

Més!

OSONA RIPOLLÈS GARROTXA LLUÇANÈS



Keràmik 2024

Pàgines especials



Embaràs

Pàgines especials



30 ANYS DE GEGANTS!

Els Gegants del c. de la Riera de Vic han celebrat el seu 30è aniversari. Foto: J.M.Costa

BUIDEM EMPRESES I CASES

LOCALS - MAGATZEMS - BOTIGUES - TALLERS - CASES PARTICULARS - MASIES - TRASTERS

PAGUEM AL COMPTAT!

Buida el teu local, casa, empresa... i treu un rendiment de materials o objectes vells que no fas servir. Truca'ns i et fem una valoració.

ESPECIALISTES EN
DESBALLASTAMENTS
INDUSTRIALS

Per a desballastaments industrials de tot tipus d'empresa, disposem de camions especialitzats.



DEIXALLES J.S.

☎️ 662 591 155

✉️ jose672769005@gmail.com

Foto: Toni Carrasco



EL NAUFRAGI, LA PROPOSTA DEL CANTÀNIA D'ENGUANY

Amb sis representacions durant tot el cap de setmana a l'Atlàntida.

Toni Carrasco.- Fins a sis representacions, amb la participació activa i enèrgica d'escolars de cicle mitjà i superior de primària de la comarca d'Osona, han tingut lloc aquest cap de setmana a l'Atlàntida per a representar El naufragi, dins la proposta de Cantània 2024.

Cantània és una activitat parti-

cipativa amb alumnes d'escoles i centres educatius de Vic, L'Esquirol, Sant Bartomeu del Grau, Roda de Ter, Gurb, Taradell, Centelles, Seva, Sant Martí de Centelles, Hostalets de Balenyà, les Masies de Voltregà i Sant Quirze de Besora.

És fruit de l'organització conjunta i participativa del teatre l'Atlàntida de Vic, L'Auditori de Barcelona i compta amb el suport de la Diputació de Barcelona.

La composició de l'obra ha anat a càrrec de Marc Timón, i els textos són de Jair Domínguez.

Fins a vint cançons són escenificades, cantades i representades dalt de l'escenari per alumnes dels centres esmentats. Enguany, la proposta girava al voltant de fer un viatge de final de curs en un enorme creuer, amb el greuge que aquest vaixell colossal contamina molt i és un exemple clar

de mitjà de transport poc sostenible. I així, els dos protagonistes, en Biel i la Martina, que tenen visions oposades sobre la manera de viatjar, mostren les seves divergències i argumentaris.

La posada en escena dalt de l'escenari anava acompanyada i complementava les veus dels escolars amb veus solistes, piano, percussió, violí, viola, violoncel, contrabaix, baix elèctric, flauta i trompeta.

EL SOPAR SOLIDARI DEL ROTARY CLUB VIC-OSONA REUNEIX 700 PERSONES AL SUCRE DE VIC



Es van recaptar 53.273 € en benefici de la gent gran.

Toni Carrasco (Foto: T.C).- El recinte firal del Sucre es va omplir de persones solidàries en una proposta més del Rotary Club Vic-Osona, el sopar Il·lusi-

ons a Taula. La recaptació, 53.273€, es destinarà a projectes en benefici de la gent gran. Una proposta amb més de 700 comensals en un sopar servit pel xef de Santa Eugènia de Berga, Jordi Arumí. En uns plats que reflecteixen la riquesa gastronòmica de la comarca i del

país, amb una presentació lluida, creativa i amb productes de la màxima qualitat.

El 129è president de la Generalitat, Artur Mas, va fer una conferència sobre els reptes de la societat, tot afegint un toc de profunditat i reflexió en una vetllada única de solidaritat comunitària de la comarca.

Aquesta ha estat la vuitena edició d'Il·lusions a Taula, que en anys anteriors s'ha dedicat a col·lectius diversos com la investigació del càncer infantil, Sant Tomàs, Càritas i el seu

menjador social, la prevenció i detecció del càncer de còlon, Adfo, Osonament, Fundació Humanitària Dr. Trueta i Fundació Tapis. Enguany, la campanya ha estat per una vellesa digna a la nostra comarca.

Hi han participat i col·laborat activament més de 70 empreses de la comarca, diversos ajuntaments, el Consell Comarcal d'Osona i els Rotary Club d'Olot, Ripollès, Sant Cugat del Vallès i Granollers, entre altres institucions.



Embaràs

Pàgines especials



Keràmik

Pàgines especials



Ensenyament

Pàgines especials

UNA MICA DE TOT

Sempre intentem que els continguts que triem per publicar siguin diversos dins de les nostres possibilitats d'espai i dins de les nostres temàtiques: cultura, esports i festes. En aquesta línia, a la revista que tens a les mans hi trobaràs reportatges del Cantània a l'Atlàntida, del Festus de Torelló, de Calldetenes surt al carrer, de la Festa Flamenca de Balenyà, del sopar solidari del Rotary Club d'Osona i, per descomptat, de la notícia que obre portada: els 30 anys dels gegants del carrer de la Riera.

A la secció d'esports repassem, entre d'altres, com ha anat la tercera edició del Bike Show Vic-Osona, que ha aplegat 700 ciclistes de totes les edats.

I pel que fa als monogràfics, aquesta setmana comptem amb 3 especials: embaràs, Keràmik i ensenyament.

Gaudiu de la lectura i dimarts vinent...

Més!

BUIDEM EMPRESSES I CASES PAGUEM AL COMPTAT!

Buida el teu local, casa, empresa... i treu un rendiment de materials o objectes vells que no fas servir. Truca'ns i et fem una valoració.

ESPECIALISTES EN
DESBALLASTAMENTS
INDUSTRIALS



DEIXALLES J.S.

☎️ 📞 662 591 155

✉️ jose672769005@gmail.com



Cadira Pujaescales FLOW X

Pensada per a un **moviment fluid**, la cadira pujaescales FlowX ofereix el **màxim nivell de comoditat, seguretat i disseny**. A més, s'instal·la sobre l'escala, no a la paret, la qual cosa permet una **instal·lació ràpida** i amb una alteració mínima de la seva llar.



farré
Accessibilitat

Contacti amb nosaltres i l'assessorarem!

