'exjugador de Cirera i Mataró que debutava), van aconseguir empatar quan faltava poc per al final. Però l'equip visitant, quan els locals buscaven el triomf, van aprofitar la seva ocasió i Marcelo Luna, un altre exjugador del Mataró, va sentenciar el partit ja en temps afegit.

1 PREMIÀ DALT

4 ROCAFONDA

ROCAFONDA: Édgar Mérida, Benguerel, Rosa (Escoruela 70'), Gerard Almazán, Soto (Touré 78'), Àguila (Marc Bou 46'), Díaz, Dembo, Paby (Francisco 53'), Bermúdez i Youness.

La Mataronesa es va prendre la revenja de les dues derrotes patides la temporada passada davant el Molinos, i va guanyar un derbi trepidant al Municipal de Vista Alegre-Molinos, superant el Molinos que és l'equip mataroní millor classificat de la 3a Catalana.

L'equip arlequinat va sortir amb força i abans del quart d'hora ja havia marcat dos gols obra d'Àlex Moya i Ibra Touré. I amb aquest avantatge de 0-2 van arribar al descans, ja que van saber frenar bé els intents locals. A la represa l'equip molinenc es



Derbi intens als Molinos. | d.f

Va començar bé l'any per al Rocafonda, que va guanyar per goleada a Premià de Dalt i pot sortir de la darrera posició de la taula i pensar en la salvació. I no va ser fàcil, ja que l'equip premianenc es va avançar en el marcador i va arribar al descans amb l'avantatge d'1-0.

Però a la represa es va transformar l'equip rocafondí. I des del moment en què Víctor Ariel Díaz va empatar, al quart d'hora de la segona part, l'equip blanc-i-negre va jugar a plaer davant un equip local accelerat. I Bermúdez, amb dos gols, i Yaya Touré, van plasmar la superioritat en el marcador.

TERCERA CATALANA



Sense canvis a dalt

16a jornada (7 gener)

La Salut- Pomar.....	3-2
Cabrils- Singuerlín.....	sus.
Santvicentí- Arenys Mar.....	2-1
MOLINOS- MATARONESIA.....	2-3
Poble Sec- Lloreda.....	0-3
LA LLÀNTIA- PLA D'EN BOET.....	2-2
Vilassar Mar B- Calella.....	5-0
Premià Dalt- ROCAFONDA.....	1-4
CIRERA - Young Talent Badalona.....	sus.

Classificació

Young Talent (-1 partit) 36, Singuerlín (-2) 32; Lloreda 31; MOLINOS 29; Cabrils (-1) i CIRERA (-1) 28; LA LLÀNTIA 27; Santvicentí 24; MATARONESIA i Arenys Mar 23; Premià Dalt 21; Poble Sec, Vilassar Mar B, La Salut (-1) 16; PLA D'EN BOET 14; ROCAFONDA i Calella 13; Pomar 12.

17a jornada (13/14 gener)

MATARONESIA- LA LLÀNTIA (DS 16:30)
 PLA D'EN BOET- La Salut (DS 18 h)
 ROCAFONDA- Poble Sec (DG 11:45 h)
 Pomar- CIRERA (DG 12 h)
 Lloreda- MOLINOS (DG 12 h)

Final de primera volta amb un altre derbi local

S'acaba la primera volta amb derbi al Camí del Mig entre la Mataronesa i La Llàntia, dos equips de la zona intermèdia de la taula. També juguen a casa Pla d'en Boet i Rocafonda, els dos equips mataronins que lluiten per fugir del descens, que tenen dos rivals assequibles per sumar els tres punts i escalar llocs.

Quarta Catalana



Torna la lliga amb dos derbis locals

Després del descans nadalenc torna la competició de 4a Catalana amb dos interessants derbis locals. Un al Municipal de Vista Alegre- Molins on el Molinos B rebrà el líder, el Cerdanyola AEILL, i l'altre a La Llàntia on el Juvesport rep el Juventus.

Classificació actual

CERDANYOLA AEILL 31; Premià Dalt C 30; Tiana 24; ROCAFONDA B 21; JUVESPORT 19; JUVENTUS i Alella 18; Pineda 15; Canet i Sant Pol B 13; MOLINOS B 12; MATARÓ ATH. 9; Dosrius, 3; Arenys Munt 0.

3a Catalana: Empat al derbi entre La Llàntia i el Pla d'en Boet



El Pla d'en Boet val salvar l'empat amb un gol a la recta final. | D.F

Intens partit el que es va disputar al Municipal de La Llàntia en un derbi que va acabar en taules i amb tres jugadors expulsats.

L'equip visitant es va avançar quan Eric Jiménez va marcar un gol en fred, que per uns moments va de descol·locar l'equip local. Però els llantiencs van empatar de penal transformat per Vega als 23' i, després de l'expulsió de Collado (28')

que els va deixar en superioritat, van capgirar el marcador amb gol de Said als 34'.

A la represa va anar augmentant la tensió, i l'equip local va veure com li eren expulsats per acumulació Hassa i Salvia. I l'equip visitant ho va aprofitar per empatar gràcies a un gol de Marc Pérez quan faltaven deu minuts per al final de l'enfrontament.

2 AD LA LLÀNTIA

2 PLA D'EN BOET

AD LA LLÀNTIA: Rubén Lloret, Hassan, Llaveró, Serrano (Ibra 57'), Jordi Cano, Angel Vega (Arafan 46'), Ibu (Omar 76'), Jerreh, Salvia, Yusupha (Artero 65'), Said.

PLA D'EN BOET: Jairo, Javi (Marc Pérez 46'), Carlos, Collado, Carrasco, Valencia (Ordóñez 79'), Miquel, Reyes, Vela, Eric, Moussa.



Derbi intens. | D.F

L'equip de l'UEC LG Mataró es desplaça a la pista del CN Sabadell



El Volei Mataró vol continuar en línia creixent. | ARXIU

L'equip femení de l'UEC LG del Club Voleibol Mataró va obtenir en la darrera jornada de l'any 2017 de la 1a Estatal una gran victòria a la pista del Bordiils. Això li va permetre sortir de la zona de descens. Ara en el primer partit de l'any 2018 comença la segona volta desplaçant-se el dissabte a les 18 hores a la pista del CN Sabadell, el segon classificat, un equip que va guanyar

a Mataró en la jornada inaugural del campionat per 0-3. Però ara el moment de les noies d'Agustín Correa és molt millor i intentaran donar la sorpresa.

La classificació està així: Vall d'Hebron 30, CN Sabadell 23, Gran Canaria, l'illa Grau Castelló i Sant Cugat B 19, Monjos 18, Bará B 16, Premià Dalt 14, UEC LG MATARÓ i Almozara 11, CECELL Lleida i Bordiils 9. Recordem que baixen els dos últims de la fase regular.

L'SPALL Mataró a continuar sumant



La plantilla de l'SPALL. | ARXIU

L'SPALL CFS Ciutat de Mataró tornarà a la competició després de tota l'aturada nadalenca, i ho farà enfrontant-se al Grups Arrahona (sisens amb 22 punts) aquest dissabte 13 a les 20:30 al Municipal de Sabadell.

Els mataronins, que ocupen ara mateix la vuitena posició amb 21 punts, no volen tornar a la mala ratxa de derrotes que van trencar just abans de marxar de vacances.

El nou any no comença bé per a l'equip groc-i-negre



La rapidesa del Masnou, clau. | EL TOT

El Mataró fins ara només havia encaixat un gol fora de casa en set partits

El CE Mataró no va poder començar bé l'any 2018 i va perdre al camp del Masnou, un altre dels equips que aspiren a l'ascens a 1a Catalana, i que es va mostrar molt sòlid en el partit jugat el diumenge al migdia sota la pluja.

L'equip groc-i-negre, que en els sets partits jugats fora de casa en el primer tram del campionat només havia encaixat un gol, en va encaixar tres davant una davantera molt incisiva, i va patir la segona derrota fora de casa en el que portem de campionat.

El matx no va començar bé, ja que en el primer atac de l'equip local Pompido va aprofitar un refús de Pol per marcar. Però a poc a poc el Mataró es va refer i abans del quart d'hora a la sortida d'un córner Kiku Parcerisas va empatar amb una gran rematada de cap.

Fins al descans el Mataró va



El Mataró només va poder fer un gol a la defensa masnovina. | EL TOT ESPORT

3 MASNOU 1 CE MATARÓ

CE MATARÓ: Pol, Víctor Yustos, Kiku, Tapha, Marcel (Ignasi 73'), Parri, Isma, Aitor, Palanco (Sergio López 85'), Youssef (Ricky 58'), Dani (Bargalló 58').

GOLS: 2' Pompido (1-0); 13' KIKU PARCERISAS (1-1); 44' Pompido (2-1); 61' Enrique Barry (3-1).

controlar força bé la situació, però en el darrer minut en un contra-atac de la rapidíssima davantera local Pompido va posar altre cop per davant el seu equip.

Jugant per sota en el marcador l'equip groc-i-negre va obrir línies i l'equip local va trobar forats, fins que a la sortida d'un córner Enrique Barry, un dels jugadors de menys altura sobre el terreny de joc, va rematar de cap el tercer gol.

Després, en la darrera mitja hora, el Mataró ho va intentar, va dominar, però va topat amb una defensa molt ben posicionada i un porter molt segur, i el marcador ja no es va moure.

SEGONA CATALANA



El CE Mataró torna a perdre posicions

16a jornada (7 gener)

Sarrià- Besós BV.....	0-0
SANT POL- ARGENTONA	1-2
HERMES- Europa B	sus.
Parc- Sant Adrià	sus.
Guineueta- Montcada	1-0
MASNOU- CE MATARÓ	3-1
Sant Andreu Barca- Llefià	1-1
Pifererrer- Districte 030 CE	2-3
Canyelles- LLAVANERES.....	5-1

Classificació

Guineueta (un partit menys) 33; Districte 030 i Europa B (-1) 31, MASNOU i CE MATARÓ 30; ARGENTONA, SANT POL 28, Llefià 27; Canyelles i Besós BV 21; Sarrià 20; Montcada 17; S.Andreu Barca 15; HERMES i Parc 14; LLAVANERES i Pifererrer 11; Sant Adrià 5.

17a jornada (13/14 gener)

CE MATARÓ- HERMES (DG 17 h)
Districte 030- MASNOU (DG 18 h)
Llefià- SANT POL (DG 12 h)
ARGENTONA- Sarrià (DS 17 h)
LLAVANERES- Guineueta (DS 17 h)

Derbi maresmenc amb rival inèdit

El CE Mataró tanca la primera volta a casa, el diumenge a les 17 hores, amb un derbi maresmenc davant la Fundació Hermes de Montgat, un equip davant el qual l'equip d'Alberto Aybar no es pot permetre una ensopegada. Aquest equip, que la temporada passada va jugar a 1a Catalana, mai ha estat rival del CE Mataró, ja que va pujar a la 1a temporada en la qual l'equip groc-i-negre va baixar de 1a a 2a.

2a Catalana Fem.



El femení del Mataró inicia l'any líder

L'equip femení del CE Mataró, que és líder del grup, amb 24 punts, comença l'any jugant a casa contra l'Increta Atlètic FC. Per la seva part la UD Molinos, que és tercer amb 17 punts (però amb dos partits pendents) juga al camp del Masnou At. La setmana següent, el dia 21 d'octubre arribarà l'esperat derbi entre Molinos i CE Mataró.

Victòria còmoda de La Sirena en el retorn



Gran partit d'Helena Lloret. | p.f

L'equip va fent la seva posada a punt per a l'Eurolliga

L'equip de La Sirena CN Mataró no va tenir cap problema per desfer-se de l'equip no català més ben classificat a la lliga de Divisió d'Honor.

En el primer quart les noies locals van sortir una mica relaxades i fins i tot van permetre que l'equip manyo s'avancés en el marcador. Però de seguida el van capgirar i en el segon quart es van posar a la feina i amb una forta defensa van

17 LA SIRENA CNM 4 ZARAGOZA

LA SIRENA CN MATARÓ: Debby Willemsz i Júlia Àvila porteres; Laura Vicente (1), Marina Zablith (3), Helena Lloret (5), Clàudia Abad (1), Alba Bonamusa (1), Clara Cambay (1), Ciara Gibson (3), Marta Bach, Júlia Soler, Ema Carevic (1), Carla Graupera (1).

PARCIALS: 2-1, 7-0, 4-1, 4-2

recuperar pilotes i van fer mal a la contra clavant un parcial de 7-0, sentenciant ja el partit al descans.

El Quadis CNM rep el Sant Andreu



L'equip barceloní, igual que el mataroní, s'ha classificat per a la Copa del Rei

El Quadis CN Mataró està fent un excel·lent campionat i ha arribat a l'equador del mateix en la quarta plaça. I comença la segona volta el dissabte a (12:45 hores) rebent al Complex Joan Serra un equip sempre complicat com és el CN Sant Andreu. L'equip barceloní, igual que el Quadis, ja està classificat per a la Copa del Rei que es disputarà la primera setmana de febrer.

En aquest partit comença la segona volta del campionat i els homes de Beto Fernández intentaran prendre's la revenja de la derrota inicial patida a la piscina Pere Serrat de Barcelona per 8-7 en el partit inaugural, i mantenir

la imbatibilitat a casa, on fins ara només han cedit dos empats contra Terrassa i CN Barcelona.

Serà la 22a visita dels andreuencs que han guanyat aquí 4 vegades i han tret 4 empats. Han perdut 13 vegades, la darrera de la temporada passada per 12-6.



El partit del curs passat. | ARXIU

DIV. D'HONOR FEMENINA



La Sirena en 3r lloc

8a jornada

LA SIRENA CNM - Zaragoza.....	17-4
Sant Feliu- Dos Hermanas	12-5
Rubí- Moscardó.....	10-5
Terrassa- Sant Andreu.....	dia 10
Sabadell- Mediterrani	18-7

Classificació

Sabadell 24; Sant Andreu (-1 partit) 21; LA SIRENA CNM 18, Terrassa (-1 partit) 15, Mediterrani 12; Zaragoza 9; Rubí 7; Moscardó 6, Sant Feliu 3; Dos Hermanas 1.

9a jornada (13 gener)

LA SIRENA CNM- Terrassa (DS 14:30 h)

S'acaba la primera volta

L'equip de La Sirena CN Mataró tanca la primera volta aquest dissabte rebent el CN Terrassa, un equip que ha visitat 7 vegades la piscina del Centre, caient 6 vegades i traient un empat la temporada 2014-15. En principi l'equip de Florin Bonca hauria de sumar els tres punts per obrir forat a la classificació.

El gran partit de la jornada es juga a Sant Andreu on l'equip barceloní rebrà el campió, el CN Sabadell, amb l'intent de sorprendre l'equip vallessà.

Div.Honor Masc.



Torna la competició

6a jornada (11 novembre)

CN Barcelona- Barceloneta
Molins- Echeyde Tenerife
Mediterrani - Canoe
Catalunya - Terrassa
QUADIS CNM- Sant Andreu
Sabadell- Navarra

Classificació actual

Barceloneta 33; Terrassa 28; Sabadell 27; QUADIS CN MATARÓ 20; CN Barcelona 19; Mediterrani 17, Sant Andreu 16; Canoe 13; Catalunya 9; Navarra 7; Echeyde Tenerife 2, Molins 1. Els set primers junt amb l'Echeyde de Tenerife, que serà l'organitzador, ja estan classificats per a la Copa del Rei.

LA REVISTA DE TOT L'ALTRE ESPORT

FOSBURY

#28

HIVERN 2017-18



PyeongChang 2018



Especial Jocs +
L'ANTI-GUIA



TIRANT LO BLANC

LA NEU PREN PROTAGONISME

SUBSCRIPCIONS:



www.fosbury.cat/paper

SEGUEIX-NOS A:



ESPECIAL IPHONE
Gener 2018

ESPECIAL IPHONE
Gener 2018



**Reparem la pantalla
del teu iPhone...**

**Des de
49€
i en 1h**

**I a més augmentem la velocitat del teu ordinador fins a un 80%
instal·lant un SSD de 240Gb per 129€**

1 hora de tècnic 29€, 1 hora de tècnic a domicili 49€

Media Markt SERVICE

MEDIA MARKET Mataró (C.C. Mataró Parc):
Carrer d'Estrasburg Nº5 • 08304 Mataró, Barcelona • Tel. 93 741 37 00

Horari:
DL-Di: 09:00 - 21:00

Segueix-nos a:    mediamarkt.es

Media Markt

Personalitza els teus productes



Personalitzem amb la imatge que ens portis, quadres de metacrilat/alumini/PVC/tela, tot tipus de fundes, trencaclosques. Només ens limita la teva creativitat

Des de 5€ i en només 10 minuts

Media Markt SERVICE

MEDIA MARKT Mataró (C.C. Mataró Parc):
Carrer d'Estrasburg N°5 • 08304 Mataró, Barcelona • Tel. 93 741 37 00

Horari:
DL-DI: 09:00 - 21:00

Segueix-nos a:    mediamarkt.es

Media Markt

Doble enfrontament Mataró - Sant Vicenç dels Horts



Les jugadores mataronines en un partit d'aquesta temporada. | ARXIU

Després de les vacances nadalenques torna l'handbol, amb un doble enfrontament entre els equips del Joventut Handbol Mataró i l'Handbol Sant Vicenç. Els femenins a Mataró i els masculins a Sant Vicenç dels Horts.