Tel. 93 817 26 81 - 609 314 500 - farre@farre.es - www.farre.es

TORELLÓ HA ACOLLIT UN NOU I ESPECTACULAR FESTUS



Amb tota mena de propostes d'arts visuals, circ, dansa, música i teatre.

Toni Carrasco (Fotos: T.C).- La 27a edició del Festival d'Arts al Carrer, el Festus de Torelló, no ha deixat indiferent a ningú que s'ha volgut acostar fins a la capital de la Vall del Ges aquest passat divendres i dissabte.

Dos dies de propostes artístiques per divertir-se, però també per emocionar-se, pensar i posar en comú allò que uneix artistes i espectadors. I tot ha

succeït, un any més, als carrers i entorns particulars de Torelló en forma d'arts visuals, circ, dansa, música i teatre per a pràcticament tots els públics. Totes unes arts que són un aparador actual de les tendències en aquests camps.

L'art ha estat el protagonista en diferents formes i també gràcies a la mirada de qui el presencia, de qui el veu. L'art és una experiència, una reacció a allò que ens és comú, i a Torelló se'n surten amb nota molt alta. El diàleg en què l'ar-



tista crea a partir del pòsit col·lectiu que s'acaba filtrant a l'obra i el treball del creador, i sempre des del seu prisma constructiu i creador, i així s'acaba aconseguint un treball compartit de fons comú en un binomi, artista-espectador.

Pel Festus, la cultura pertany a tothom, i queda més demostrat tot oferint un context amable, senzill i proper on gaudir-ne i ser-ne part, a peu de carrer.

Després de 27 anys de lluites,

el Festus de Torelló és ja marca pròpia del territori, tot mostrant experiències artístiques no convencionals i gens comercials.

Des d'Amorante a Pau Palau amb Zloty, de Renaldo&Clara a Yidor Llach, o de Power Burkas a Jimena Cavaletti, les propostes han omplert espais diversos singulars. I com a novetat d'enguany, cal destacar La Carrera OFF, que ha funcionat obertament el dissabte des de quarts de sis de la tarda fins a mitjanit.

CALLEDTENES SURT AL CARRER!



Fotos: Toni Carrasco

Amb diversos actes festius a la plaça Onze de Setembre.

Toni Carrasco.- La plaça Onze de Setembre va ser el centre de les activitats festives que dissabte van tenir lloc a Calldetenes sota la proposta Calldetenes surt al carrer, tot aprofitant el bon temps del cap de setmana.

Al punt del migdia va encetar els actes el tonenc mag Xule, per continuar amb el vermut musical i l'acompanyament de Clara Mashio. Una mica més tard, es va fer el dinar popular amb la col·laboració de diverses food trucks instal·lades a la mateixa plaça.

La sobretaula va començar

amb una quina i a partir de dos quarts de vuit hi va actuar Sunmorenao i Persons. Un trio barceloní gracienc de rumba catalana de km 0, format per Roger Carreres a la bateria i veu, Ignasi Caballé als teclats i veu, i Oriol Ro-

dríguez a la guitarra i veu principal. Van oferir un directe enèrgic, divertit i tot combinant temes dels seus dos discos de versions rumberes que no poden faltar en cap ball animat com el de Calldetenes.

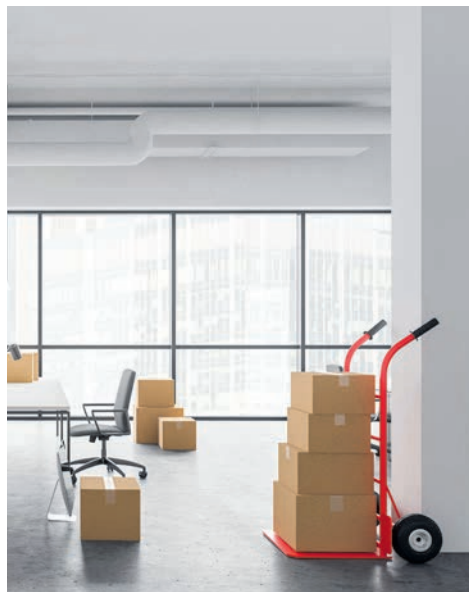


BUIDEM EMPRESES I CASES

PAGUEM AL COMPTAT!

Buida el teu local, casa, empresa... i treu un rendiment de materials o objectes vells que no fas servir. Truca'ns i et fem una valoració.

LOCALS - MAGATZEMS - BOTIGUES - TALLERS
CASES PARTICULARS - MASIES - TRASTERS



ESPECIALISTES EN DESBALLASTAMENTS INDUSTRIALS

Per a desballastaments industrials de tot tipus d'empresa, disposem de camions especialitzats.



DEIXALLES J.S.

  662 591 155

 jose672769005@gmail.com

BALENYÀ VIU LA FESTA FLAMENCA DE PRIMAVERA



Amb més de cent assistents, menjant "potaje" i ballant al ritme de Los Shupitos.

Toni Carrasco (Fotos: T.C.)- La Festa de Primavera de l'ACA de Balenyà i Tona va tenir lloc aquest dissabte a la pista coberta dels Hostalets de Balenyà. Al migdia, un bon dinar tradicional amb un "potaje rociero" va animar l'ambient fins que van arribar els balls tradicionals propis d'Andalusia. Uns

balls d'exhibició dalt de l'escenari seguits amb molt d'entusiasme per tot el públic present, més de cent assistents.

La festa va acabar ja al vespre amb un ball del grup Los Shupitos, una banda barcelonina de cinc músics que basen les seves actuacions en la rumba, i que combinen temes més clàssics amb la rumba catalana i versions arrumbades de temes de tots els temps i estils.



EL GRUP DE TEATRE DE SANT HIPÒLIT HA PRESENTAT "BODAS DE SANGRE"

Tot celebrant els seus 25 anys d'existència.

Toni Carrasco. (Foto: T.C.)- El grup de teatre amateur de Sant Hipòlit ha volgut celebrar els seus 25 anys d'existència amb un repte important: la representació d'una obra cabdal de la literatura espanyola: Bodas de sangre, de Federico García Lorca.

Sota la direcció de Sergio Marcos i Maria Morales, gairebé una trentena d'actors i músics dalt l'escenari donen vida a aquest contundent drama rural de missatge universal. El llenguatge, la trama, el context social i el simbolisme lorquí presents en tota la dramaturgia guien els

actors cap a un camí on s'ofereixen diferents dreceres per a poder experimentar les possibilitats actoralment i creatives d'una proposta tan suggerent, i que encara captiva al públic assistent.