L'equip femení a casa

L'equip femení del Joventut va començar de forma fantàstica la segona volta guanyant a la pista del Mislata, que era el segon classificat, recuperant els punts perduts en el primer partit de campionat a Mataró. Aquest dissabte dia 13 a les 18 hores l'equip de Rosi Hernández rep l'Handbol Sant Vicenç, l'equip català millor classificat la temporada

passada a Plata, que ara ja ho torna a ser, i que de ben segur ve amb ganes de revenja per la derrota patida a la seva pista a la primera volta per 26-29. L'equip vicentí ha guanyat a Saragossa, Amposta i Sant Joan Despí i ha perdut a La Roca, Mislata i Morvedre.

Classificació Plata Femenina: Morvedre 27; Elda 20; Mislata 19; La Salud Tenerife 18; Sant Vicenç i Agustinos Alacant 16; Sant Quirze 15; La Roca i OAR Gràcia 14; JH MATARÓ 12; Sant Joan Despí 10; Lleidatana i Amposta 6; Dominicos Saragossa 3.

L'equip masculí a fora

L'equip sènior masculí tanca la primera volta de la 1a Estatal amb el desplaçament al Baix Llobregat, a la

pista de l'únic equip nou a la categoria aquesta temporada, l'Handbol Sant Vicenç, que fins ara està tenint un molt bon comportament allunyat de la zona de perill que també havia amenaçat l'equip mataroní, però de la qual els homes de Jordi Fernández s'han escapat amb les seves últimes quatre victòries consecutives. Guanyar aquest darrer partit de la primera volta i després el primer de la segona a Sant Esteve de Palautordera seria fer dos passos quasi decisius per a obtenir la permanència, que és l'objectiu de la temporada.

L'equip vicentí fins ara té un balanç equilibrat a la seva pista amb 3 victòries (Esplugues, Sant Cugat i Sant Esteve Palautordera), un empat (Palautordera) i 3 derrotes (Granollers B, Sesrovires i Sant Martí Adrianenc). Com es pot veure només hi han guanyat equips de la zona alta i això vol dir que no serà pas fàcil puntuar-hi.

Classificació actual 1a Estatal

Masculina: Sant Quirze i Sant Martí Adrianenc 26; Sesrovires 25; La Roca 24 (un partit més); Granollers B 19 (un partit més); Sarrià 15, Sant Cugat i OAR Gràcia 13, JH MATARÓ 12, Esplugues 11, Sant Vicenç i Montcada 10; Sant Joan Despí 9; Palautordera 7, Bordils B 4; Sant Esteve Palautordera 2.

Tres mataronins medallistes estatals base



Eduardo Calle, Maria Muñoz i Víctor Romero amb les seves medalles. | CEDIDA

Tres jugadors mataronins formats a la base del JH Mataró, han aconseguit penjar-se una medalla als Estatals de base d'handbol, celebrats a Vigo, formant part de les seleccions catalanes.

Eduardo Calle, jugador del juvenil del FC Barcelona i que ja ha format part de la selecció estatal de la seva categoria, va aconseguir la medalla d'or en la categoria juvenil. L'Eduardo va ser el millor jugador

de la final amb 10 gols, en la qual Catalunya va derrotar Andalusia per 27-25. Va estar en el set ideal, sent un dels màxims golejadors del torneig.

Víctor Romero (BM Granollers) també va guanyar l'or en la categoria infantil, on Catalunya va derrotar també a Andalusia per 24-16. Va marcar dos gols en la final.

Maria Muñoz (BM Granollers) es va haver de conformar amb la medalla de plata en la categoria juvenil femenina. A la final Catalunya va perdre clarament davant Madrid per 34-17, després d'haver superat Navarra a la semifinal per 28-27.

Doble cita amb l'hoquei patins al Pavelló Jaume Parera



L'últim partit del 2017 a casa. | ARXIU

Els dos sèniors del CH Mataró tornen a la competició a casa amb ganes de mirar amunt

El Mis Ibérica rep el Jolaseta

L'equip masculí de 1a Estatal, que va estar situat en plaça d'ascens a OK Lliga durant moltes setmanes, va tenir un mal final d'any amb dues derrotes seguides davant Taradell a casa i a Vilanova, i ha caigut fins a la cinquena posició (recordem que puguen tres equips).

Classificació de 1a Estatal: Calafell 31, Alcobendas 20, Sant Cugat 19, Vilanova i MIS IBÉRICA CH MATARÓ 17, Vilafranca 16, Tordera i Manlleu 15, Lleida Alpicat i Taradell 14, SHUM Maçanet 13, Sant Feliu 9, Jolaseta 6 i Rivas 5.

En el retorn a la competició l'equip mataroní rep el dissabte

a les 20:30 hores l'equip basc del Jolaseta de Getxo, un rival ben indicat per tal que l'equip local es retrobi amb el triomf, ja que és el penúltim de la classificació. Serà la segona visita de l'equip biscaia, ja que havia vingut a la temporada 2013-14 també a 1a Estatal i el resultat va ser de 9-6 per als mataronins.

El femení comença la 2a fase i ho fa com a líder

Després d'haver acabat la primera fase de la lliga Nacional Catalana en primer lloc del seu grup amb 9 victòries i una sola derrota, l'equip femení del Club Hoquei Mataró comença el diumenge vinent la segona fase de la competició.

En el nou grup que s'ha format hi són els quatre primers dels dos

grups de la primera fase i es comença amb els punts acumulats dels partits jugats entre ells a la primera fase. I el CH Mataró comença com a líder.

Classificació de Nacional Catalana:

CH MATARÓ 15, Voltregà B 13, Sant Cugat 11, Cerdanyola B 9, Vilanova B 6, Palau Plegamans B i Igualada 5, Vila-sana B 4. El primer rival, el diumenge a les 9 hores al Pavelló Jaume Parera, serà el que de moment és el cuer del grup i que és el segon equip del Vila-sana, població del Pla d'Urgell, que està jugant a l'OK Lliga, i contra el qual l'equip mataroní va perdre la Supercopa Catalana 2017 a l'inici d'aquesta temporada.

Martí Casas amb la catalana

El passat dia 30 el jugador mataroní Martí Casas -que està jugant a l'OK Lliga amb el Noia- va formar part de la selecció catalana que es va enfrontar amb una selecció mundial. Va ser en la jornada "Nadal sobre Rodes Hockeymania" celebrada a Vic, i que va aplegar 1500 espectadors i va recaptar 8000 euros per a la Fundació Amics Joan Petit Nens amb Càncer. Martí Casas va obrir el marcador, però va acabar guanyant la selecció mundial per 2-4.

Cal dir que amb el Noia en Martí Casas, amb 11 gols, és el màxim golejador d'un equip que està situat en 4t lloc de la taula de l'OK Lliga.

Hoquei Herba Els equips d'Illuro HC es desplacen

Retorna l'hoquei herba i els dos equips sèniors A de l'Illuro HC, que estan jugant a la 2a Catalana, es desplacen en aquesta primera jornada de l'any 2018. L'equip femení és líder del seu grup amb 20 punts, el dissabte a les 15:30 hores visita el Vallès Esportiu, que és el cuer, i el matx no hauria de suposar cap entrebanc per continuar la bona marxa. L'equip masculí es desplaça el diumenge (12 hores) al camp del Sant Andreu. L'equip barceloní és el cinquè classificat amb 7 punts, mentre que l'equip mataroní és tercer amb 14 punts.

Rugby Segon partit del Rugby Club Mataró a Primera Catalana

L'equip del Rugby Club Mataró després d'una esplèndida primera fase en la qual va aconseguir l'ascens a la 1a Catalana va debutar abans de festes en aquesta categoria amb una important victòria per 20-12 davant del FC Barcelona "Grana".

Aquest cap de setmana juga el segon partit al camp del Martorell, un rival aparentment assequible, ja que a la primera jornada va perdre per 71-5 al camp del Torroella Senglars.

dojo cervantes
40 ANYS A MATARÓ

L'escola de KARATE

Francesc Macià, 1 - 3 • 08302 MATARÓ
Tel 93 798 40 93/94 • 639 781 674
dojocervantes@farcasona.es
www.dojokaratecervantes.es
fèlix 7^o DAN

Mataró Parc Boet i Mataró Feimat volen estrenar 2018 amb triomf



El Boet buscarà la 4a seguida. | ARXIU

Torna la lliga EBA després de les vacances nadalenques per al Mataró Feimat i el Mataró Parc Boet

El Boet rep el Sant Adrià per continuar mirant cap a dalt

El Mataró Parc Boet, que es troba al Grup A, rebrà la visita del Sant Adrià aquest dissabte 13 a les 20 a l'Eusebi Millán. El conjunt que entrena Alberto Peña, que ocupa la quarta posició a la taula amb 7 victòries i 5 derrotes, podria obrir més forat a la part alta de la taula,

doncs el seu rival tan sols ocupa una posició menys a la taula, amb 6 victòries i 6 derrotes.

Els taronges, a més a més, buscaran seguir amb la ratxa de tres victòries consecutives que els ha fet passar de la part baixa de la classificació a la part alta d'aquesta.

Classificació EBA Grup A: Girona i

EL MASNOU, 21; Menorca, 20; MATARÓ PARC BOET i Sant Josep, 19; Sant Adrià i Tarragona, 18; ARENYS (-1) i Tortosa, 17; Collblanc (-2) i Castelldefels, 16; Quart (-1) i Barberà, 15; i Roser, 14.

El Mataró Feimat visita la pista d'un dels cuers

Al grup B, el conjunt mataroní del Mataró Feimat visitarà la pista del JAC Sants el diumenge 14 a les 13h del migdia, amb la ferma intenció d'obrir més forat amb la part baixa de la taula on, precisament, està instal·lat el conjunt barceloní -és penúltim amb tan sols 2 victòries i 10 derrotes-.

L'equip de Charly Giralt, que va començar molt fort però que



Refer-se per començar l'any. | ARXIU

després va entrar en una fase més irregular de resultats, ara mateix ocupa la vuitena posició amb un balanç equilibrat de 6 victòries i 6 derrotes, esperant fer una segona part de la temporada al mateix nivell que el curs passat, on va aconseguir la permanència partint d'una situació molt més complicada.

Classificació EBA Grup B: Vic, Pardiniy Lleidà, 22; Igualada, Valls, Palma i Mollet, 20; Olivar, MATARÓ FEIMAT i Cornellà, 18; Salt, 16; Castellbisbal i Cerdanyola, 15; i JAC Sants i Andorra "B", 14.

Torna la Copa Catalunya amb l'objectiu de la fase d'ascens



Imatge de l'últim derbi entre tots dos conjunts, just abans de Nadal. | ARXIU

A Copa Catalunya femenina també retorna la competició, amb els dos equips de la ciutat buscant la classificació per al grup d'ascens -ho aconsegueixen els quatre primers-

quan només queden cinc jornades per disputar-se de la primera fase.

El Gress Platges de Mataró, que ha de recuperar dues victòries si vol ser-hi, rebrà la visita del Roser

barceloní aquest dissabte 13 a les 19:30 al Josep Mora. Un partit on només els val la victòria davant d'un rival que ocupa la penúltima plaça amb 2 victòries i 9 derrotes.

Pel que fa al Mataró Parc Dori Dori Boet, després de la seva victòria al derbi, afronta la recta final de la primera volta amb optimisme i visitarà la pista del Bàsquet Molins -diumenge 14 a les 17:45-, buscant una victòria que els permeti continuar pressionant els conjunts capdavanters de la taula davant d'un rival que ocupa la part baixa de la taula.

Classificació Copa Catalunya:

Viladecans i Hospitalet, 22; Gramenet (-1), 20; MATARÓ PARC DORI DORI BOET (-1), 19; GRESS PLATGES DE MATARÓ, 18; Igualada (-1) i Molins, 14; Roser (-1) i Banyoles, 12.

2017: La Volta a Catalunya ja és tot un clàssic a la ciutat de Mataró



ESDEVENIMENTS ESPORTIUS

ATLETISME

1464.- Mataró acull el 85è Campionat de Catalunya de Marxa atlètica

1500.- Se celebra amb èxit la 48a edició del Cros Ciutat de Mataró, junt amb Campionat de Catalunya de Relleus Mixtos 4x2 km

1502.- Arriba amb novetats la 20a edició de la Mitja Marató Ciutat de Mataró

1503.- Carles Castillejo, triomfador de prestigi a la Mitja Marató Ciutat de Mataró i nou rècord de Lúcia Rodríguez en categoria femenina

BÀSQUET

1480.- Un potent equip USA guanya el Torneig 90è Aniversari de la UE Mataró.

1484.- Nou èxit del 3x3 Ciutat de Mataró

CICLISME

1468.- Mataró posa catifa a la Volta a Catalunya. Per quart any els millors ciclistes seran de pas i amb punt de sortida

1469.- Èxit de la primera edició de la Gran Fondo onVeló Ciutat de Mataró

FUTBOL

1479.- L'AD La Llànvia fa un homenatge pòstum a Valentín Fernández

1481.- CE Mataró i Rocafonda signen un acord de col·laboració

1482.- La UD Cirera participa en les primeres jornades de futbol per a discapacitats psíquics i físics

FUTBOL SALA

1487.- Èxit en el Torneig Gestoria Luís de Les Santes

HANDBOL

1458.- Mataró seu del Campionat d'Espanya de seleccions autonòmiques

1476.- El Joventut organitza les fases d'ascens a Divisió d'Honor Plata femenina

HOQUEI HERBA

1476.- Iluro HC organitza la fase prèvia de sector de la fase d'ascens a la Estatal

KARATE

1461.- Èxit del seminari organitzat pel Dojo Cervantes

NATACIÓ

1465.- El Centre Natació Mataró

acull el Campionat d'Espanya de llarga distància en piscina de 50 m.

1476.- El Centre Natació Mataró organitza la Copa d'Espanya de Clubs de 2a Categoria

1486.- Se celebra el 26è Trofeu Ciutat de Mataró Memorial Josep Mons, en el qual es disputa el Campionat de Catalunya júnior

NATACIÓ ARTÍSTICA

1483.- La Sincroestiu una brillant exhibició al CN Mataró

PATINATGE

1485.- Gran èxit del Festiluro

PESCA SUBMARINA

1482.- L'SPAS Mataró organitza el Trofeu Miquel Gil, prova final del Campionat de Catalunya

POLIESPORTIU

1471.- Se celebra la 62a edició de la Nit de l'Esport que premia els més destacats esportistes de la ciutat

1486.- El front marítim testimoni de l'èxit del primer cap de setmana de Les Santes Esportives

1487.- Les Santes Esportives un nou èxit de participació, però sense rècord Guinness d'snorkel

REM

1486.- Èxit de la primera regata de la Lliga Catalana de Llagut a Mataró

TENNIS

1502.- El Club Tennis Mataró acull el Trofeu Georgina de Miquel Antoja

TRIATLÓ

1479.- Francesc Godoy i Eva Wutti guanyen la 17a Triatló Ciutat de Mataró

1494.- L'Ironman Barcelona passa un any més per Mataró

VOLEIBOL

1471.- Se celebra la fase final del Campionat de Catalunya juvenil a Mataró

VOLEI PLATJA

1481.- El Vichy Catalan Tour 2017 omple la platja del Varador

WATERPOLO

1480.- Comiat a Laura López i Ona Meseguer

1494.- Es disputa al CN Mataró la fase final de la Copa Catalunya

1504.- Acord entre l'Ajuntament i el Cn Mataró per jugar a Europa



Birger Ruud, el bicampió olímpic que va plantar cara als nazis

ROGER CASTILLO

EL NORUEC VA SER TRICAMPÍ MUNDIAL
DELS SALTS D'ESQUÍ A LA DÈCADA DELS 30

Kongsberg és una localitat noruega lligada a la història dels salts d'esquí. Allà va néixer la primera tècnica coneguda de salt, de la mà de Jacob Tullin Thams i de Sigmund Ruud. És la localitat, de fet, dels germans Ruud. El poble del museu dedicat a l'esquí.

Uns quants anys abans que nasqués el torneig dels quatre trampolins, la cita en què el polonès Kamil Stoch acaba de fer història amb un ple al quatre

lliure, convençut que ajudava a enfortir el cos i a la ment. Els feia sortir a córrer i a nedar en una piscina on també practicaven salts de trampolí. Ràpidament allò es va convertir en una rutina d'entrenament insòlita que va atraure altres infants i joves del municipi fins al punt de crear un grup amb dinàmiques compartides, amb un circuit esportiu en què també es practicava el futbol i amb un treball específic de

Sigmund, que es va penjar una medalla olímpica als Jocs de 1928, va viure una sonada irrupció a l'elit a la mítica prova de Holmenkollen, a Oslo. Allà, en categoria juvenil, va guanyar la prova dels salts de 1930 amb un vol més llarg que qualsevol dels que es van viure a la prova d'adults. Una actuació brillant que el va conduir immediatament a l'equip nacional noruec i als campionats del món de 1931.



increïble, els salts d'esquí vivien un primer moment d'esplendor competitiu amb la celebració dels primers campionats del món a la dècada dels 20 i dels 30, així com de la irrupció dels Jocs d'hivern amb aquesta disciplina ben present al programa olímpic des del primer dia.

Jacob Tullin Thams i els membres d'una altra família de Kongsberg, un municipi miner, es van erigir ràpidament en els innovadors d'aquesta disciplina des de l'èxit esportiu. Van crear un estil de salt, el Kongsberger, que ha anat mutant fins al salt en V actual. Aquella època el municipi comptava amb poc més de 5.000 habitants, però als rànquings internacionals la denominació d'origen Kongsberg era començada per dues dotzenes de saltadors. N'hi havia més d'un centenar que aprofitaven la plataforma de salt al costat de casa, després de cada nevada. Diuen que després de l'escola, els nens hi anaven a "jugar" fins tard, o que els miners aprofitaven l'hora de dinar per posar-se els esquís i fer un parell de salts. El nivell, a la llarga, va créixer col·lectivament fins a dominar l'escena internacional.

Els Ruud, responsables del 'fenomen Kongsberg'

La família Ruud, concretament, capitanejava aquella passió i va esdevenir llegendària al municipi. En Sigmund, en Birger i n'Asbjorn van convertir-se en els grans referents dels salts d'esquí a Europa. Un cas singular, amb tres germans que es van arribar a proclamar campions del món de la mateixa disciplina en diferents anys i que sempre eren els rivals a batre a les competicions on participaven.

El seu pare Sigurd era qui havia fet una aposta des de ben petits per promocionar l'esport a l'aire

l'equilibri (imitant exercicis de circ) amb acrobàcies dignes dels millors gimnastes.

El millor saltador del món

En Birger, el germà mitjà, és qui va ser capaç de construir un palmarès més rellevant, especialment durant la dècada dels anys 30. Seguint l'estela d'en



Birger Ruud va ser un dels primers saltadors en dur a terme exercicis mentals abans d'afrontar el salt. A la rampa, esperant el moment de llançar-se avall, es concentrava i s'imaginava exactament tots els moviments que havia de dur a terme per vencer cada competició. Als mundials de 1931, malgrat un primer tastet marcat pels nervis, va saltar més lluny que ningú i va penjar-se la medalla d'or, poques setmanes abans de ratificar la seva condició d'estrella dels salts d'esquí batent el rècord del món amb una distància de 76,5 metres.

Amb l'objectiu olímpic entre cella i cella, va anar a treballar a una botiga d'esquí a Alemanya situada a prop d'una plataforma de salts per poder costejar-se el viatge cap als EUA i no perdre ritme esportiu. L'aposta va ser un èxit i la va mantenir viva durant diversos hiverns, treballant a botigues de Berlín, i, especialment, de les localitats frontereres amb Àustria. El debut olímpic a Lake Placid de 1932 va ser un èxit. Amb 20 anys es va proclamar campió olímpic per primera vegada.

Un esquiador d'elit

Les estades a Innsbruck o a Garmisch-Partenkirchen dels anys següents també van introduir-lo a l'esquí alpí. Al cap i a la fi, es tractava d'utilitzar els esquís que venia a les botigues. Com a saltador no perdia pistonada i era capaç de convertir-se en el primer de la història en superar els 90 metres, però simultàniament demostrava la seva polivalència proclamant-se campió d'Alemanya de descens [...]

Llegeix l'article complet i altres històries cada dia al web www.FOSBURY.cat

Epidèmia d'intensitat moderada amb la grip

El Consorci Sanitari del Maresme preveu que l'activitat gripal segueixi en augment les pròximes setmanes



Estan en servei tots els llits del CSdM per la grip

ARXIU

El Consorci Sanitari del Maresme (CSdM) ha comunicat l'estat actual de la grip i la seva afectació entre els Maresmenecs. Concretament han informat que preveuen que l'activitat gripal continuï creixent però que, de moment, la grip es

troba en un estat d'epidèmia d'intensitat moderada. Des del CSdM han promogut diverses mesures per atendre als afectats per la grip durant la durada de l'epidèmia com, per exemple, obrint una unitat de per-alta amb vuit

punts d'atenció. També han ampliat l'àrea d'observació d'urgències amb sis punts d'atenció a fi d'alliberar boxs del servei, han ampliat el servei d'hospitalització a domicili amb capacitat de 28 pacients, han contractat personal de reforç als centres d'atenció primària i han reforçat el personal mèdic i d'infermeria del Servei d'Urgències.

Truca al 061

Des del CSdM recomanen que tothom qui necessiti atenció urgent truqui al 061 per rebre consell sobre com procedir. Informen, a més, que el 66% de les visites ateses al Servei d'Urgències de l'Hospital de Mataró es podrien haver resolt als centres d'atenció primària, sense necessitat de traslladar-se a un hospital. | Red

ESCOLA
VELA
MATARÓ

NAVEGUEM TOT L'ANY!

ACTIVITATS DIRIGIDES A INFANTS, JOVES I ADULTS

Tots els dissabtes i diumenges gaudim de la navegació a vela!

- Dissabtes i diumenges d'11 a 14 hs.
- Abonaments de 4 sessions mensuals.
- Inscripcions puntuals per a 1 sessió.
- Sense cap cost de matrícula ni obligació de permanència.
- DESCOMPTES PER A FAMÍLIES



CONTACTA'NS I T'INFORMAREM!

T. 653 38 58 35 - areatecnica@escolavelamataro.com



El Col·legi d'Advocats dona impuls a la mediació



El Col·legi d'advocats



La volen divulgar entre els estudiants

La Comissió de Mediació de l'Il·lustre Col·legi d'Advocats de Mataró (ICAMAT) ha organitzat diversos actes a la seu col·legial dirigits a advocats, a la ciutadania i també al món estudiantil. Amb la iniciativa es proposen potenciar així l'activitat d'educar en mediació iniciada pel Col·legi d'Advocats de Mataró l'any 2014 i que, des d'aleshores, realitzen cada any i de forma ininterrompuda. Aquesta és una activitat divulgativa i de foment de la mediació entre els estudiants de 4t d'ESO i Batxillerat, que tindrà lloc entre el 15 i el 21 de gener.

Durant la tercera setmana de gener hi haurà tallers i sessions informatives sobre mediació.

Amb aquesta informació s'espera que la ciutadania conegui l'eina de resolució de conflictes que busca l'acord amb l'ajut d'un tercer imparcial i neutral, el mediador. | Redacció



La programació

Tot la informació es pot trobar al web www.icamat.cat

ILURO PARK

TU PARQUE INFANTIL

EL LUGAR DE OCIO INFANTIL
MÁS VETERANO DE MATARÓ Y MARESME
TODO LO HACEMOS FÁCIL Y DIVERTIDO

¿QUIERES HACER TU FIESTA
CON NOSOTROS?

ELIGE TU PERSONAJE FAVORITO.
FIESTAS PRIVADAS, FIESTAS A DOMICILIO

TENEMOS TODOS LOS PERSONAJES
CONSULTA NUESTRAS PROMOCIONES EN LA WEB

DE LUNES A JUEVES HASTA 18 NIÑOS: 100€

- Puerta vigilada
- Entrega de regalos personalizada
- Menús para alérgicos
- Animación, bailes y juegos
- Hacemos participe a los padres de la diversión
- Facilitamos mucho las reservas
- Campo de futbol

CHUCHES GRATIS TODOS LOS DÍAS

ABIERTO DESDE EL AÑO 2000

SÍGUENOS EN

f t g+

C/ Carrasco i Formiguera, 1-5 Mataró
Tel.: 937 414 500 • Móviles: 615 939 493 • 651 845 099
www.iluropark.com • reservas@iluropark.com

Per aquest 2018

Les cites amb el plat

■ El Maresme és una comarca amb una cuina rica i amb una de les hortes més extenses i riques en productes de la terra. Així ho fan palès el gran nombre de jornades gastronòmiques de renom que tenen lloc a la comarca. Ara que comença l'any cal recordar les cites gastronòmiques que no ens podem perdre d'aquest any 2018 a Mataró i els municipis del voltant.

Per començar l'any, l'agricultura de proximitat serà la protagonista del **Mercat de Proximitat de Canet de Mar**, el 13 de gener de 9 a 14h, seguida de les Jornades de la Cuina del **Pèsol al Maresme**, les quals tornaran a la comarca per donar entrada a la primavera amb aquest producte tan maresmenc entre el 9 de març i el 29 d'abril. La tradicional **Fira de Sant Ponç** visitarà Mataró els dies 5 i 6 de maig i del 28 d'abril al 27 de maig serà el torn de les Jornades Gastronòmiques de la **Maduixa al Maresme**. La **Musclada Popular** a Canet de



Mar tindrà lloc el 14 de juliol amb el musclo com a producte central. Més endavant, durant la tardor, el calamars serà el protagonista al municipi d'Arenys amb la celebració del **Calamarenys**, les Jornades Gastronòmiques del **Bolet** visitaran la comarca i la **Ruta de la Tapa** a Mataró tornarà un any més perquè puguem tastar les tapes més bones i innovadores.

Sabies que...?



L'ORDRE DELS INGREDIENTS

T'has preguntat mai amb quin ordre cal citar els ingredients en una recepta?

No tots els receptaris ho compleixen però la consuetud diu que els ingredients d'una recepta cal citar-los de major a menor quantitat emprada. D'aquesta manera, també, queden amb ordre d'importància i, si és menester, podem prescindir dels més accessoris.

En cas de plats compostos, s'acostuma a separar els ingredients de les diferents parts o complements.

CONCURS A INSTAGRAM #totataula



Amb el 2018 **comencem a entregar premis del concurs d'Instagram de #totataula** perquè tots els igers maresmencs optin a un menú. Participar-hi és molt fàcil: només cal penjar fotos dels teus plats -fets per tu, d'un restaurant, d'on vulguis- i etiquetar-los amb **#totataula**.



@carmepetit

Postres d'estels ! la base és una galeta en forma d'estrella, el de color plata mouse de xocolata blanca, el vermell xocolata negra i el taronja de crema, tots amb sobre de gelatina.. per llepar-se els dits @totmataro #totmataro #totataula #mataró #mataró #cuina

@carmepetit és la guanyadora d'un menú a:

Gaudium
Mataró

Aquesta setmana la millor foto etiquetada amb #totataula guanyarà un menú de nit a base de tapes per a dues persones al restaurant "Caña Akí"

caña akí



Caña Akí és el teu nou restaurant de tapes i racions a la Plaça de Catalunya, 9 (Mataró)

★ LA ★ RECEPTA

QUE NO FALLA



CARXOFES AMB CLOÏSSES

Ingredients

- 8 carxofes tendres
- 2 llimones
- sal
- 50 g de farina
- oli
- 2 alls
- julivert trinxat
- 600 g de cloïsses vives

Preparació

Retireu les fulles exteriors més dures de les carxofes i tallem les puntes de les fulles que hi deixeu. Renteu les carxofes, tallem-les a quarts i freguem-les amb el suc de llimona. A continuació, poseu-les a bullir amb aigua, sal, suc de llimona i dues cullerades de farina fins que siguin cuites.

A banda, poseu un raig d'oli en una cassola al foc i afegiu-hi els alls trinxats petits, fins que es daurin. Afegiu-hi la resta de farina i deixeu-ho coure un parell de minuts. Mullem-ho amb l'aigua de les carxofes (8 cullerades) i afegiu-hi el julivert, les cloïsses i les carxofes, i deixeu-ho coure 4 minuts més fins que les cloïsses s'obrin. Tasteu-ho de sal i serviu-ho en plats calents.

Golfes: sessions a partir de les 00.00

Matinals: sessions abans de les 13.00

Estrena ✱ · En verd: sessió 3D

En vermell: Dis., diu. i festius

Cinesa Mataró Parc

902 333 231 · Golfes: dv. i dissabtes · Matinals: dis., dg. i festius

Tres anuncios en las afueras ✱ 12:00 15:50 18:15 20:05
22:30 00:40 [dm. VOSE] 21:50 [VOSE] 12:20

El extranjero ✱ 19:10 21:40 00:40

El instante más oscuro ✱ 12:00 16:30 19:10 21:50 00:30
[dm. VOSE] 22:35 [VOSE] 12:20

The jungle bunch ✱ 17:55 [En català] 12:15 15:50

Thi Mai ✱ [excepte dm.] 12:10 16:00 18:10 20:20 22:30 00:40
[dm.] 15:50 18:00 22:50Molly's game 16:20 00:10 [excepte ds. i dg.] 19:00
[excepte dm.] 21:50 [dm.] 16:00

Insidious: The last key 16:00 18:15 20:30 22:45 01:00

Que baje Dios y... 20:45 [dl.-dm.+dj.] 18:15 [exc. dm.] 22:50

El gran showman 12:10 16:00 18:15 20:30 22:45 01:00

Dando la nota 3 20:30 01:00 [excepte dm.] 22:35

Ferdinand 12:15 15:50 [dv.-dg. + dc.] 18:10

Whonder Wheel [dv. + dl.-dj.] 16:00

Jumanji 12:15 16:20 18:50 21:30 00:40

Star Wars 8 12:00 16:00 19:00 22:00 00:05

Perfectos desconocidos 16:00 18:10 20:20 22:30 01:00

Coco 12:15 19:00 [dv.-dg.] 16:45 The disaster artist 01:00

Sola en casa 12:15 16:00 Wonder 16:40

Asesinato en el Orient Express [dl. + dc.-dj.] 16:30

Rigoletto (òpera) [dm.] 20:15

Ocine Arenys

93 792 33 90 · Golfes: dissabtes

Thi Mai ✱ 16:30 18:30 20:20 22:15 [dv.+dl.-dj.] 17:45 22:30

El instante más oscuro ✱ 16:00 18:15 20:00 22:20

El extranjero ✱ 16:00 18:10 20:20 22:30

Molly's game 20:00 22:30

Insidious 4: The last key 18:30 20:30

Que baje Dios y lo vea 22:30

El gran showman 18:00 20:30 22:30

Dando la nota 3 16:00

Ferdinand 16:30 [dv.+dl.-dj.] 18:15

Jumanji: Bienvenidos a la jungla 16:00 18:10

Star Wars 8 17:45 20:30 [dv.+dl.-dj.] 19:45 22:15

Coco 16:30 18:00

Perfectos desconocidos 16:00 20:30 22:20

Cinema Foment

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

Una bolsa de canicas 18:00 (13 i 15 gen.)

20:00 (13 i 15 gen.) (VOSE)

The Square 20:30 (18 gen.) (VOSE)

SPORTIUM

Mataró Parc
Centre Comercial

WIN 333

OBERT CADA DIA FINS A LES 04:00H

- BRUSSEL·LES, 5 · MATARÓ PARC
- MÉNDEZ NÚÑEZ, 30 · MATARÓ
- RIERA, 17 · MATARÓ



The Square, art i publicitat

Un drama satíric suec en versió original al Foment

■ El Foment torna amb una sessió de cinema en versió original amb *The Square*, una comèdia negra sobre un museu d'art contemporani que contracta una agència per fer la difusió d'una mostra d'art. La publicitat d'aquesta mostra, però, acaba produint malestar a la gent. Amb aquest argument es desenvolupa la pel·lícula dirigida per Ruben Östlund, la qual té una durada de 142 minuts. *The Square* va ser la pel·lícula guanyadora del Festival de Cannes.