Una obra clàssica en format contemporani amb continguts universals com l'amor, la traïció, l'honor, la passió o la mort narrats en castellà en una prosa poètica que només Lorca sabia escriure.

Una obra i un treball delicat i punyent on afloren sentiments bàsics i ancestrals i plena de sentiments i emocions o es demostra, una vegada més, la veritable fragilitat de les aparents fortesales.

CONTINUA EL CICLE DE CAMINADES DELS JUBILATS DE LA RAMBLA

La de maig ha estat una ruta de sis quilòmetres a l'entorn de Rupit.

Redacció (Foto: Josep M. Costa)- L'Associació Social de Jubilats i Pensionistes d'Osona - Rambla de Vic continua el seu cicle de caminades mensuals. La d'aquest mes de maig, celebrada el passat dimarts 21 amb la participació de gairebé una trentena de persones, ha estat una ruta de sis quilòmetres a l'entorn de Rupit. Els participants van passar, entre d'altres, per Sant Joan de Fàbregas, l'Agullola de Rupit i el Salt de Sallent.



PODOLOGIA

Ampliem els nostres horaris.



Fem tractaments de:

- Ungles, fongs i durícies.
- Berrugues.
- Alteracions de la pell.
- Plantilles a mida.
- Calçat a mida.

DI DILLUNS
Tarda de 16:30 a 20:00

Dt DIMARTS
Matí de 09:30 a 13:00
Tarda de 16:30 a 20:00

Ds DISSABTE
Matí de 09:30 a 13:30

AUDIOLOGIA

Revisió auditiva gratuïta.



Notes alguna pèrdua auditiva?
A Comas t'ofereim la

REVISIÓ AUDITIUA GRATUÏTA

A més de:

 **30 DIES**
Prova els audífons
30 dies

 **FINANÇAMENT**
Còmode en 24 mesos

comas

Òptica · Ortopèdia · Audiologia
Plaça Santa Clara, 6
Vic



DEMANA HORA

93 886 10 55

UN CENTENAR DE PERSONES PARTICIPA EN UN SIMULACRE A LA PLAÇA MAJOR DE VIC

Redacció.- Dimecres es va celebrar a la plaça Major de Vic la Jornada d'Emergències d'Osona, organitzada pel Sistema d'Emergències Mèdiques (SEM) i el Consorci Hospitalari de Vic. Va tenir lloc en el marc dels actes de celebració del 30è aniversari de la posada en marxa de la primera base assistencial del SEM a Osona, i, per tant, de la primera unitat de Suport Vital Avançat (SVA) que donava cobertura i resposta a l'emergència i a la urgència extrahospitalària a la comarca.

L'acte central de la jornada va ser un exercici de simulació amb la participació d'un centenar de persones voluntàries i professionals del Sistema d'Emergències Mèdiques, Mossos d'Esquadra, Bombers de la Generalitat, Guàrdia Ur-



Foto: Josep M. Costa

bana de Vic i Protecció Civil.

El públic que va assistir a la jornada, format per veïns de Vic i estudiants de diferents centres educatius de la ciutat, també va poder apropar-se als estands del SEM, Mossos d'Esquadra, Bombers, Guàrdia Urbana i Protecció Civil per conèixer de prop els vehicles que fan servir els cossos d'emergències.

18 víctimes fruit d'un atropellament de vianants i l'impacte de dos cotxes

Durant la simulació, es va recrear un incident causat per un cotxe ocupat per dues persones, que va entrar a gran velocitat a la plaça Major perseguit per una patrulla per possible tinença de substàncies il·legals. Quan el vehicle va accedir a la zona, va atropellar a 12 via-

nants i, finalment, va impactar amb un altre cotxe estacionat amb quatre ocupants, dos adults i dos menors. En total, l'incident va causar 18 víctimes de diversa gravetat.

L'exercici va reproduir l'activació inicial al 112 per part de la patrulla de Mossos d'Esquadra que perseguia al vehicle sospitós. Des del 112 es va informar sobre l'incident a Mossos, Bombers i la Central de Coordinació Sanitària (CECOS) del SEM. Des de la CECOS es va coordinar l'activació de 9 unitats.

Els Mossos, la Guàrdia Urbana i Protecció Civil van contribuir a garantir la seguretat i a coordinar l'escenari, mentre que els Bombers van excarcarar a les persones que estaven atrapades als vehicles impactats.

PÀDEL INDOOR CENTELLES OBRE LES PORTES AL JUNY

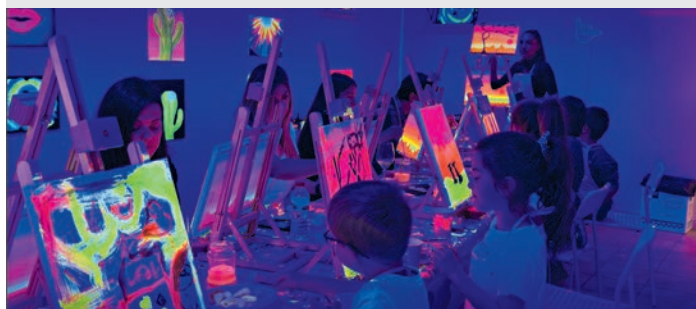


Redacció.- De la mà de MR Pàdel (Moi Mimblero i Ruben Rosende) arriba un nou club de pàdel a la comarca, amb unes instal·lacions exclusives formades per dues pistes ultra panoràmiques, bar i terrassa, entre altres serveis. És un club de pàdel d'última generació, que estarà obert 24h tot l'any. Disposa de tots els serveis de pàdel habituals, com

reserves de pistes, classes particulars o en grups, esdeveniments... I tot el que es pugui imaginar!

Està ubicat al carrer Ollíc 13, sortida Centelles Sud, a menys d'un minut de la c-17 i amb aparcament a la porta. Del 10 al 16 de juny faran el torneig d'inauguració. Es poden seguir per Instagram a [@padelindoorcentelles](#).

NEON ART & VI, PINTURA FLUOR COMBINADA AMB VI O REFRESCOS



Redacció.- Gaudir d'una experiència lúdica plena de pintura i acompanyada d'un bon vi. Amb aquesta premissa aterra a Vic Neon Art & Vi, un taller d'activitats per a infants i adults que combina l'art de pintar amb pintura fluorescent i la degustació de pica-pica i refrescos o vi durant més de dues hores.