The Square es podrà veure al Cinema Foment Mataroní el dijous 18 de gener del 2018 a les 20.30h del vespre. La iniciativa del cinema

en versió original està organitzada per la Direcció de Cultura de l'Ajuntament de Mataró i el Foment Mataroní.

Una pel·lícula dramàtica satírica sueca protagonitzada per Claes Bang, Elisabeth Moss, Dominic West i Terry Notary. En Christian és el director artístic d'un museu d'art contemporani i s'encarrega d'una exposició titulada *The Square*, en la que hi ha una instal·lació que fomenta els valors humans i altruistes. Quan contracta una agència de publicitat i relacions públiques per difondre l'esdeveniment, la publicitat provoca molts problemes entre els assistents.

CONCURS DE CINE 2 ENTRADES DOBLES

Pregunta de la setmana

Per quina pel·lícula va rebre un Goya Carmen Machi?

entra i respon a:

www.totmataro.cat/cinema

Resposta del núm. 1801

"Suïssa"

Guanyadors:

- Esther Mora Vilanova
- Cristina Casellas Coll

RECULLIU LES
ENTRADES
DIRECTAMENT
A LES TAQUILLES
D'OCINE ARENYS

UNA SECCIÓ
PATROCINADA PER



Més informació a:
www.totmataro.cat/cinema





TRES ANUNCIOS EN LAS AFUERAS

Mildred Hayes és una dona de 50 anys que decideix començar una guerra contra la policia del seu poble després de l'assassinat de la seva filla perquè creu que estan més interessats en torturar afroamericans que en fer justícia.

Direcció: Martin McDonagh

Intèrprets: Frances McDormand, Woody Harrelson, Sam Rockwell. **112min**



EL INSTANTE MÁS OSCURO

En plena segona guerra mundial i quan Churchill es converteix en primer ministre, el món viu un moment crucial amb la invasió imparable dels nazis. Churchill haurà de decidir si promoure un tractat de pau o lluitar per la llibertat d'Europa.

Direcció: Joe Wright

Intèrprets: Gary Oldman, Ben Mendelsohn, Kristin Scott Thomas **125min**



THI MAI, RUMBO A VIETNAM

Carmen és una dona que, després de perdre la filla en un accident, adopta una nena vietnemesa. Acompanyada de dues amigues viatjarà a l'Àsia per anar a buscar la nena, un viatge ple d'aventures i situacions inesperades.

Direcció: Patricia Ferreira

Intèrprets: Carmen Machi, Adriana Ozores, Aitana Sánchez-Gijón **90min**



LOVING VINCENT

Un llargmetratge innovador compost per pintures animades a l'oli, tal com van Gogh les podria haver pintat. En total, el film està format a través de 56.800 fotogrames pintats, un a un, per pintors seguint l'estil i l'art de Van Gogh.

Direcció: Dorota Kobiela i Hugh Welchman

Intèrprets: Animació **95min**



EL EXTRANJERO

Un humil home de negocis es proposa venjar-se després de la mort de la seva filla en un atemptat terrorista per motius polítics. Durant la cerca dels terroristes es veu immers en la persecució d'un oficial de govern britànic.

Direcció: Martin Campbell

Intèrprets: Jackie Chan, Pierce Brosnan, Charlie Murphy **114min**



THE JUNGLE BUNCH

En Maurice és un pingüí que va ser educat com si fos un tigre. Quan es proposa mantenir l'ordre i la justícia a la selva amb l'ajuda dels seus amics, un malvat coala anomenat Igor s'encarregarà de posar-li ben difícil. Un film francès d'animació ple d'aventures.

Direcció: David Alaux

Intèrprets: Animació **97min**

Especial
Del 19 de gener
Anuncia't!

PER ANUNCIAR-VOS-HI:
 C/ d'en Xammar, 11, Mataró
 T. 937 961 642
 info@totmataro.cat

tot
 MATARÓ
 I MARESME

TORNA A PARLAR DEL TEU COTXE



Voldràs explicar moltes coses del teu Mitsubishi Outlander.

Parlaràs del seu disseny "Dynamic Shield", amb llums diürnes integrades LED de 12 díodes. Del seu altíssim nivell d'equipament en tota la gamma, amb navegador MMCS, llandes d'aliatge de 18", càmera posterior o sistema d'arrencada sense clau. De la seva impressionant insonorització interior. O del seu reduït consum i baixes emissions. Tornaràs a parlar del teu cotxe.

Mitsubishi Outlander, **des de 23.400€**

MITSUBISHI CATALUNYA

Carretera de Barcelona,49

Mataró

Tel. 902 450 475 / www.mitsubishicatalunya.es



Drive@earth

CO₂: 130 – 154 g/km · Consum: 4,9 – 6,2 l/100km

Model fotografiat Outlander 220 DI-D 6AT Kaiteki 4WD. Oferta vàlida fins al 28 de febrer de 2017. Preu de l'Outlander 200 MPI CVT Motion 2WD 5 places, vàlid per a Península i Balears per a clients particulars que financien a través de Santander Consumer EFC SA per un import mínim de 15.000€ a un termini mínim de 48 mesos. Aquesta oferta inclou promoció, garantia de 5 anys o 100.000 km, IVA, IM i transport. Finançament subjecte a estudi i aprovació de l'entitat financera. Assistència 24h a Europa. Mitsubishi recomana lubricants **REPSOL**

Garantia
5
Años

MATARONÍ'17

PREMI POPULAR AL CIUTADÀ DE L'ANY



Comença la votació!

10 candidats es disputen fins al 28 de gener passar a la final per ser 'Mataroní de l'Any 2017'



Comença la cursa per ser 'Mataroní de l'Any 2017'. Del 12 al 28 de gener els mataronins poden votar entre els deu candidats, escollits pels col·laboradors externs del Tot Mataró entre les més de vint propostes diferents rebudes dels lectors del Tot Mataró. Feta la tria, deu són els candidats que competeixen entre ells per atraure el major nombre de vots. Tots deu amb trajectòria i mèrits suficients per ser escollits però només tres d'ells passaran a la final d'aquest premi popular. Quins seran? La pilota la tenen els mataronins i mataronines.

■ El Mataroní de l'Any 2017 ja té deu candidats, deu pretendents. Ara comença el període de votacions en el que tots deu es disputen les seves opcions. En si mateix el premi del certamen ja és estar entre els candidats: les seves són trajectòries que probablement són conegudes en els diferents àmbits dels quals són especialistes i ara serà tota la ciutat la que conegui i recompensi aquesta tasca.

Entre els candidats hi ha representants

d'entitats, exemples de voluntariat i trajectòries provinents de mons com l'esport, la cultura o la política.

S'habiliten tres sistemes de votació. A través de la web mataronidelany.cat es pot votar un cop per persona i dia i també es pot ser regular en el vot presencial –un cop per persona i dia– a les oficines del Tot Mataró. Els seguidors del Facebook del Tot Mataró (www.facebook.com/totmataro) també poden votar-hi una vegada.

EL CALENDARI DEL CERTAMEN

Votació acumulativa:

Del 12 al 28 de gener.

Votació final a 3:

De l'1 a l'11 de febrer.

Acte de lliurament:

12 de febrer.



Qui són els 10 candidats a "Mataroní de l'Any 2017"?



Pilar Cantero

DUES DÈCADES DE DEDICACIÓ

El mes de novembre Cantero va deixar la presidència de l'Hermandad Divina Pastora després de 22 anys al capdavant d'aquesta entitat, un puntal de Cerdanyola que cuida amb gran zel la seva seu, situada en un "edifici patrimonial de ciutat", com la mateixa Cantero defineix la torre de Can Palauet. Fent balanç d'aquests anys Cantero s'alegra de l'envergadura que ha agafat una entitat confessional amb quasi un centenar de socis: "Som una entitat molt present al dia a dia del barri i de la ciutat, sempre ajudant i això és el que em fa estar més satisfeta", assegura. Cantero confessa que quan va saber que era candidata li "van tremolar les cames" i que ho entén com "un reconeixement a la tasca que fa tota l'entitat". La sortida al Rocio és cada any la principal activitat de l'entitat.

Cugat Comas

EL MILLOR ANY CASTELLER

Fa un any que està al capdavant dels Capgrossos de Mataró com a cap de colla liderant aquesta entitat en el que, sens dubte, ha estat el millor any de la seva història. Han descarregat en diverses ocasions dos castells de la gamma extra, composta pels de major dificultat del panorama casteller. La colla ha assolit aquests èxits amb només una caiguda, la del pilar de 8 carregat a Vilafranca.

Segons el cap de colla, en l'èxit d'aquest any no hi ha hagut cap component directe de la seva persona, sinó que és la conseqüència de la maduresa castellera del grup, del treball intens i, per últim, del fet d'haver entrat a les grans places amb "més serenor i convenciment" que en altres ocasions. Comas confessa que li és "incòmode estar en una tria com aquesta" pel fet que és periodista i treballa al Tot Mataró des de fa 12 anys.



Qui són els 10 candidats a "Mataroní de l'Any 2017"?



Clara De Ramon

EL SEU GRAN PAPER

2017 sempre serà per Clara De Ramon, l'any de 'Boscós'. "Era el meu primer paper protagonista en una obra grossa i va ser molt enriquidor, segur que serà un dels projectes claus de la meua carrera", explica aquesta jove actriu sorgida de la Sala Cabanyes. Dirigida per Oriol Broggi, De Ramon va endur-se tots els elogis de públic i crítica pel seu paper en aquesta obra de Mouawad. Recorda com un dia molt especial quan l'espectacle es va representar a Mataró: "Actuar davant tanta gent coneguda va ser molt emotiu", explica.

De Ramon celebra la seva segona nominació com a candidata a Mataronina de l'any: "És un honor perquè estimo Mataró tot que ara no hi visc i això vol dir que la feina que faig arriba a la gent". Ja està treballant de nou a les ordres de Broggi per 'Èdip Rei', a partir de l'abril.

Carles Estapé

COHESIÓ I INDEPENDÈNCIA

L'actual president de la seu territorial d'Òmnium al Maresme és Carles Estapé, un mataroní d'aquells de tota la vida que ha estat lligat al teixit associatiu de la ciutat al llarg des de sempre. Fa cinc anys va involucrar-se amb Òmnium i en va esdevenir el president l'any 2015.

"Òmnium és i seguirà sent una entitat cultural que intenta fer accions per defensar la cultura, la llengua catalana i fomentar la cohesió social", relata Estapé. Reconeix que en els darrers anys, a causa de la convulsió política entorn la independència, s'han hagut de posar "la gorra d'activistes polítics per la independència", però que la missió bàsica de la seva organització segueix sent la mateixa. Afegeix que ara toca "fer més Òmnium que mai a través de la cultura, la llengua i la cohesió" i aposta per la intercomunicació entre els actors socials.



Qui són els 10 candidats a "Mataroní de l'Any 2017"?



Jaume González

L'ESPERIT D'AJUDA

És molt difícil resumir la trajectòria i la polivalència activa de Jaume González Cabot. Ell es defineix a sí mateix com "un voluntari molt actiu mogut sempre per la idea d'ajudar" i fins i tot s'atreveix a situar "aconseguir un món millor" com el seu major desig. González és membre de Càritas, de la parròquia de Sant Josep i dels diferents consells parroquial, arxiprestal i diocesà. És present al Consell de Solidaritat, Consell de Ciutat o de la gent gran i també és d'entitats com els amics del Bisbe Godayol o els antics alumnes dels Salesians.

Assegura que la nominació el sorprèn perquè "de gent amb vocació d'ajudar n'hi ha i molta" i reivindica "l'esperit solidari de Mataró, que és molt present i cal visualitzar-lo" i assegura que la seva tasca sovint és la de "monitoritzar" aquesta solidaritat.

Quim Navarro

ORGULL TARONJA

Quim Navarro és per dotzè any –tot i que en tres etapes diferents– president de l'AE Boet Mataró. Ho és en el millor moment d'aquest club a nivell competitiu i també de massa social. Aquest 2017 la Federació Catalana de Bàsquet ha distingit el club taronja per ser el que té més federats i això reconforta a Navarro perquè, assegura, "s'està complint que creixem i millorem a nivell de resultats i competició sense perdre la filosofia que sempre ha tingut el club, que és una entitat social i de formació". Amb els dos equips sèniors al màxim nivell català i bons resultats també en les categories inferiors Navarro es pren ser candidat a 'Mataroní de l'Any' com un "orgull sobretot col·lectiu": "Entenc que el que la gent reconeix és la feina que fa tot el Boet i això és bo, perquè vol dir que estem creixent i fent les coses ben fetes".



Qui són els 10 candidats a "Mataroní de l'Any 2017"?



Julio Naveira

JUSTÍCIA AL SERVEI DE LA GENT

El Consell d'Advocacia Catalana compta amb un nou president recentment escollit, i aquest és el mataroní Julio Naveira, un advocat ple d'empenta que es proposa dirigir-lo durant el pròxim any.

A més d'estar al capdavant del Consell, ja fa sis anys que Naveira és el degà del Col·legi d'Advocats de Mataró i el seu objectiu des que va agafar el càrrec és doble. En primer lloc, es va proposar que "el Col·legi s'impliqués activament dins la societat mataronina" i, per aconseguir-ho, entrava en joc el segon objectiu: que els advocats i col·legiats de la zona participessin de l'activitat de l'organització. Des que és el degà del Col·legi, han promogut la relació amb l'Ajuntament, la Diputació i la Creu Roja, entre altres. Destaca l'impuls d'una activitat per als instituts titulada "Educar en justícia" que apropa la feina dels advocats i jutges als alumnes.

Carles Prats

A PRIMERA LÍNIA D'ACTUALITAT

Tot i ser nascut a Barcelona, Carles Prats és un mataroní adoptiu des de fa gairebé una dècada. Confessa que li encanta viure a Mataró perquè s'ha "acostumat a anar a tot arreu caminant, agafar la bicicleta per anar al Corredor o creuar el passeig i ser a la platja", i afegeix que les seves filles ja són "totalment capgrosses".

A TV3 va ser corresponsal a París i després a Brussel·les per acabar convertint-se en el presentador del Telenotícies Migdia de TV3. "Des que presento en TN hem viscut una gran crisi financera i uns anys políticament molt convulsos", i agraeix haver tingut l'ocasió de fer retransmissions de moments històrics com aquests. Té clar que la situació actual de TV3 "és complicada perquè fa uns mesos que hi ha qui ha volgut utilitzar els mitjans públics com a arma electoral".



Qui són els 10 candidats a "Mataroní de l'Any 2017"?



Albert Ramos

ENTRE ELS MILLORS DEL MÓN

A Mataró no donem prou importància al fet que, quan les seves intenses gires de competició li permeten, tenim entre nosaltres un dels millors tenistes del món. Perquè és el que és Albert Ramos. Sempre al club local i amb el seu entrenador, el 2017 ha estat el seu any. Ara és el número 23 i va arribar, al maig, a situar-se en el 17è lloc de l'ATP. Ens va enganxar a la televisió arribant a les semis del Master 1000 de Shangai i mai oblidarem la seva final a Montecarlo contra Rafael Nadal.

Des de l'altra punta del món Ramos assegura que està "molt content de ser candidat a Mataroní de l'Any 2017 i de representar la ciutat de Mataró per tot el món". El millor ambaixador que pot tenir el nostre esport espera per aquest 2018 "seguir millorant en tots els aspectes".

Lara Santana

EL PODER DEL VOLUNTARIAT

Lara Santana, presidenta de l'OCA des del 2016, és la candidata més jove. La Lara va començar a participar com a voluntària a la festa de Cap d'Any ja fa cinc anys i ara lidera l'organització d'aquesta festa popular. Defensa que la implicació ciutadana a l'OCA és important perquè "és una festa feta des del poble i per al poble" i té clar que "si la gent vol que hi hagi OCA, n'hi continuarà havent".