Amb el lema "Una experiència que ens farà pujar els co-

lors", el local de Vic es va inaugurar el passat diumenge 19 de maig, al carrer Sant Miquel, 2. El negoci està encapçalat per Francesc i Noah Macias, pare i filla, que al març ja van obrir Neon Art & Vi a Manresa.

Per a més informació i reserves s'hi pot contactar per Instagram a [@neonartivi_vic](#) i al correu info.neonartivi@gmail.com.

LES ADOBERIES DE VIC OBREN LES PORTES



Redacció (Fotos: Josep M. Costa).- Les Adoberies de Vic han obert les portes després d'un intens treball de rehabilitació. Les dues adoberies que s'obren al públic, testimonis vivents del llegat industrial de la ciutat, van ser adquirides l'any 2020 per part de l'Ajuntament de Vic, després que el pla d'ordenació urbanística (POUM) de 2019 les catalogués com a equipament, i dos anys després que s'iniciessin les obres de recuperació i rehabilitació.

Dijous a la tarda va tenir lloc la jornada de portes obertes. Durant l'acte, el Lleó de Vic, antic símbol dels pellaires, va oferir un ball en honor del nou equipament, que està previst que aculli un centre d'interpretació, dependències municipals i espais de coworking, entre altres usos. A més del Lleó, també va ballar el gegant Quel, l'adober, del Museu de l'Art de la Pell. A continuació, el públic va poder accedir a l'espai, en format de visita lliure però amb la presen-

cia de guies de l'Associació Vic Informadors a cada planta per respondre preguntes i oferir informació.

Fins al 9 de juny es fan visites guiades gratuïtes, amb la finalitat de conèixer l'espai abans que entri en funcionament. Durant els dies laborables, hi ha visites a les 12 del migdia i a les 7 de la tarda. Els dissabtes i diumenges, les visites tenen lloc en quatre torns, a les 11 del matí i a les 12 del migdia, i a les

6 i a les 7 de la tarda. L'única excepció serà entre el 31 de maig i 2 de juny, quan les Adoberies es convertiran en un dels escenaris del So de les Cases.

Les visites, a càrrec de l'Associació Vic Informadors, es coordinen a través de l'Oficina de Turisme. Les reserves per a les visites, que es realitzen per grups de màxim 15 persones, es poden fer per correu (turisme@vic.cat), per telèfon (938 862 091) o presencialment.



Ascensors adaptats per a cases particulars

Novetat

HOMELIFT
Baix Consum



- Ascensor velocitat reduïda (Homelift). Hidràulics, i Elèctrics ECO sostenibles de baix consum.
- Plataformes salva escales verticals.
- Cadires i plataformes salva escales.
- Muntacàrregues industrials.



- ASCENSORS

Central: Bescanó-Girona
Mòbils 618 51 73 68 - 618 51 73 69
m-ascensors@hotmail.com

DELEGACIÓ: Sabadell-Barcelona
Mòbil 647 33 12 40
cial-m-ascensors@hotmail.com

Per a més informació consulteu la nostra pàgina www.m-ascensors.com

EL CARRER DE LA RIERA DE VIC BULL AMB LES SEVES FESTES I EL 30È ANIVERSARI DELS GEGANTS



Redacció (Fotos: Josep M. Costa).- Tambors i gralles han sonat aquest cap de setmana en un carrer de la Riera de Vic que ha bullit d'activitat, amb motiu de les seves festes. Enguany, a més, a la celebració s'hi suma una efemèride: els 30 anys dels gegants Guillem i Caterina.

Amb un programa amb la cultura popular i tradicional com

a protagonista, divendres l'actor i director de teatre Joan Lluís Bozo feia el pregó, després d'una cercavila dels gegants pel barri. Les actuacions de Mister Freak Ska i Doy Tolls posaven el colofó a la jornada.

Per dissabte es van programar tallers i activitats infantils, jocs de cucanya i un concurs de dibuix. També Montse Vendrell va presentar la novel·la Sabó a

Casa. Va ser a la tarda, però, quan va arribar l'acte més multitudinari: la trobada de gegants, amb la participació d'una desena de colles d'arreu de Catalunya.

Després d'una intensa i participada cercavila pel centre històric de Vic i la mostra de balls de les colles, es va fer un sopar conjunt a l'Orfeó per continuar a la nit amb una nova cercavila.

El diumenge va arrencar amb una xocolatada i un conte musical, mentre que al migdia es va gaudir d'una arrossada popular. A la tarda, les joves del Casal Claret van organitzar una Quina, i la jornada va cloure amb la cursa de cambrers i l'actuació de L'Oca Rosa.

Aquest divendres és l'últim dia de festes, amb el sopar jove a les vuit del vespre.





Fotos: Josep M. Costa



MÉS FOTOS
mesosona.cat



PER QUÈ tapis_ser ?

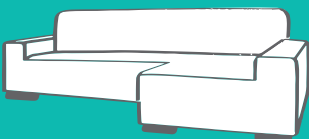
- Per professionalitat
- Per seriositat
- Per servei



- Per tapisseria
- Per cortines
- Per tendals
- Per protecció solar
- Per fundes de sofà



- Perquè tenim tota classe de fundes!



Funda Chaise Longue



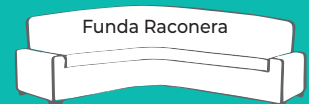
Funda Butaca



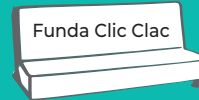
Funda Sofà Estàndard



Funda Relax Estàndard



Funda Raconera



Funda Clic Clac



Funda Cadira Seient



Funda Cadira respallier

VIC. Arquebisbe Alemany, 27. - Tel. 93 883 34 99
 OLOT. Av. 11 de setembre, 8. - Tel. 972 26 47 07

Tel. 636 150 219
 info@tapis-ser.cat



www.tapis-ser.cat

@tapis_ser



“La dreta obstrueix tot el que controla; no és democràtica”

Toni Carrasco (Foto: cedida per la família Anasagasti).- El passat 3 de maig vam entrevistar, en exclusiva pel Més!, al polític basc Iñaki Anasagasti. Nascut a Veneçuela, on la seva família havia fugit després de la Guerra Civil Espanyola, guarda un record entranyable de Centelles, un poble que va donar acollida als seus familiars en temps de la guerra i al qual ha tornat fa poc. Hem parlat amb ell de diferents temes d'actualitat. Un polític del PNV que ha estat trenta anys en actiu, i bona part d'ells a Madrid, té moltes coses a dir, reflexionar i opinar.

Quan i com va ser el seu primer contacte amb Centelles?

El nom del vostre poble ha estat sempre present en la meua família, sobretot en les macoreunions familiars on s'expliquen coses del passat. Escoltava als meus avis i tiets parlar de la família de Centelles amb les que es cartejaven. Vaig saber que mentre estàvem refugiats a França i el govern basc s'estava a Barcelona en residència temporal, a la meua família els van assignar Centelles, on van viure contents i agraïts.

Posteriorment i després d'un meu comentari en una entrevista, em va trucar l'alcalde de l'època per convidar-me a visitar el poble. No vaig poder, i aquella assignatura pendent la vaig saldar l'abril de l'any passat.

Com va trobar el poble aquesta vegada, com va ser l'acollida?

Vaig venir amb la meua dona, el meu germà i la meua cunyada a Barcelona a una gala de Sport Solidari i, de tornada a Bilbao vam aturar-nos a Centelles, un diumenge de mercat. Vam passejar pels seus carrers, vam entrar en diferents llocs i a l'església, vam comprar oli, vam saludar alguns veïns i ens vam fer fotos on penssem que havia estat la nostra família. Vam veure una localitat amb molta vida. Vila-tans i excursionistes amables, un temps esplèndid i, per tant, una visita molt agradable.

Després de tants anys que ha tornat a Centelles, ha notat moltes diferències des de llavors a ara?

No puc comparar, doncs jo només recordo haver-hi estat aquesta vegada de l'any passat, però ens va cridar molt l'atenció El



Portal de l'antiga muralla, l'arquitectura modernista i gòtica i la gent.

Quina és la seva tasca política actual a Madrid?

Ara sincerament, cap. Em truquen sovint, però ara ja no m'interessa moure'm. He viatjat cada setmana durant trenta anys a Madrid. Ja he complert el meu cupó, i l'ambient madrileny és de pati de Monipodio (lloc on es troben malfactors de tota mena).

Fou diputat al Congrés pel PNV durant anys...

Vaig ser parlamentari del Parlament Basc en les seves dues primeres legislatures, del 1980 al 1986, els anys pioners. El 1986 vaig ser portaveu del PNV al Congrés dels Diputats a Madrid durant divuit anys. Del Congrés vaig passar al Senat, on el meu càrrec era de secretari primer i president de diverses comissions. En total trenta anys.

Van destacar en aquella època les seves intervencions parlant de la monarquia borbònica. Fou un dels primers a destacar alguns escàndols de la casa reial?

A l'hemicicle sí, vinculat amb la guerra de l'Iraq. El carrer cremava i el rei, que tenia facultats, callava. Ho vaig denunciar des de la tribuna i, llavors, tot el que veia que tenia en relació amb la seva inactivitat, doble vida i “pocavergonyeria”.

Què opina del seu fill, el rei actual, i de la monarquia?

La Constitució li atribueix el paper d'arbitrar i moderar. A Catalunya no va moderar res, ni ara modera res. És una institució totalment inútil.

Com veu l'Espanya actual de Pedro Sánchez amb les seves reflexions?

Que es va equivocar en la forma però no en el fons. Amb un rei desaparegut, havia de cridar l'atenció davant del clima que es viu a Madrid, però va demostrar que era quelcom personal que ho justificava i no el que és propi d'una societat malalta amb una dreta i una ultradreta que no accepta no governar.

Com veu al president Puigdemont i el seu llarg periple a l'exili?

El lehendakari Urkullu va intentar que no es produís la seva persecució mitjançant un acord parlamentari. Va mancar estratègia. I lamento molt la seva situació i desitjo que torni al més aviat possible.

Creu que renovaran el poder judicial de forma justa i equilibrada?

No ho crec. La dreta obstrueix tot el que controla. No és democràtica.

Com veu els actuals conflictes bèl·lics a Ucraïna i Palestina?

És molt terrible el que està succeint. Putin és responsable i culpable, i el mateix Netanyahu i Hamàs. Crèiem que la força bruta havia desaparegut i estem en una espiral boja armamentista. De superbojos.

Creu que el model del concert basc es pot aplicar a Catalunya?

És clar que sí. Però han de tenir en compte que, quan el tens, no pots demanar res més al Papà Estat. Has de gastar menys del que ingresses. Com una família, vaja. Catalunya s'ha de finançar com cal. El 1978 ens van dir que el concert basc era una “antigall”. I els vam dir que era el càstig que ens van imposar el 1878, després de perdre la segona guerra carlista, però que havia funcionat força bé. Ara ens donen la raó. Pujol i Roca es van equivocar el 1978. Desitjo i espero que se solucioni com més aviat millor.

EL BARRI VIC NORD HOMENATJA LA GENT GRAN

Redacció (Fotos: Josep M. Costa).- L'Associació de Veïns del Barri Vic Nord va organitzar el passat diumenge la festa d'homenatge a la gent gran. El teatre del Pare Coll va ser l'escenari on es va desenvolupar l'acte, que va comptar amb diverses actuacions.





FIRA D'ART I ARTESANIA DE CALLETENES

@artdetenes

AL CARRER GRAN

2 de Juny
de 9 a 14h

Gaudeix d'un matí fantàstic creatiu i
diferent, visitant a més de 25
expositors d'artistes i d'artesans
d'arreu de Catalunya!

Instagram: @estrellesdelart

No t'ho pots perdre!

Organitza:



Estrelles
de l'art

Col·labora:



Ajuntament de
Calldetenes







OLOT CELEBRA L'ASCENS A 2RFEF DE LA UNIÓ ESPORTIVA OLOT



Foto: Ajuntament d'Olot

La ciutat ha volgut reconèixer l'èxit del primer equip de la UE Olot que s'ha proclamat campió de Tercera Federació en una temporada per emmarcar.

Redacció (Aj. d'Olot).- Després de mantenir una temporada espectacular, la Unió Esportiva Olot ha certificat el seu ascens a 2 RFEF assolint el títol de campions de Tercera RFEF.