Considera que "sense voluntaris no es podrien fer la majoria de coses que es fan a la ciutat". Entre les seves tasques com a presidenta de l'OCA s'encarrega de coordinar l'equip, fer les gestions amb l'Ajuntament, gestionar els permisos, les assegurances i molt més. No s'esperava ser candidata i defensa que el seu nom només representa l'entitat formada per un equip de persones "que treballen perquè això funcioni".





Més de 150 anys del Calendari de Pagesos

Tornen a editar aquesta publicació amb informació agrícola, astronòmica, cultural i sobre les tradicions catalanes

Iniciatives: Laia Mulà

■ Ja està a la venda el 'Calendari dels Pagesos' del 2018, un almanac que ofereix informació agrícola, astronòmica i sobre la cultura i les tradicions catalanes. El calendari s'edita des de fa més de 150 anys i inclou articles d'actualitat, un calendari de pràctiques agrícoles, sembres i plantacions, un calendari de fruites i verdures de temporada, dades astronòmiques i el santoral. També conté les dates de les fires, mercats setmanals i festes majors de tots els municipis de Catalunya.

El Calendari dels Pagesos és la publicació en llengua catalana que fa més anys que s'edita ininterrompudament. Nascuda l'any 1861, enguany fa 157 anys que es va editar per primera vegada. Un dels elements gràfics que formen part de l'ADN d'aquest calendari són els gravats de l'il·lustrador Ricard Opiso.

La publicació, presentada en forma de calendari, fa un pas més incloent-hi poesies, consells, dites populars, reflexions i un text escrit en quartets amb els fets més importants del 2017: el Judici de l'Any.

El 'Calendari dels Pagesos'

presenta un cop més la Roda Perpètua, en la qual es pronostica quins anys seran fèrtils, molt fèrtils, estèrils o molt estèrils. Ideada pel frare Domènec Varni i publicada pel frare Miquel Agustí, la Roda Perpètua pronostica que, pel que fa al cultiu, el 2018 serà un any fèrtil.

Curiositats astronòmiques

El Calendari dels Pagesos també alberga algunes curiositats astronòmiques del pròxim any 2018, com és el cas del fenomen de les llunes blaves, que s'ha de produir dues vegades al gener i al març.

**ESPECIALISTAS EN ACCIDENTES DE TRÁFICO
Y RESPONSABILIDAD CIVIL**

M&R

GRUPO MIRANDA & RUBIO
SERVICIOS JURÍDICOS

- ◆ Accidentes de tráfico
- ◆ Accidentes laborales
- ◆ Negligencias médicas
- ◆ Atropellos y caídas
- ◆ Responsabilidad civil general

**SÓLO COBRAMOS
SI USTED COBRA**

Atención las 24h · 698 223 948 · 636 591 220 · traficgestion@gmail.com

LUIS
GESTORIA

Fiscal, Laboral,
Advocats i Assegurances

Camí Ral 336 · Mataró
93 796 10 31
www.luis.cat



La UOC, segona institució mundial de parla hispana

Bon reconeixement entre les formacions en línia en un rànquing elaborat per Hamilton Global Intelligence

Formació: Redacció- ACN

La Universitat Oberta de Catalunya (UOC) ha estat triada, per segona vegada consecutiva, la segona institució mundial i primera europea de formació en línia de parla hispana en el 'Rànquing d'institucions de formació superior en línia de parla hispana del món', elaborat per la consultora d'investigació de mercats Hamilton Global Intelligence.

En la classificació s'han analitzat

120 institucions universitàries d'Espanya, Llatinoamèrica i els Estats Units, xifra que representa un increment del 10% respecte a l'edició anterior. L'estudi valora la qualitat de la formació de les universitats i escoles de negoci que ofereixen un programa MBA o de màster d'Administració i Gestió d'Empreses. Aquesta formació s'ha d'impartir en línia com a mínim en un 80% i ha de tenir cinc anys d'antiguitat.

En el cas de la UOC s'ha avaluat el programa 'Executive MBA d'Emprenedoria i Innovació', una formació adreçada a professionals amb un mínim de cinc anys d'experiència laboral en el món de la direcció i la gestió d'empreses que volen avançar en càrrecs de més responsabilitat orientats a la innovació, la creació d'empreses i la direcció de nous projectes.

Per davant de la UOC només hi ha l'Institut Tecnològic de Monterrey (Mèxic), que revalida la seva posició de l'edició del 2016. La UOC se situa com la primera estatal i europea en una classificació amb les millors universitats en línia. El rànquing també constata que el 93% dels estudiants que cursen un MBA en línia aconsegueix una feina amb un 20% més del salari de mitjana.

- Cuines i banys
- Escales i enllosats
- Façanes
- Xemeneies
- Art i decoració en pedra natural
- Rampes d'accés per a comunitats
- Poliments de terres

T/F 937 991 735 · comercialnouiluro@hotmail.com
Pablo Iglesias 20, Soter. 1r · Pol. Pla d'en Boet · Mataró



Les rebaixes de gener apunten a un augment de vendes

Retailcat reclama un "consens" del sector per consensuar el dia d'inici dels descomptes, que enguany alguns comerços van avançar al dia 2

Comerç: Redacció

■ Els comerciants esperen augmentar les vendes entre un 4% i un 5% aquest gener per les rebaixes, que majoritàriament van començar diumenge passat segons ha explicat el president de Retailcat, Joan Carles Calbet. Calbet reconeix que la previsió és "bastant bona" després d'un octubre "fluix i negatiu" però d'un novembre on el comerç es va "refer", principalment per l'arribada del fred i la campanya del 'Black Friday'.

Calbet afirma que el desembre "també ha anat bé", i apunta que l'indicador Comertia ha situat l'augment de vendes en un 5,4%. D'altra banda, Calbet assegura que caldria un "consens" del sector per tal que tots els comerços iniciessin les rebaixes el mateix dia i evitar així la "confusió" generada en venedors i compradors.

Calbet s'ha mostrat optimista

davant de l'inici del període de rebaixes i creu que el gener "ha de seguir la tendència" de l'augment de vendes del desembre. Com acostuma a passar, els principals sectors beneficiaris d'aquesta època de descomptes seran els del tèxtil i moda. "El fred també ajuda i el fet que n'estigui fent ara que comencen les rebaixes serà un factor afegit que farà que aquests sectors siguin els que més se'n beneficiïn", ha explicat.

D'altra banda, enguany s'ha tornat a repetir l'inici de rebaixes dispar, ja que alguns comerços van avançar els descomptes al 2 de gener. Això és conseqüència de la liberalització del comerç en l'àmbit estatal i al fet que la llei de comerç català es troba suspesa pel Tribunal Constitucional (TC). Calbet recorda que aquesta norma no establia uns períodes de rebaixes tancats però sí recomanats i apostava pel consens al sector.

Rivas&Coll



Administrador
Fincans
Col·legiat

ADMINISTREM COMUNITATS
I PISOS EN LLOGUER.

Som especialistes en oferir solucions
Demani'ns pressupost sense compromís.

93 707 59 57 · C/Alcalde Josep Abril, 9. Mataró
info@rivasicoll.com · www.rivasicoll.com



Els Reis Mags més solidaris als Salesians

Més de 150 infants del centre procedents de famílies amb pocs recursos econòmics van rebre la visita dels reis d'orient a casa seva per fer-los entrega de regals

Societat: Laia Mulà

■ Fa aproximadament una dècada el centre Salesians de Mataró va impulsar un projecte solidari per les dates del Nadal que es proposava que cap infant es quedés sense regals de Reis. Un any més han mantingut la iniciativa que ha repartit 308 regals entre un total de 154 infants de Mataró, els quals formaven part d'un total de 79 famílies.

Per aconseguir que tots rebin les seves joguines, des del centre fan un estudi per determinar

quines són les famílies amb pocs recursos econòmics i, un cop fet, els mateixos pares i alumnes de l'escola que ho desitgen n'esdevenen els padrins. Cada padri s'ocupa de preparar els regals a l'infant o infants adjudicats a partir de la carta als Reis que els nens i nenes hagin redactat.

Amb visita inclosa

Per acabar d'arrodonar el projecte, durant la vigília de Reis, els nens i

nenes van rebre la visita d'un Rei Mag d'Orient que, acompanyat dels seus patges, va fer entrega dels presents als nens i nenes de la casa.

Pensant en tots els infants

La majoria d'ells van rebre una joguina i una peça de roba. Gràcies a aquest projecte la nit de reis va ser ben especial per tots els infants dels Salesians de Mataró. Missió aconclerta.



Les dades

El projecte solidari ha arribat a 154 infants de Mataró d'un total de 19 famílies que han rebut fins a 308 regals de mans dels Reis Mags

COCINAS CORAHI

- Reformas.
- Muebles de cocina y baño.
- Puertas de interior.
- Parquet.

C. Rosellón, 66 · Mataró
M. 600 448 954 · T 937 990 194
cocinascorahi@hotmail.com



ECONÒMICS



COMPRA VENDA

VENC ACCIÓ CENTRE Natació Mataró 600.211.520

VENC RENAULT SCENIC de l'any 2005. Model Expression 1.6 En perfecte estat. Sempre a garatge. 2.800€ Mòbil 610.201.740

VENDO MUEBLES OFICINA archivadores metálicos, mesas, sillas. 627.967.802

VENDO MUEBLES DE comedor. Estilo clásico/antiguo. Madera maciza, mesa (3 metros), 8 sillas, aparador, dos cómodas, 2 sofás. 627.967.802

COMPRA VENDA INMOBILIARIA

¿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

VENC PÀRQUING. Avda. Recoder (cotxe petit). 93.799.17.29 de 20 a 22h.

COMPRAMOS CASAS. Centro de 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

TRASPASSOS-LLOGUERS

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

LLOGO HABITACIÓ EQUIPADA tv, micro, nevera, internet, dret a cuina. Zona privilegiada. 639.703.037

LLOGO HABITACIÓ EIXAMPLE. 93.798.75.69

Instal.lacions HIDALGO RUIZ, S.L.
Antenas 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

AGENCIA BUSCA FAMILIAS PARA ESTUDIANTES FRANCESES (ESTANCIA PAGADA)
Estudiantes entre 13 y 16 años, vienen con sus profesores.
Estancia de lunes a viernes.
Están fuera todo el día.
Desayuno, pic-nic y cena.
Información:
93 799 34 89 - 617 11 39 04

CLÍNICA DENTAL
DRA. INGRID CAMPS
DR. DANIEL SÁNCHEZ
www.clinicadentalics.com

- ESPECIALISTES EN IMPLANTOLOGIA I ORTODONCIA
- 1a VISITA + DIAGNÒSTIC + RADIOGRAFIES DIGITALS GRATUÏTES
- ORTODONCIA SENSE BRACKETTS 

Atenem mútua Aliança-Mataronina 
Cami Ral, 157 | 08301 Mataró
Tel. 93 790 65 25 | M. 618 218 320

EL MERCAT DE LES OPORTUNITATS
COMPRA-VENTA SEGUNDA MANO
(VACIADO DE VIVIENDAS Y LOCALES)
Avda. Jaume Recoder, 88.
Mataró (junto estación)
T. 931 138 879
M.653 750 356

TRASPASSOS-LLOGUERS

ALQUILO HABITACIÓ grande con derecho al resto de vivienda. Terreno. Zona tranquila. Urbanización (Argentona). 275€. 615.170.534

PARTICULAR JUBILADA BUSCA pis lloguer. Zona Centre/Havana. enlazadordeterapias7@gmail.com

ALQUILO TRASTERO EN C/Virgen de la Fuensanta. Mataró. 626.442.389
TRASPASO BAR CLIENTELA fija, facturación demostrable. Zona centro. 659.356.463 Buen precio.

ALQUILO HABITACIÓ señor. 611.454.139

ALQUILO PARKING MOTO 25€ y coche. Lucius Marcius, Mataró. 610.091.220

TREBALL

BUSCO TRABAJO DE limpieza y ayudante de cocina. 680.188.710
LIMPIO, CUIDO MAYORES, ayudante cocina. 602.322.014

BUSCO TRABAJO INTERNA para cuidar personas mayores. 688.373.460

CHICA BUSCA TRABAJO limpieza 7€/hora. 674.491.847

BUSCO TRABAJO LIMPIEZA. 7€/hora. 631.539.159

BUSCO TRABAJO LIMPIEZA. 674.863.892

SENYORA RESPONSABLE BUSCA feina neteja i planxa. Bones Referències. 646.268.814

CHICA BUSCA TRABAJO limpieza. 632.735.515

M'OFEREIXO PER REALITZAR gestions diverses, compres, petits transports, acompanyar gent gran, etc., Amb cotxe propi. Rigurositat i seriositat. 667.406.240 (Albert)

SE PRECISA ENCARGADA para piso de relax en Mataró. Edad máxima 50 años. Disponibilidad para hacer turnos rotatorios incluidos fines de semana y festivos. Alta en la S.S. 655.226.610

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

CENTRE: Publicitat Fermalí
Maresme: Muralla Sant Llorenç, 2

PLA D'EN BOET: Papereria Balada:
Rda. President Macià, 65

MOLINS: Llibreria NINOTS: Ps. Carles
Padrós, 91

CERDANYOLA: Estanco Indiano:
Carrer Roselló, 4

VIA EUROPA: Llibreria papereria
Mediterrani: Carrer Alemanya, 2

NO ET POTS DESPLAÇAR?

TRUCA AL 937 961 642

T'HO POSEM FÀCIL!

EMPRESA TEXTIL EN ARGENTONA, NECESITA:

CORTADORA DE MUESTRAS

INTERESADOS/AS ENVIAR C.V. A: estefanialc@ppq2002.com

ZEPOL
DETECTIVES
INVESTIGACIÓN PRIVADA
Cami Real, 495 · 7^a 1^a · Mataró. T. 93. 799. 61. 61
www.detectiveszepol.com

SE NECESITAN FAMILIAS PARA ALOJAR ESTUDIANTES FRANCESES

- MEDIA PENSIÓN + PIC-NIC.
- ESTANCIA BIEN REMUNERADA.
- DURANTE TODO EL DÍA ESTARÁN FUERA CON SUS PROFESORES.

T. 93 792 61 33 (TARDES)

ESTANCO EN VENTA
BUENA RENTABILIDAD
93 322 26 00

Bise Solutions
REAL ESTATE & INVESTMENTS

PROMOTORA BUSCA SOLARES URBANOS EDIFICABLES.

Máxima valoración. También permutas.

PIDA REUNIÓN SIN COMPROMISO

T- 93 116 77 35 · C/Alcalde Josep Abril, 9 Mataró

FEM **CRÉIXER**
= **LES IDEES**

TÀCTIC.CAT MÉS QUE WEBS
WWW.TACTIC.CAT - 93 790 97 73



PROFESSIONALS

MUDANZAS, PORTES, MONTAJE / desmontaje muebles. 20 €/hora.
698.645.233 WhatsApp

GRUP D'HAVANERES Mestre d'Aixa.
Havaneres, cançó marinera. Festes majors, festes de carrer, festes privades, casaments, aniversaris, etc. Informació sense compromís 605.686.269 (www.mestredaixa.com).

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

PAVIDNET: Neteja, manteniment i brillantats. Pressupost sense compromís. 93.757.76.83 /607.249.790

SE HACEN OJALES y se ponen botones. Tel. 93.790.82.32

REFORMES DE LA LLAR al millor preu. Cuines, banys, terres, etc. Un bon equip de professionals al millor preu. 677.592.739

REFORMAS, OBRAS, reparaciones, albañilería, electricidad, fontanería, gas, pintura. Económico 670.232.977

MUDANCES ECONÒMIQUES. 692.021.141

ALBAÑIL ECONÓMICO. 697.685.580
PINTOR PROFESIONAL. Trabajos de calidad a buen precio. 679.061.899. Martín.

PINTOR. PRESUPUESTOS ajustados. 607.480.942

PINTOR ECONÓMICO, EXPERIENCIA responsabilidad limpieza. Excelentes acabados tel, 629.988.598

MASAJE ORIENTAL. C/Iluro 98. 688.159.295

VARIS

BUSCO PAREJA ESTABLE. 674.471.893 José

SERVEI DE NETEJA PERE I ANGEL S.L.
40 ANYS

- Desembussos
- Fosses sèptiques
- Neteges tècniques
- Sanejaments
- Neteja de basses
- Neteja de piscines
- Omplim piscines
- Omplim dipòsits de reg
- Manteniments
- Autoritzats per el transport de residus (ADR)
- Inspecció TV clavegueram
- (INDUSTRIALS I PARTICULARS)

937 50 20 71
937 50 63 77

Urgències les 24 hores (festius inclos)

CONTACTES

LA MEJOR CASA relax de Mataró. 12 chicas disponibles para tus fantasías. www.ScortAbril30.com. 93.741.63.41 /657.894.558

RUSA 27 AÑOS, preciosa rubia, delgadita, elegante, dulce, cariñosa, simpática, servicios completitos. 693.966.031.