Un ascens directe que s'havien marcat com a principal objectiu

des de l'inici de la temporada i que es va produir quan quedaven poques jornades per acabar la lliga. Aquest és el quart ascens de l'Olot dels darrers anys. El 2010/11 l'equip va aconseguir saltar de regional a Tercera Divisió encadenant tres ascensos consecutius. El primer ascens a Segona B (ara coneguda com a Segona RFEF) va ser durant la temporada 2012/2013 i, en total, els darrers anys han estat marcats per vuit temporades alterna-

des en diferents etapes que han comptat amb descensos, però que, finalment, han permès impulsar l'equip a la Segona RFEF amb el repte d'establir-se en aquesta categoria i els ulls posats en la Primera RFEF.

Centenars d'aficionats i aficionades han acompanyat l'equip durant tota aquesta temporada omplint l'estadi municipal d'Olot cada jornada i partit. Aquest divendres passat, familiars dels jugadors i afició van

ser presents a l'Ajuntament d'Olot, on el Consistori va reconèixer l'equip per l'èxit i esforç que han mantingut durant tota aquesta temporada.

L'acte va comptar amb els parlaments del capità de l'UE Olot, Pedro del Campo, de l'entrenador Pedro Dólera i del president de la Unió Esportiva Olot, Joan B. Agustí. A part, també es van poder escoltar les paraules de Marc Mas, Albert Blázquez, Jordi Fernández, Xesco Rivas i Sergi Raset. L'alcalde d'Olot, Josep Berga, va tancar la recepció amb la que la ciutat ha volgut homenatjar l'èxit esportiu obtingut per la UEO. A més, l'alcalde – en nom de la corporació – va fer entrega d'un petit detall, mostra i emblema dels èxits obtinguts.

Un cop finalitzats els parlaments, l'equip, els tècnics i la resta del club va signar el Llibre d'Honor de la Ciutat i va sortir al balcó de l'Ajuntament com a mostra de celebració del merescut ascens amb l'afició.

COMENCEN LES OBRES PER CONVERTIR LA FINCA DE LA TORRE DE RIPOLL EN UN EQUIPAMENT PÚBLIC MUNICIPAL

El projecte s'ha adjudicat per 800.000 euros, i la meitat del pressupost està finançat pel Ministeri de Transports.

ACN (Foto: cedida a l'ACN per l'Ajuntament de Ripoll).- Les obres per rehabilitar la Torre -una finca de 420 m² situada a la carretera de Barcelona i protegida com a Bé Cultural d'Interès Local- ja han començat. Segons ha informat l'Ajuntament de Ripoll, l'import de l'adjudicació de

l'obra és de 834.765 euros i el consistori ha rebut una subvenció de 420.211 euros del Ministeri de Transports, Mobilitat i Agenda Urbana. La data límit per acabar els treballs és el 30 de setembre del 2024.

L'objectiu de la rehabilitació és condicionar l'edifici perquè pugui acollir un nou equipament públic municipal amb espais de sales polivalents que puguin permetre dur-hi a terme tant reunions com activitats diverses, segons explica l'Ajuntament.



A principis del 2022 es va celebrar un procés de votació, coincidint amb la Fira de les 40 Hores, per tal que la ciutadania pogués escollir entre 4 projectes diferents que s'havien

presentat per rehabilitar La Torre. Les obres que s'hi estan fent actualment responen a les idees que es van plasmar en la proposta finalment escollida.

LA FESTA MAJOR DE RIPOLL UNEIX EL COR BONAIRE AMB LA CORAL CAPELLA



Redacció (Foto: Cor Bonaire).- El Cor Bonaire de Tona va participar el passat 19 de maig en el concert de la Festa Major de Ripoll, organitzat per la Coral Capella de Santa Maria de Ripoll. Des de bon matí, els amfitrions van fer participis als tonencs de les seves tradicions, i van poder gaudir de la Festa de la Llana i del

Casament a Pagès.

Després del dinar va arrencar el concert, a l'entorn de l'Església de Sant Pere. Envoltats d'història i amb melodies que van posar la pell de gallina al públic, van concloure l'acte cantant conjuntament Pirineu. Com a traca final, l'Himne de Catalunya va servir de colofó.

MÉS D'UNA TRENTENA DE PERSONES PARTICIPEN EN LA CAMINADA D'ORÍS ALS MUNTS



Redacció (Foto: Josep M. Costa).- Més d'una trentena de persones van participar aquest diumenge en la caminada popular que va anar des d'Orís fins al Santuari dels Munts, a Sant Agustí de Lluçanès. Una vegada allà, els participants van poder gaudir de la missa i d'una actuació musical.

EL TEU GASOIL A DOMICILI!



Gasoil Bonificat i de Calefacció per a Particulars i Empreses de diferents sectors com poden ser l'Agrícola, la Indústria o la Construcció, entre altres... i gaudeixi de promocions exclusives a les estacions de servei de Sabater Nuri.

**CARBURANTS
NURI SLU**

C/ de la Bóbila, 4. 08550 Els Hostalets de Balenyà.
Tels. de comandes: 93 580 00 18 - 93 886 13 08 - 93 881 07 78
www.sabaternuri.cat - comercial@sabaternuri.com

@GRUPSABATERNURI



ESPORTS

Envieu les notícies i fotos del vostre club o entitat a: esports@mesosona.cat

Sara Oliver
Responsable de la
secció d'esports



MÉS DE 700 CICLISTES DE TOTES LES EDATS ES DIVERTEIXEN EN LA 3A EDICIÓ DEL BIKE SHOW VIC-OSONA



La capital d'Osona respira ciclisme en una jornada extraordinària, que recull l'essència d'aquesta fórmula que combina competició i diversió amb la bici.

Redacció (Fotos: Bike Show Vic-Osona).- Més de 700 ciclistes de totes les edats han participat aquest dissabte en les diferents proves esportives del Bike Show Vic-Osona. La tercera edició d'aquest festival ciclista ha tingut el tret de sortida a les 9h amb la Gravel Ride Tour Vic, una cursa que ha proposat dues distàncies de 80 i 120 quilòmetres per pistes forestals i camins de muntanya pels voltants de la ciutat de Vic, en una modalitat que cada any guanya més adeptes.

La zona esportiva de Vic ha estat l'escenari des d'on sortien i on també acabaven les diferents curses, com la més competitiva de la jornada, la prova estrella de MTB del Bike Show. La Marathon Cup 3 Turons

plantejava als corredors un recorregut de 47 quilòmetres i 1.186 metres de desnivell positiu, i des de la mateixa sortida s'ha percebut que la cursa seria molt competida. A la categoria masculina, Martí Arán ha estat el més ràpid, seguit de Martí Cateura i Ever Alejandro Gómez. En categoria femenina, s'ha imposat Neus Parcerisas, i l'han acompanyada al podi Núria Surià i Sophie Giovane.

Tot just després d'aquesta sortida, s'han posat en marxa els participants a la versió més curta de la prova, la Marathon Cup 2 Turons, amb 40 quilòmetres i 875 metres de desnivell, amb un recorregut per gaudir de Vic i el seu entorn natural.

Finalment, per tancar les proves matinals, ha tingut lloc la sortida de la clàssica Turonet, amb 15 quilòmetres i de caràcter

ter familiar i molt festiva. Una cursa ideal per estrenar-se en les competicions sense la pressió del cronòmetre ni de les classificacions, i en la qual hi ha participat famílies senceres i grups escolars que s'inicien en la pràctica del MTB.

Categories infantils

Al migdia s'ha fet el lliurament de premis de la Marathon Cup i, a la tarda, els ciclistes més joves i centenars d'acompanyants han omplert d'emoció el circuit de la Copa Catalunya Infantil. Amb un ambient extraordinari, el públic s'ha entregat a l'esforç i el progrés dels joves ciclistes.

Amb el lliurament de premis s'ha posat el colofó a una jornada ciclista excepcional, que ha convertit Vic i la comarca d'Osona en l'epicentre ciclista del país. El Bike Show Vic-Osona està organitzat per Ocisport conjuntament amb l'Ajuntament de Vic, i amb la col·laboració de les entitats ciclistes locals i Jufre Cycling.





ALEIX CASTAÑO GUANYA L'ÚLTIMA PROVA DEL TTI ESCOLAR

Redacció.- El Poliesportiu Municipal d'Arbúcies va acollir dissabte la cinquena i darrera prova de la temporada del Tennis Taula Intercomarcal Escolar 2023-24. Hi van participar un total de 24 jugadors dels diferents clubs d'Osona, Ripollès, Moianès, La Selva i Granollers.

La victòria en el Nivell A va ser per Aleix Castaño (CTT Ripoll), que va guanyar a la final a Aniol Reche (CTT Tona), Albert Poole (TT Torelló) i Fortià Orriols (CTT Ripoll). En el Nivell B, el vencedor va ser Lluç Comas (CTT

Tona), per davant de Jofre Guàrdia (CTT Sant Hilari), Lluís Sala (CTT Ripoll) i Roger González (CTT Ripoll). I en el Nivell C, la victòria va ser per a Ferrer Amblàs (TT Taradell), superant a Eloi Riera (Vic TT), Naiara Busquets (CTT Arbúcies) i Clàudia Martín (CTT Roda de Ter).

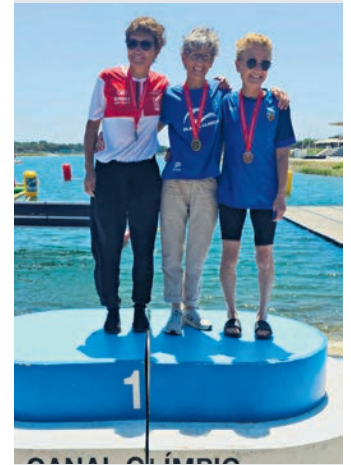
També es van donar els premis especials per a Lu Pujol (regularitat), Ruth Pons (progressió), David Dudzic (millor debutant), Naiara Busquets (esforç), Martí Romeu (constància) i Irina Granados (esportivitat).

ERIC CASALS, CAMPIÓ DE CATALUNYA D'AIGÜES OBERTES



Redacció.- Eric Casals, del CN VIC ETB, s'ha proclamat aquest cap de setmana campió de Catalunya d'aigües obertes a la categoria Júnior 2, a la prova dels 5 km celebrada diumenge al Canal Olímpic de Catalunya. Alhora, la seva mare, Anna Mas, nedadora del CANT TORELLÓ, ha estat tercera de Catalunya màster.

MARIA GRÀCIA MASGRAU, MEDALLA DE PLATA +60



Redacció.- També al XIV Campionat de Catalunya Open d'Aigües Obertes, la nedadora vigatana del club GIEG, Maria Gràcia Masgrau, s'ha proclamat subcampiona de Catalunya +60.

APROFITAR L'AIGUA és més important que mai



SISTEMES DE REG



AUTOMATITZACIÓ I TELECONTROL



FERTIIRRIGACIÓ, CE I PH



BOMBEIGS I FILTRATGES



DIPÒSITS D'AIGUA



TRACTAMENTS D'AIGUA

R. MIRALPEIX
ENGINEERING FOR WATER



C. Pla del Ramassar, 24 - GRANOLLERS
info@miralpeix.es - Tel. 933 515 712



CAP DE SETMANA INTENS PEL CPA SANT JULIÀ DE VILATORTA

Redacció (Foto: CPA Sant Julià).- El CPA Sant Julià de Vilatorça ha viscut un dels caps de setmana més intensos de la temporada. Dissabte celebrava la seva XI Gala de Club, amb la participació d'una seixantena de patinadores i patinadors de l'entitat.

D'altra banda, diumenge, organitzava un open de nivell 11 amb el suport de la Federació Catalana de Patinatge, on aconseguia un doblet d'or de la mà de les ger-

manes Laura i Clara Freixas. De les infantils i benjamina del club, en destaquen la quantitat de punts obtinguts i que seran necessaris per poder sumar al rànquing català i seguir escalant posicions.

Finalment, els grups de primària i secundària de xous aconseguen, a la 3a edició del Trofeu Ausetà, una plata i un bronze, respectivament, en el que és la darrera competició comarcal del Consell Esportiu d'Osona.

162 EQUIPS PARTICIPARAN A LA 39A EDICIÓ DE L'F5 TARADELL

Redacció.- El Torneig F5 Taradell ja escalfa motors. El passat 13 de maig, després d'obrir inscripcions a les 8 del matí, l'organització va haver de penjar el cartell de complet al cap de només 20 minuts. En total s'hi han inscrit 162 equips repartits de la següent manera a les cinc categories: prebenjamí, 12 equips; benjamí, 24 equips; aleví, 28 equips; infantil, 48 equips; i cadet, 40 equips.