LAIA 45 CATALANA. 687.072.165
NOVEDAD NORA 21 años. 631.129.242

DÚPLEX 60€/MH. 631.286.930

MASAJE. LOCAL NUEVO. Zona Habana y a domicilio. 688.019.809

MASAJE CUERPO ENTERO. 1 chica japonesa, 2 chicas chinas. Rocafonda. 688.192.012

castellalópez
ADMINISTRACIÓ DE FINQUES

Administrador Finques Col·legiat

Administració de Comunitats i de Pàrquings.
Administració de Lloguers.
Tramitem cèdules i certificats d'eficiència energètica.

Demani'ns més informació sense compromís:

Muralla de La Presó 27 baixos, Mataró
T 937 556 047
www.castellalopezadministracions.cat
administracio@studi.cat

Mans Unides
CAMPANYA CONTRA LA FAM

NO HI HA JUSTICIA sense IGUALTAT

FES-TE'N SOCI. COL·LABORA.
902 40 07 07
www.mansunides.org

ELS ANUNCIS ECONÒMICS
Valen **x2** i amb **10%** de descompte

Entra a: www.totmataro.cat/economic
i introdueix el CODI PROMOCIONAL **eltot**
sortirà a la REVISTA I A INTERNET

ms Pisos
Grup SOREIn

FINQUES Del Villar

info@mspisos.com
Membre de: **api** Col·legi d'Agents d'Immobilitat de Catalunya aicat 3524

ATENCIÓN INVERSORES - C/ DEL CARMEN

145.000€

Si buscas un piso céntrico y con terraza aquí lo tienes. 3 habitaciones, un baño, cocina comedor, lavadero y terraza de 35m2 orientada a mar, 1º sin ascensor. Todo reformado. Si lo ves te lo quedarás!

c/Sant Cugat 2. 08302 -Mataró · Oficina - 93 7994280 Móvil - 609576876



Fitos & el Fitipaldi, primer tribut a Privat

El dissabte 13 de gener a la nit tindrà lloc el primer concert-tribut del nou cicle que proposa Produccions Iluro Music i la sala Privat de Mataró

Música: Laia Mulà

■ Fitos & el Fitipaldi és la banda tribut a Fito y los Fitipaldis que oferirà un concert aquest dissabte dia 13 de gener de 2018 a les 00h a la sala Privat de Mataró. En el concert s'interpretaran temes de la formació de pop rock nascuda l'any 1998 de la mà de Fito Cabrales. Amb aquesta proposta, els organitzadors de la iniciativa, Produccions Iluro Music i la sala Privat, es proposen impulsar un cicle de concerts-tribut per promocionar la música en directe en aquesta franja. A un preu de 6 euros es podrà gaudir de la música de diversos grups de tribut.

La sala es proposa reunir tot aquell públic que després de sopar s'anima a fer una copa a Privat escoltant bona música en directe. A més, després del concert la sala oferirà discoteca fins a les 5.30h de la matinada pels que vulguin continuar amb la festa en aquesta sala de Mataró.

El cicle de concerts-tribut

Amb aquesta iniciativa, Privat i Produccions Iluro Music proposen la possibilitat de gaudir de concerts de les músiques de grups ben populars que

han marcat generacions. Aquest és el pla que proposen els dissabtes de gener i febrer a la nit amb els tributs a bandes com Fito y los Fitipaldis, Mecano, Coldplay o Manà, entre d'altres. Iluro Music aposta pels tributs durant els mesos de gener i febrer i vol acostar al públic la música en directe. D'aquesta manera, també, la música en directe torna a una de les principals sales mataronines.



Fitos y el Fitipaldi

El tribut calca l'estil musical dels pares de 'Por la boca vive el pez'



Una de les bandes més conegudes

Fito y los Fitipaldis és una banda nascuda el 1998 de la mà del seu impulsor: Fito Cabrales. El grup ha triomfat publicant una desena d'àlbums i editant temes de gran qualitat com, per exemple, 'Soldadito marinero' o 'Por la boca vive el pez'. El mes d'abril actuen al Palau Sant Jordi de Barcelona.

GRESS

www.gress.es



ALMACÉN Y EXPOSICIÓN EN ARGENTONA:

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

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

ALMACÉN Y EXPOSICIÓN EN MATARÓ:

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

OFERTA!

Gres 1ª calidad
22'50x60cm
Imitación madera

5 por sólo
,70€/m²



TIMBAO CASTAÑO

NOVEDAD!

Porcelánico
1ª calidad
Imitación madera

También disponible
para exterior

10 por sólo
,66 €/m²



JASPER IVORY

JASPER GREY

JASPER TAUPE

NOVEDAD!

Porcelánico
1ª calidad
antideslizante C3



EVEREST NIEVE

EVEREST PIEDRA

EVEREST LLUVIA

12 por sólo
,30 €/m²



También disponemos de peldaños



La Cavalcada dels Reis d'Orient, en imatges



Daniel Ferrer





Horòscop

Previsions astrològiques per
DHANNA ASTRÒLOGA Diplomada
per l'Associació d'Astrologia de Catalunya.

- Àries** (21/3 al 20/4)
Com menys parlis dels objectius, millor. No tothom està disposat a entendre't. Pots mostrar un excés de preocupació per qüestions que el que demanen és temps i paciència.
- Cranc** (Del 22/6 al 21/7)
Pots haver iniciat una relació de parella darrerament i ara entres en una fase més íntima. A poc a poc aniràs obrint-te doncs no reveles les teves interioritats fàcilment.
- Balança** (Del 24/9 al 23/10)
Cada cop perfilies millor els teus objectius doncs ja no vols perdre el temps i apostes per ser una mica més egoista. Saps que no tothom mereix el teu temps i dedicació.
- Capricorn** (Del 22/12 i el 20/1)
Una de les coses a aprendre aquest any és que el que no és realment important et relisqui una mica més. Baixa l'autoexigència i veuràs com també la teva salut millora.
- Taure** (Del 21/4 al 20/5)
Aprofites les rebaixes per posar la casa al dia. Fa temps que vols fer algunes millores a la llar i ara hi posaràs atenció. Pots rebre la visita d'un amic que viu lluny.
- Lleó** (Del 22/7 al 23/8)
A la feina et tocarà posar alguns límits. No tothom té bones intencions i tot i que ho saps, ho acceptes, però arribarà un punt que diràs prou, doncs t'hi jugues massa.
- Escorpió** (Del 24/10 al 22/11)
La teva ment i la teva intenció poden estar enfocades en l'obtenció de més ingressos. En els darrers temps has après a gestionar millor l'economia i vols treure'n profit.
- Aquari** (Del 21/1 al 19/2)
Se't desperta cert interès a millorar l'alimentació. A vegades no la cuides prou i ara cerques noves maneres de cuinar. Tens ganes d'innovar, i no solament a la cuina.
- Bessons** (21/5 al 21/6)
Intentes tornar a la normalitat després de festes i et costa una mica gestionar el ritme. Cercaràs com tenir més temps i seguir amb una activitat que has començat fa poc.
- Verge** (Del 24/8 al 23/9)
Aquest any pot ser que ja et decideixis a augmentar la família. No sempre és fàcil gestionar l'amistat amb sexe. Pensa en si això és el que vols realment, no t'enganyis.
- Sagitari** (Del 23/11 al 21/12)
Les darreres setmanes pots haver-te sentit seriós i capficat. Si necessites donar el teu temps pels altres, compte a qui li regales, no tothom és digne de la teva atenció.
- Peixos** (Del 20/2 al 20/3)
Si fa temps que no viatges, cercaràs la manera de fer una escapada. Es desperta la teva vena exploradora i vols conèixer altres horitzons. Necessites trencar la monotonia.

DIANNA

4
ANIVERSARIwww.facebook.com/dhannaastrodhannaastro@hotmail.com**Tel. 722 67 23 43**

Consulta a l'Hospitalet



Olvídate del detergente y del suavizante, trabajamos con los mejores
(Incluidos en nuestros precios)



RECOGEMOS Y ENTREGAMOS
DONDE TÚ PREFIERAS

TU TIEMPO ES ORO | ECONOMÍZALO!

TARIFA MÁQUINA:

MÁQUINA DE 11Kg A 4,50€

MÁQUINA DE 15Kg A 6,00€

MÁQUINA DE 20Kg A 7,00€

SECADORAS 18Kg A 3€

TARIFA PLANCHA:

CAMISA 1,70€ | PANTALÓN 1,80€

CAMISETA 1€ | PACK'S DESDE 13€

SERVICIO DE TINTORERÍA

Dissabte 13

7:00	AL DIA BCN Nord-Maresme	8:00	CREURE AVUI	22:00	MATARÓ AL DIA
7:30	CARNET ESPORTIU	8:30	BA-BA	23:00	CARNET ESPORTIU
8:00	DE TEE A GRENN	9:00	CAMINANT x CATALUNYA	23:30	ESTUDI 3
8:30	BA-BA	10:00	TRAC DE CULTURA	0:00	AL DIA BCN Nord-Maresme
9:00	CATALUNYA TERRITORITIC	10:30	CREURE AVUI	0:30	MATARÓ AL DIA
10:00	ÚLTIMA SESSIÓ	11:00	MISSA DE MONTSERRAT	1:30	CARNET ESPORTIU
10:30	AL DIA BCN Nord-Maresme	12:30	HOQUEI EN JOC	2:00	DE TEE A GRENN
11:00	LA CONVERSA	14:30	CAMINANT x CATALUNYA	2:30	EL MIRADOR
11:30	CREURE AVUI	15:30	CALIDOSCOPI	4:30	DOSOS AMUNT
12:00	ADOLESCENTS.CAT	16:00	IMÓN.CAT	5:30	CARNET ESPORTIU
12:30	AL DIA BCN Nord-Maresme	18:00	HANDBOL EN JOC	6:00	MATARÓ AL DIA
13:00	CAMINANT x CATALUNYA	21:30	EN JOC		
14:00	DE TEE A GRENN	22:00	AL DIA CAP DE SETMANA		
14:30	AL DIA BCN Nord-Maresme	22:30	DIUMENGE ESPORTS		
15:00	TRAC DE CULTURA	23:00	SET DIES		
15:30	ÚLTIMA SESSIÓ	0:00	ÚLTIMA SESSIÓ		
16:00	IMÓN.CAT	0:30	DIUMENGE ESPORTS		
16:30	BASQUET EN JOC	1:30	CALIDOSCOPI		
18:00	KASTANYA.CAT	2:00	ÚLTIMA SESSIÓ		
21:00	LA CONVERSA	2:30	TRAC DE CULTURA		
21:30	AL DIA CAP DE SETMANA	3:00	TELÓ DE FONTS		
22:00	CALIDOSCOPI	3:30	LA CONVERSA		
22:30	ÚLTIMA SESSIÓ	4:00	DE TEE A GRENN		
23:00	TRAC DE CULTURA	4:30	REM A REM		
23:30	TELÓ DE FONTS	5:00	TELÓ DE FONTS		
0:00	LA CONVERSA	5:30	CALIDOSCOPI		
0:30	ARA, LLEIDA BLANCA	6:00	DIUMENGE ESPORTS		
1:30	CALIDOSCOPI				
2:00	TELÓ DE FONTS				
2:30	TRAC DE CULTURA				
3:00	ÚLTIMA SESSIÓ				
3:30	LA CONVERSA				
4:00	GAUDEIX LA FESTA				
4:30	ESTUDI 3				
5:00	DE TEE A GRENN				
5:30	CREURE AVUI				
6:00	CATALUNYA TERRITORITIC				

8:00	MATARÓ AL DIA	22:00	MATARÓ AL DIA
9:00	L'ENTREVISTA EN XARXA	23:00	CARNET ESPORTIU
10:00	EL MIRADOR	23:30	ESTUDI 3
12:00	CALIDOSCOPI	0:00	AL DIA BCN Nord-Maresme
12:30	BEN TROBATS	0:30	MATARÓ AL DIA
14:30	AL DIA BCN Nord-Maresme	1:30	CARNET ESPORTIU
15:00	EL MIRADOR	2:00	DE TEE A GRENN
17:00	AL DIA BCN Nord-Maresme	2:30	EL MIRADOR
17:30	CALIDOSCOPI	4:30	DOSOS AMUNT
18:00	BA-BA	5:30	CARNET ESPORTIU
18:30	VOLTA I VOLTA	6:00	MATARÓ AL DIA
19:00	MATARÓ AL DIA		
20:00	LA CONVERSA		
20:30	MATARÓ AL DIA		
21:30	VOLTA I VOLTA		
22:00	MATARÓ AL DIA		
23:00	LA CONVERSA		

21:30	BONBOX
22:00	MATARÓ AL DIA
23:00	TRAC DE CULTURA
23:30	DE TEE A GRENN
0:00	AL DIA BCN Nord-Maresme
0:30	MATARÓ AL DIA
1:30	TRAC DE CULTURA
2:00	GAUDEIX LA FESTA
2:30	MIRADOR
4:30	DE TEE A GRENN
5:00	CARRETERES
5:30	TRAC DE CULTURA
6:00	MATARÓ AL DIA

Dimarts 16

7:00	NOTÍCIES EN XARXA	22:00	MATARÓ AL DIA
8:00	MATARÓ AL DIA	23:00	LA CONVERSA
9:00	L'ENTREVISTA EN XARXA	23:30	GAUDEIX LA FESTA
10:00	EL MIRADOR	0:00	AL DIA BCN Nord-Maresme
12:00	CARNET ESPORTIU	0:30	MATARÓ AL DIA
12:30	BEN TROBATS	1:30	LA CONVERSA
14:30	AL DIA BCN Nord-Maresme	2:00	VOLTA I VOLTA
15:00	EL MIRADOR	2:30	MIRADOR
17:00	AL DIA BCN Nord-Maresme	4:30	GAUDEIX LA FESTA
17:30	CARNET ESPORTIU	5:00	ESTUDI 3
18:00	BA-BA	5:30	LA CONVERSA
18:30	BONBOX	6:00	MATARÓ AL DIA
19:00	MATARÓ AL DIA		
19:30	AUDIÈNCIA PÚBLICA		
21:30	GAUDEIX LA FESTA		
22:00	MATARÓ AL DIA		
23:00	CALIDOSCOPI		
23:30	VOLTA I VOLTA		
0:00	AL DIA BCN Nord-Maresme		
0:30	MATARÓ AL DIA		
1:30	CALIDOSCOPI		
2:00	ESTUDI 3		
2:30	MIRADOR		
4:30	CAMINANT x CATALUNYA		
5:30	CALIDOSCOPI		
6:00	MATARÓ AL DIA		

Divendres 19

7:00	NOTÍCIES EN XARXA	20:00	MATARÓ AL DIA
8:00	MATARÓ AL DIA	20:30	MATARÓ AL DIA
	Reemisió	21:30	ÚLTIMA SESSIÓ
9:00	L'ENTREVISTA EN XARXA	22:00	MATARÓ AL DIA
10:00	EL MIRADOR	23:00	CARNET ESPORTIU
12:00	TRAC DE CULTURA	23:30	ÚLTIMA SESSIÓ
12:30	BEN TROBATS	0:00	AL DIA BCN Nord-Maresme
14:30	AL DIA BCN Nord-Maresme	0:30	MATARÓ AL DIA
15:00	EL MIRADOR	1:30	CARNET ESPORTIU
17:00	AL DIA BCN Nord-Maresme	2:00	BONBOX
17:30	TRAC DE CULTURA	2:30	MIRADOR
18:00	BA-BA	4:30	ÚLTIMA SESSIÓ
18:30	CREURE AVUI	5:00	GAUDEIX LA FESTA
19:00	MATARÓ AL DIA	5:30	CARNET ESPORTIU
19:30	CARNET ESPORTIU	6:00	MATARÓ AL DIA
20:00	MATARÓ AL DIA		
21:30	ÚLTIMA SESSIÓ		
22:00	MATARÓ AL DIA		
23:00	MATARÓ AL DIA		
23:30	MATARÓ AL DIA		
0:00	MATARÓ AL DIA		
0:30	MATARÓ AL DIA		
1:30	MATARÓ AL DIA		
2:00	MATARÓ AL DIA		
2:30	MATARÓ AL DIA		
3:00	MATARÓ AL DIA		
3:30	MATARÓ AL DIA		
4:00	MATARÓ AL DIA		
4:30	MATARÓ AL DIA		
5:00	MATARÓ AL DIA		
5:30	MATARÓ AL DIA		
6:00	MATARÓ AL DIA		

Dijous 18

7:00	NOTÍCIES EN XARXA	22:00	MATARÓ AL DIA
8:00	MATARÓ AL DIA	23:00	LA CONVERSA
9:00	L'ENTREVISTA EN XARXA	23:30	GAUDEIX LA FESTA
10:00	EL MIRADOR	0:00	AL DIA BCN Nord-Maresme
12:00	LA CONVERSA	0:30	MATARÓ AL DIA
12:30	BEN TROBATS	1:30	LA CONVERSA
14:30	AL DIA BCN Nord-Maresme	2:00	VOLTA I VOLTA
15:00	EL MIRADOR	2:30	MIRADOR
17:00	AL DIA BCN Nord-Maresme	4:30	GAUDEIX LA FESTA
17:30	LA CONVERSA	5:00	ESTUDI 3
18:00	BA-BA	5:30	LA CONVERSA
18:30	DE TEE A GRENN	6:00	MATARÓ AL DIA
19:00	MATARÓ AL DIA		
19:30	MATARÓ AL DIA		
20:00	MATARÓ AL DIA		
20:30	MATARÓ AL DIA		

Diumenge 14

7:00	VOLTA I VOLTA
7:30	ÚLTIMA SESSIÓ

Dilluns 15

7:00	NOTÍCIES EN XARXA	22:00	MATARÓ AL DIA
8:00	L'ENTREVISTA EN XARXA	23:00	CARNET ESPORTIU
9:00	EL MIRADOR	23:30	ESTUDI 3
10:00	ÚLTIMA SESSIÓ	0:00	AL DIA BCN Nord-Maresme
12:00	BEN TROBATS	0:30	MATARÓ AL DIA
12:30	ÚLTIMA SESSIÓ	1:30	CALIDOSCOPI
14:30	EL MIRADOR	2:00	ESTUDI 3
15:00	AL DIA BCN Nord-Maresme	2:30	MIRADOR
17:00	TRAC DE CULTURA	4:30	CAMINANT x CATALUNYA
17:30	BA-BA	5:30	CALIDOSCOPI
18:00	LA CONVERSA	6:00	MATARÓ AL DIA
18:30	MATARÓ AL DIA		
19:00	CARNET ESPORTIU		
20:00	MATARÓ AL DIA		
20:30	MATARÓ AL DIA		
21:30	EN JOC		

Dimecres 17

7:00	NOTÍCIES EN XARXA
------	-------------------



GRUP LAUDEM
SERVEIS IMMOBILIARIS

T. 93 193 45 35

c/Alcalde Josep Abril, 9
(costat Jutjats) - Mataró -

registre d'agents immobiliaris
de Catalunya



INMUEBLE EN EXCLUSIVA PARA NUESTROS CLIENTES

Ref. GL 14918 - MOLINS: PRECIO: 142.000€



Exclusiva para nuestros clientes. Jto. Dama del Lago. Piso alto con sol y vistas. 90 m², 4 hab (2 dobles), salón comedor amplio con balcón, cocina roble provenzal office, baño reformado, balcón-terracita y galería. Calefacción y aire acond. Ventanas aluminio. POSIBILIDAD INSTALAR ASCENSOR. No le dejará indiferente. Venga a visitarlo. (C.E. = E)

www.gruplaudem.com / info@gruplaudem.com

Argentona



Cultura, festa i molt més a la Festa Major d'Hivern d'Argentona

El municipi programa activitats entre l'11 i el 14 de gener en commemoració de Sant Julià

Festes: Laia Mulà

Argentona es proposa acollir activitats i propostes de tipus cultural, lúdic i festiu entre els dies 11 i 14 de gener per la Festa Major d'hivern del municipi. D'aquesta manera prolonga un any més l'ambient festiu de les festes de Nadal i commemora Sant Julià. A més de les propostes tradicionals com la cercavila o la Mostra de Bestiari de Foc, la Festa Major també mantindrà el ball i el concert de Festa Major, el Garrivern i molts altres espectacles.

Tres Tombs per acabar

Cal destacar també la Fira d'Artesia i Alimentació que s'instal·larà a la plaça Nova, els tradicionals Tres Tombs i les propostes familiars d'aquesta ocasió. Una programació per a tots els públics.



Gegants

L'esperada Cercavila de Gegants, el dissabte 13 a les 11.30h des de la plaça del Vendre. La cercavila baixarà fins a la plaça Nova, on donarà pas a l'espectacle d'acrobàcia i humor titulat 'Todo encaja' d'UpArte.

La Maravella

El concert de Festa Major amb l'Orquestra Maravella, que tindrà lloc dissabte a les 18h a La Sala a un preu de 4 euros. A les 23h la mateixa orquestra oferirà el ball amb entrada gratuïta a La Sala.



Bestiari

La desena Mostra de Bestiari de Foc tindrà lloc el dissabte 13 a la tarda a la plaça de Vendre i comptarà amb tres bèsties de foc d'altres poblacions. Hi haurà Tabalada, seguida del Petit Correfoc dels Banyetes i de la Cercavila de Bèsties.

Piromusical

La festa culminarà el diumenge. Al migdia hi haurà els Tres Tombs (a partir de les 12h) que enceten temporada. A les 19.30h clourà la festa l'esperat piromusical des de l'Ajuntament a càrrec de Pirotècnia Tomàs.

Torna el Garrivern, la festa més esperada de l'hivern

Argentona organitza avui el Garrivern amb concerts de Miquel Del Roig, Adala i final de festa amb Dj Hochi



L'incombustible Miquel Del Roig i Adala & The Same Song Band

Cedita

■ El divendres dia 12 de gener a les 22.30h començarà la nit més garrina de l'hivern a l'espai de Cal Garrindià d'Argentona: el Garrivern, organitzat per la Garrinada.

El primer concert anirà a càrrec de Miquel del Roig, que portarà un cop més la seva música festiva i plena d'alegria a Argentona. Acompanyat només de la seva inseparable guitarra, Miquel del Roig cantarà versions i cançons pròpies, una barreja que no deixa ningú indiferent.

Tot seguit serà el torn d'Adala & The Same Song Band, una banda de reggae amb ritmes jamaicans i dub. La nit acabarà amb la música més ballable punxada pel Dj de capçalera de La Garrinada i de la Sala Clap: el Dj Hochi.



Su Casa
grup immobiliari

Pl. Cuba, 48, Mataró
Tel. 937 571 282
info@sucasa.es

25 ANYS

13.000 IMMOBLES GESTIONATS

www.sucasa.es



registre d'agents immobiliaris de Catalunya
n.º 4129







ATENCIÓN INVERSORES

Ref. 12740 Cerdanyola Sur: Piso 1/2 altura sin ascensor. 50m2, 2 habitac. Comedor. Cocina. Baño y galería. El piso se encuentra en buen estado general pero sin reformas recientes. Ideal gente sola o parejas. También muy enfocado a inversores que quieran alta rentabilidad (8,3 %).

53.000€ ↑



LOCAL COMERCIAL

Ref. 12825 AVDA. GATASCA: Local cial, 86m2 muy bien situado frente policia nacional y ambulatorio. Zona mucho paso junto Rda. O'donnell. Zona colegios, parada de autobus. 2 pl. 43m2 Expositor a la calle. Zona recepción. Zona despachos, 2 dependencias ideal almacén. Perfecto estado.

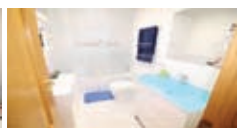
90.000€ ↑



OPORTUNIDAD

Ref. 12764 CENTRO-RONDAS: 1er piso de altura sin ascensor. 80m2, 3 dorm (2 dobles). Baño completo reformado con bañera. Cocina lacada también reformada, galería amplia. Salón comedor amplio y luminoso con balcón exterior a la calle. Calefacción. Excelente distribución. Junto a la Ronda Alfonso X. VISÍTELO!!!

125.000€ ↑



EXCLUSIVA 'SU CASA'

Ref. 12734 Z. PL. FIVALLER: Bonito piso pocos años. Ascensor. 68m2 + 4m2 trastero. Exterior. Salón comedor 24m2. Cocina haya, galería. 2 dor. Baño completo. Armario emp. Zona Pl. Fivaller, sólo 5 min. a la playa. Planta baja perfecto estado!!

168.000€ ↑

Consulti a la 1a pàgina altres ofertes a Mataró



L'entrega de premis de l'edició de l'any passat



Torna la mostra de Curts 'Videopèsols'

Des del 17 de novembre està oberta la convocatòria per presentar els curts a aquesta iniciativa de l'Ajuntament de Caldes d'Estrac

Cultura: Redacció

Per tercera vegada el municipi de Caldes d'Estrac organitza el Videopèsols, la III Mostra de Curts de Caldes d'Estrac. Es tracta d'una iniciativa de l'Ajuntament organitzada per Teleduca, Educació i Comunicació SCP. La convocatòria està oberta des del 17 de novembre de 2017 fins al 10 de febrer de 2018 i anima als creadors a realitzar peces audiovisuals que tinguin com a element comú el pèsol i que s'inspirin en la població i l'entorn.

La mostra es proposa promoure

la cultura i la tradició del pèsol al municipi, així com fer poble i donar-lo a conèixer més enllà. La creació audiovisual és l'eina escollida per potenciar la visibilització de la Pesolada de Caldes i promoure la interrelació de la gastronomia amb la creativitat audiovisual.

Les bases

Els participants poden presentar fins a tres curtsmetratges per persona abans del 10 de febrer de 2018, amb inscripció gratuïta. El vídeo pot ser de qualsevol

gènere (animació, documental, vídeo art...) i ha de tenir una durada màxima de 3 minuts. El curt ha de ser original i de creació pròpia i s'entregaran tres premis: el 1r Premi General Pesolada, el Premi Jove Pèsol de la Floreta (per participants d'entre 12 i 17 anys) i el Premi al Millor Videopèsol segons la votació del públic.

Jurat de prestigi

El jurat de Videopèsols el formen persones vinculades al món del cinema, la creació audiovisual, la fotografia i la cultura.

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 envia la resposta en una carta o postal, o a través de la **nostra web**.

BANNER INVERTIT: 35€*

Navega per la web **totmataro.cat** fins trobar el **banner invertit**, fes clic sobre ell i copia l'adreça web i aquesta serà la resposta.

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- 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:

LAURA LÓPEZ NAVARRO

Paraula invertida:

ESPECIALISTES

Adreça web del banner invertit:

<http://grupocastro.es/>

* NO UTILITZAR aquesta butlleta per participar al concurs. Les revistes són per a tothom. Gràcies.
* El premi caduca als 30 dies

IMMO NOVA

Agencia inmobiliaria especialista en Mataró

¿Quieres vivir en Mataró?

SOMOS TU INMOBILIARIA ☎ 93 536 33 74

OPORTUNIDAD



Ref. 2648: Pla Boet: Planta baja con patio a nivel de 25m2. 2 habitaciones dobles, cocina office, salón-comedor muy luminoso, 1 baño. De origen conservado. Zona con todos los servicios!!

99.000€

ORIENTADO A MAR



Ref. 2705: Cerdañola: 90 m2, luminoso y soleado. 3 habitaciones, cocina independiente, salón-comedor con salida a balcón, 1 baño. Comunidad reducida!!

126.000€

P.B. + PATIO + PK



Ref. 2678: Vista Alegre: 150 m2 con entrada independiente. 2 habitaciones, salón-comedor con cocina integrada, 1 baño, aire acond. Proyecto para hacer 2 hab. más!!

176.000€



Entra en www.immo-nova.es
y encuentra tu vivienda

EXCELENTE COMPRA + PK



Ref. 2706: Havana: Atención, en bloque semi-nuevo con ascensor. 2 habitaciones, cocina office, salón-comedor y cocina con salida a patio de 12 m2. 2 baños, trastero. No lo dejes escapar!!

189.000€

VIVIENDA EXCLUSIVA



Ref. 2457: Molins: Pl. baja entrada independiente, reformada. 3 habitac. (1 suite), cocina integrada, a gran salón-comedor, 2 baños, patio a nivel. Se vende con mobiliario. Diseño único!!

192.000€

CASA JTO. PARQUE CENTRAL



Ref. 2702: Centro: 4 hab. dobles, 1 despacho, cocina office, patio con barbacoa, salón-comedor, chimenea y balcón, 2 baños, 1 aseo. Parking 3 coches, trastero y terraza 70 m2!!

390.000€

Financiación hipotecaria a tu medida

MATARÓ
Camí del Mig, 20
info@immonova.es
Telf. 93 536 33 74

api Col·legi d'Agents Immobiliaris de Catalunya
registre d'agents immobiliaris de Catalunya
al·lotj: 6498

www.immo-nova.es

@immonova





Tasques d'extinció de l'incendi de Lllaneres



Crema una antiga residència a Lllaneres

El foc, molt important, va començar dimarts al matí en aquest espai abandonat que estava ocupat per dues persones amb la síndrome de Diògenes

Successos: Redacció - ACN

■ Passades les cinc del matí del dimarts els bombers rebien un avís d'incendi originat en el segon pis d'una antiga residència d'avis de Sant Andreu de Lllaneres que ja feia alguns anys que havia tancat. Segons va comunicar el cap d'intervenció dels Bombers, Albert Cervera, hi vivien dos extreballadors del centre que patien la síndrome de Diògenes, una patologia que porta a l'acumulació de gran quantitat de deixalla al seu interior. Aquesta gran càrrega de combustible va dificultar les tasques d'extinció de l'incendi que els bombers no van tenir controlat fins al dimarts a la tarda. Els treballs d'extinció es van fer primer des de l'exterior de l'immoble, pel risc que pogués caure l'edifici. Tot i això, cap al migdia els Bombers van accedir a l'interior.

Un ocupant desaparegut

Dels dos ocupants que vivien a l'edifici, un va ser traslladat a l'Hospital de Mataró per inhalació de fum, mentre que l'altre va desaparèixer i se'l va buscar dins el gran immoble. Els Bombers no descartaven que hagués pogut

quedar atrapat a l'interior.

L'immoble incendiat està compost per dues plantes d'uns 150 m² i unes golfes. L'incendi va començar al segon pis però es va propagar amb rapidesa per la resta de l'edifici: primer a la planta baixa i després a l'altell. Així va acabar cremant tot l'immoble amb un risc considerable d'esfondrament. Tot i que la coberta original va cedir, el forjat interior no es va esfondrar, segons informen els Bombers. Cap al migdia van poder entrar a l'immoble però l'acumulació d'objectes va dificultar el treball que, possiblement, s'allargarà per la quantitat de combustible acumulat.

A l'espera de l'ordre judicial

Els ocupants eren dos antics treballadors de la residència geriàtrica La Trobada, situada als afores de Lllaneres, que ja feia almenys quatre anys que estava tancada. Els veïns havien denunciat la situació en repetides ocasions a l'Ajuntament i, aquest, estava a l'espera de rebre una ordre judicial que li permetés accedir a l'immoble per retirar les deixalles acumulades.

14

Hi van treballar fins a catorze dotacions dels Bombers



Els Bombers van estar hores sense poder entrar dins l'immoble

La xarxa més gran de Mataró amb 4 oficines, i més de 25 agents per gestionar el teu immoble

OFICINA CENTRE: C. Jaume Recoder, 4, Local 1 · T 937 079 216 · bahn6@tecnocasa.es

registre d'agents immobiliaris
de Catalunya aicat 3965



PLAÇA CUBA (Ref. 241489)
Dúplex totalment reformat al centre de Mataró. 155 m² 3 habitacions dobles i 2 banys. Dues terrasses de més de 30m².
335.000€.



CENTRE (Ref. 242389)
Al costat de la Plaça Santa Anna, 5 hab., 2 banys, 130m² de pis. Amb ascensor y possibilitat de parking.
Pis per reformat
REBAIXAT 218.000€

OFICINA PERAMÀS: C. Miquel Biada, 115 · T 935 128 660 · bahn5@tecnocasa.es

registre d'agents immobiliaris
de Catalunya aicat 3964



CENTRE (Ref. 244274). Quart pis amb ascensor. Disposa de 70m², 2 hab. (abans 3), bany amb dutxa, cuina i saló-menjador amb sortida a balcó. Reformat.
REBAIXAT 127.100€.



VIA EUROPA (Ref. 233316). Pis seminou amb ascensor, 3 dormitoris, 2 banys, menjador, cuina amb galeria, i gran balcó tipus terrassa. Traster inclòs en le preu.
REBAIXAT 179.990€

OFICINA MOLINS I CIRERA: Nicolau Guanyabens, 1 · T. 935 665 225 · bahn5@tecnocasa.es

registre d'agents immobiliaris
de Catalunya aicat 7276



ROCAFONDA/CTRA MATA (Ref. 235202)
Àtic amb terrassa a nivell de 70m². Vivenda de 80m², 4 hab. menjador, cuina ind, safareig i bany complet. Ext. i ben distribuït
82.000€



ELS MOLINS. Primer pis de 55m², amb 3 habitacions, cuina independent, bany complet i saló-menjador amb sortida a terrassa de 12m². Per reformat al seu gust
57.000€

OFICINA CERDANYOLA: Av. Gatassa, 141 · T. 937 415 131 · bahn1@tecnocasa.es

registre d'agents immobiliaris
de Catalunya aicat 3963



ÀTIC AMB ASCENSOR (Ref. 246641).
Àtic de 4 hab. ext. Cuina reformada de 15 m² i saló-menjador de 30m² amb sortida a balcó. Exterior amb molta llum.
202.000€.



PIS TOTALMENT REFORMAT (Ref. 244776) Pis exterior amb vistes a la montanya. Consta de 3 dormitoris dobles, cuina office i saló-menjador de 30m².
128.000€



És músic, programador, emprenedor, professor de música i col·laborador de l'OBC

Daniel Ferrer

Laia Mulà

■ L'Armando Erenas és un músic inquiet, actiu i polifacètic. És d'aquelles persones “que s'apunten a un bombardeig” i que se l'ha de definir com un cul inquiet. Si li preguntes què fa actualment, la llista és llarga: és col·laborador de l'Orquestra Simfònica de Barcelona i Nacional de Catalunya (OBC), professor de música de l'Escola de Música Jordi Cabezudo, músic d'estudi, programador musical del Mirinda i recentment ha començat a participar en el programa InnoEmprèn del TecnoCampus. Toca la guitarra clàssica, l'elèctrica, l'acústica, el baix, la mandolina, el banjo, l'ukulele, i gairebé qualsevol instrument que tingui cordes.

Com a col·laborador esporàdic de l'OBC, l'Armando va tocar per primera vegada fa dos anys en l'espectacle 'Una nit a Broadway'. Des de llavors ha format part dels músics de grans muntatges de l'Auditori de Barcelona com, per exemple, West Side Story. Té clar que “és una gran oportunitat participar d'aquest tipus de productes perquè t'ajuden a créixer i enfrontar-te a nous reptes”. Tot i això, si ha d'escollir un estil musical, es queda amb el soul fusionat amb jazz. Per arribar a ser músic, però, el procés ha estat llarg. El seu primer contacte va tenir lloc amb només 10 anys, quan va començar a fer classes de guitarra amb en Jordi Nogueras. Recorda amb intensitat quan, amb només 12 anys, va pujar per primera vegada a l'escenari del Clap acompanyat

del seu professor, un referent per a ell. Després de dubtar sobre el seu futur, va tenir “una revelació” mentre treballava a una residència de gent gran. “M'explicaven les seves vides i em van fer veure que el que de veritat volia era tocar la guitarra”, confessa. Per això va proposar-se fer el Grau Superior al Liceu.

Emprenedors pel 3D

L'Armando, juntament amb uns companys de projecte, s'han proposat muntar una empresa vinculada amb el desenvolupament d'àudio per a vídeos en 3D. La tasca d'Erenas en el projecte serà la de fer la música, mentre que s'han posat en contacte amb Eurecat perquè els faci el Software, explica Erenas. A més, compten amb el suport del programa del TecnoCampus InnoEmprèn, des d'on els ofereixen orientació i ajuda per posar en marxa el projecte amb tot el necessari perquè funcioni.

APUNTS

Defineix-te: *Obert i alegre*

Un llibre: *L'afinador de pianos* de Daniel Maison

Una pel·lícula: *West Side Story*

Un repte: *Ser millor músic*

Un referent: *Lee Konitz*

Un viatge: *Em quedo amb el viatge a Tenerife amb el meu germà*



C&M
Gestiones Inmobiliarias



T. 937 965 148

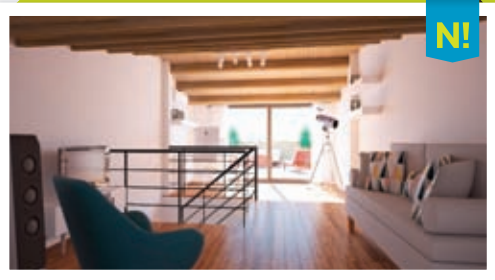
Rda. Francesc Macià, 28 (esqui. c/Castaños) · Mataró

inmobiliariacym@ono.com

www.cymgestionesinmobiliarias.com



registre d'agents immobiliaris
de Catalunya
alcat 5365



N!

Ref. 4448
Z. P. I CADA FALCH:
175.000€

OBRA NUEVA-OPOTUNIDAD: Dúplex 2 terrazas 1 a nivel de comedor, 2 hab. + estudio, baño completo y aseo. Empiece el año estrenando vivienda.



Ref. 2488
PLA D'EN BOET:
99.000€

PISO ECONÓMICO: Planta baja con patio de 15m2 muy bien conservado, 2 hab., baño completo con ducha, cocina formica, calefacción.



Ref. 4493
Z. CERDANYOLA:
118.000€

OCASIÓN. PRIMER PISO DE 100M2: Consta de 5 hab. 4 de ellas dobles, baño con ducha, cocina office, galería anexa, balcón exterior, terrado comunitario.



Ref. 2490
Z. EIXAMPLE:
119.000€

OPORTUNIDAD, PISO REFORMADO: 3 hab. 1 doble, baño completo con ducha, cocina con galería anexa, suelos de gres, exteriores aluminio, puertas de haya.



Ref. 4494
Z. CERDANYOLA:
148.000€

PISO TOTALMENTE REFORMADO: 1/2 altura sin ascensor, 95m2, 4 hab. 2 dobles, baño con ducha, salón comedor 24m2, balcón, a.a. con bomba de calor.



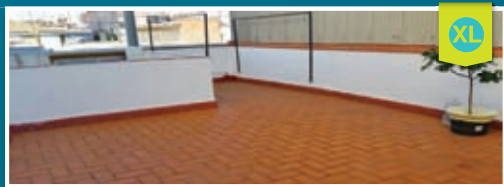
Ref. 4490
Z. ROCABLANCA:
189.000€

PISO 1/2 ALTURA CON ASCENSOR: 4 hab. (2 dobles), 2 baños compl, cocina office roble, salón comedor, chimenea, a.a., calefacción, armarios empotrados.



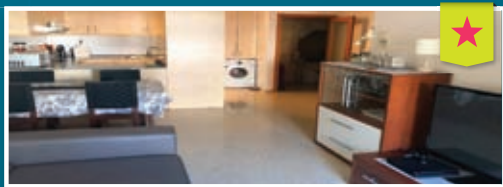
Ref. 2483
Z. VIA EUROPA:
270.000€

PISO DE 110M2 CON ASCENSOR: Plaza pk incluida, 4 hab. (1 suite), 2 baños completos, cocina office lacada blanca y galería anexa, calefacción. Piso definitivo.



Ref. 4489
Z. RDA. EXTERIOR:
279.000€

GRAN CASA 160M2 + LOCAL/PK DE 60M2: 3 hab. 1 suite + estudio con cocina, aseo, tza a nivel 25m2, tza. 40m2, 2 baños, 3 aseos, cocina off, patio, derecho a vuelo.



Ref. 2477
Z. EIXAMPLE:
199.000€

PISO TOTALMENTE REFORMADO: Cerca centro, 3 hab. 1 doble, salón 25m2, cocina americ, haya, baño compl, y aseo, a.a. bomba calor, comunidad reducida.

SI QUIERE ALQUILAR O VENDER SU PISO, LLÁMENOS AL: ☎ **937 965 148**

Centre



Oportunitat única al centre de Mataró

Zona molt tranquil·la amb pocs veïns. Habitatge semi reformat a 5 minuts centre, estació i de la platja. 91m², saló amb balcó totalment il·luminat. 4 habit. (3 dobles) cuina reformada, galeria ampla i bany complet amb dutxa. Ascensor. Quedara totalment enamorad's. Vingui a veure!!! T151343

165.000€

*Vol vendre
o llogar
el seu
immoble?*

Parc Central



Planta baixa moblada amb terrassa a nivell!

75m², 2 habitac. dobles (1 suite amb armari encastat), 2 banys complets, cuina americ, ampli saló menjador amb terrassa 15m², calefacció, terres parquet, ascensor, pl. pàrquing incl. Gran zona comunitària enjardinada !! Truqui ns no ho deixi perdre !! T151264

198.450€

**45 anys
d'experiència ens avalen.**

**Serietat i eficàcia
al millor preu!**

La Llàntia



Àtic dúplex de 107m² tot exterior

Té 4 habitacions amb armaris encastats, 2 banys complets, cuina office, ampli i lluminós saló menjador, galeria, balcó, aa/cc, tancaments d'alumini, persianes elèctriques, mosquiteres, ascensor, pàrquing inclòs !!! Excel·lent terrassa de 35m² amb vistes a mar!! T150930

249.000€

Can Bruquera



Magnífica casa a 4 vents amb jardí i vistes al mar!

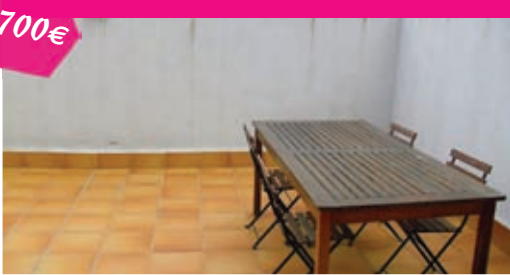
1000m² parc, 385m² en 2 pl. Planta baixa, menjador, llar de foc, cuina americana, balcó amb vistes, bany complet, 4 habit i estudi bany impecable, altre menjador, solarium i balcó, cuina office, àtic amb 2 dormit. i bany. Jardí, barbacoa. Garatge 2 cobres i traster! T250274

390.000€



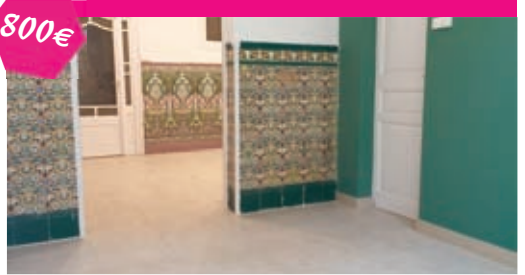
*Propietari: li lloquem amb les màximes garanties.
 Truqui'ns! 93 757 83 83*

700€



T105051 Centre. Perfecte, estat tot moblat 40m². 1 habitació. 1 bany complet amb dutxa, cuina americana, saló menjador bona distribució, aa/cc, parquet, tançaments d'alumini, ascensor, parking opcional. Preciosa terrassa assolada de 25m²!!!!

800€



T110540 Centre. Preciós pis en planta baixa reformat de 107m². 3 habitacions. 1 bany complet amb dutxa, cuina office, saló menjador amb sortida a pati, galeria, traster. Si vols viure al cor de la ciutat aquest és el teu pis!!!

1.300€



T151110 Centre. Pis amb acabats qualitat a 1a línia de mar 97.15m². 3 habit. 2 banys complets, cuina office, ampli saló menjador amb terrassa 16m². aa / cc, tanç. alumini, parquet, ascensor, parking. Espectaculars vistes a la muntanya i la ciutat!!!

1.900€



T420248 Arenys de Mar. Autèntica casa de poble en ple centre, molt a prop mar, l'estació. 126m² en 2 plantes. 4 habit. dobles, cuina office, petit pati. 2 banys amb dutxa i un lavabo de cortesia. Terrassa sup. 18m². La finca té dret a vol d'una planta més. No dubti a veure-la!!!

190€



T302326 Centre. Oficina a segona planta molt lluminosa de 25m² en immillorable situació al costat de la mar, Truqui'ns i vingui a veure-ho!!!!

500€



T302793 Centre. Local planta baixa amb molt d'encant 105m², bany. A 3 minuts Plaça Santa Ana, ideal oficines, centre mèdic, estètica. No ho dubti i vingui!

600€



T302988 Peramàs. Local a peu de carrer, 200m², diàfan, lavabo, 3 aires condic. 6.000 frigories, extractor potent, sortida de fums. Ideal supermercat, despatx, bar, gimnàs, etc!!!

1.600€



T701454 Centre. Nau industrial en primer pis de 475m² (local de 350m² + 100m² d'oficines + 25m² de altell). 2 banys, muntacarregues, tots els subministres donats d'alta. Molt bona zona, vingui a veure-la!!!


Les vivendes amb estrella són exclusives d'Urbania


Entra a www.urbenia.es per veure el tour virtual de la vivenda!

MATARÓ - Cirera R 80283

MATARÓ - La Llàntia R 80173

MATARÓ - Camí Serra R 80294



Pis 1/2 alçada, 2 hab i 1 despatx, assolellat i vistes a tot Mataró. Ideal parelles o inversors!

99.000€

VOLS ESTRENAR PIS? Pis refor. 2h, cuina nova, wc, saló 24m2. Obrim llista d'espera per veure'!!

126.900 €

PB molt acollidora, 2 hab, cuina oberta a menjador, a/c, pk i tr.inclós. Ideal per inversors!

144.500€

MATARÓ - Els Molins R 80296



SERVEIS EXCLUSIUS

TAXACIÓ GRATUÏTA DEL TEU IMMOBLE

www.urbenia.es

MATARÓ - Cerdanyola R 80254



Pb reformada de 3 hab i 2 locals per ampliar la vivenda, pati de 26 m2. Una gran oportunitat!

145.000€

Pis acollidor i il·luminós amb vistes a Burriac, 3 hab, cuina reformada. Finsa amb ascensor. Pis ideal!!

158.000€

MATARÓ - Pla d'en Boet R 80394

MATARÓ - Eixample R 80297

ARGENTONA - Madà R 40785



Gran pis de 4 hab, orientat al mar, cuina reformada i equipada. Amb ascensor. Pis ideal!

179.000 €

PB seminova 4 hab (2 db i 1 suite), cuina perfecta i hab planxa, 2 terrasses, asc i pk. Gran elecció!

261.500 €

Excel·lent casa als 4 vents, sol tot el dia. 4 hab, jardí 300 m2 i z. comunit. Per entrar!!

364.000€

Obra nova al C/Fortuny, 24 de Mataró

De 2 a 5 habitacions amb patis i terrasses

Des de 159.000 €



EDIFICI MATARÓ

EL RENGLLE II



OBRA NOVA

A PRIMERA LÍNIA DE MAR

DES DE 135.000 €



Mataró

Rengle/Tecnocampus

C/Jaume Vicens Vives, 11

- Pisos d'1 a 4 habitacions
- Grans terrasses amb vistes
- Piscina comunitària
- Amb la tecnologia del Tub Verd

Promociona:

A habitat

Comercialitza:

Urbania

Descobreix tots els
immobles disponibles a:

www.urbenia.es/rengle2

Més informació:

Ronda Prim, 82. Mataró · mataro@urbenia.es · T. 93 798 01 11

SPORTIUM



WIN333

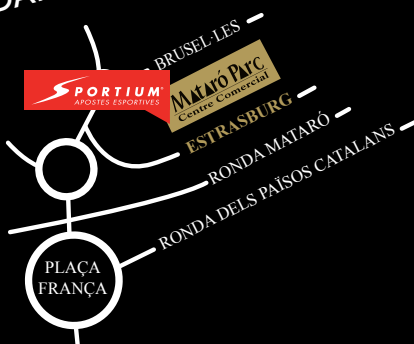
L'ESPORT EN DIRECTE




A Mataró Parc
Centre Comercial

C/ Estrasburg 5, Local 109B

OBERT CADA DIA FINS A LES 04:00H
(DARRERE DELS CINEMES)



 www.matarojoc.com



Méndez Núñez, 30 (AL COSTAT DEL JUTJATS)



Riera, 17