Això suposa uns 14 equips més que l'edició anterior, quan ja es va assolir el nombre d'inscripcions més elevat de la història. Hi participaran uns 1.350 jugadors, que al llarg de tot el mes disputaran més de 700 partits. L'any passat, van ser 1.150 jugadors.

L'organització va limitar les inscripcions ja que no podia assumir més places en reserva. Es calcula que una trentena

d'equips no han pogut tenir plaça a l'esdeveniment. Ara ja es treballa per confeccionar els grups i calendaris de l'esdeveniment.

Com a novetat, aquest any la categoria prebenjamí també es farà amb el sistema or i plata, ja que hi ha hagut 12 equips participants. Així, en les cinc categories es farà una fase de classificació i després la fase or i la fase plata amb les seves respectives lliguetes i fase eliminatòries i final.

Un any més, els equips s'asseguren tenir, com a mínim, entre 7 i 8 partits durant tot el mes. El Torneig es jugarà entre el 25 de juny i el 27 de juliol a les instal·lacions del Camp Municipal de Futbol la Roureda de Taradell, que es dividirà amb quatre camps de futbol sala per acollir més de 600 partits durant les cinc setmanes que dura el torneig.



BRONZE PEL CAVIC AMB L'EQUIP FEMENÍ ABSOLUT

Redacció (Foto: CAVic).- El passat dissabte 18 de maig es va disputar el Campionat d'Espanya per clubs segona divisió, grup 3 a Monzon. L'equip femení del Club Atlètic Vic va aconseguir la tercera posició,

amb un total de 111.5 punts per darrera del Hinacon Monzon i Andorra At. L'equip està format per Núria Sañas, Núria Crusellas, Núria Sanchez, Èlia Canudas, Fiona Cavilli, Miquelina Gorgals, Àfrica Hernández, Paola Serrano, Èlia

Val, Emma Garcia, Irene Montoliu, Encarna Nuñez, Martina Casals, Berta Boadas, Queralt Aranda, Vinyet Gelmà, Irati Blum, Laura Santanera i Aina Gost

El mateix cap de setmana, es

va disputar el Campionat de Catalunya de Trail de curses verticals, i el Club Atlètic Vic va participar a les categories Màster aconseguint una primera posició per a Jordi Martin i, la segona, per a David Ferrandez.

LA CATALUNYA CENTRAL SERÀ EL TERRITORI AMB MÉS EXPERIÈNCIES DEL BENVINGUTS A PAGÈS LA FESTA

La iniciativa se celebra de forma simultània a tota Catalunya amb més de 450 experiències.

Redacció.- Benvinguts a Pagès La Festa continua traient pit a la zona de la Catalunya Central.enguany, la gran festa de la pagesia catalana torna a la demarcació i arreu de Catalunya els dies 1 i 2 de juny, un cap de setmana que els visitants podran gaudir de més de 80 experiències agroturístiques a la demarcació de la Catalunya Central: 17 explotacions, 23 restaurants, 33 allotjaments rurals, 1 elaborador i 10 activitats complementàries, inscrites fins al moment i que poden anar en augment durant aquests últims dies previs a La Festa. Les reserves jes poden fer a través de la pàgina web (www.benvingutsapages.cat).

La Catalunya Central és la demarcació que reuneix més experiències agroturístiques de tot Catalunya, més de 80. Els visitaran podran descobrir les comarques de l'Anoia, Bages, Berguedà, Lluçanès, Moianès, Osona i Solsonès, on es divulgarà l'origen dels productes agroalimentaris i la importància del consum de proximitat, i es generaran relacions entre els productors, elaboradors, restauradors i consumidors, apropant el món urbà i la pagesia.

També tindran l'oportunitat d'omplir el rebost de casa seva, comprant directament als productors. Degustar la gastronomia catalana és un altre objectiu de Benvinguts a Pagès La Festa: tots els interessats podran menjar a diversos llocs i, per completar el cap de setmana, podran viure una experiència de turisme de proximitat en allotjaments arrelats al territori i que contribueixen al desenvolupament local i econòmic de les zones rurals.

La iniciativa se celebra de forma simultània a tot Catalunya amb més de 450 experiències agroturístiques: prop de 100 explotacions, 160 allotjaments,

50 promotors d'activitats, 10 elaboradors i més de 150 restaurants.

Un tribut a la tasca essencial del sector primari

La feina dels professionals del sector alimentari és necessària i s'ha de fer visible. Aquesta és una de les missions de Benvinguts a Pagès La Festa. Gràcies a la pagesia, es conforma un sistema alimentari sostenible, segur, resilient, saludable i d'accés universal. Convençuts de l'essencialitat del sector primari,enguany, la iniciativa demana al visitant major de 15 anys un pagament simbòlic de 2 euros, que garanteix la reserva de la plaça i reivindica la feina dels pagesos i pageses, que durant el cap de setmana rebran milers de visitants, i han d'organitzar el seu horari, per garantir la qualitat de les visites. Així doncs, aquesta és una de les grans novetats de la 9ª edició. Tothom qui vulgui inscriure's a alguna de les activitats ha de fer la reserva prèvia i organitzar la seva ruta a través de la web, que funciona com a central de reserves. Les places a les experiències són limitades.

El sector agroalimentari, un puntal clau per l'economia catalana

El sector agroalimentari ja representa el 19,7% del PIB i es consolida com el més important de la indústria catalana per volum de negoci i treballadors, generant una facturació agregada de 48.231 milions d'euros i ocupant a 175.600 persones, segons Prodeca i ACCIÓ. Iniciatives com Benvinguts a Pagès La Festa fan palès aquest potencial. El passat 2023, la iniciativa va rebre 36.000 visitants, i des del 2016 que es va crear el projecte, s'han acollit més de 166.000 visitants -valor absolut acumulat fins al dia d'avui. De mitjana, el 89% dels visitants compren productes després de conèixer-ne el procés d'elaboració, amb una despesa mitjana d'entre 35 i 40 €.



Restaurant
Recomanat



És la primera vegada que es demana un pagament simbòlic al visitant, en concepte de reserva i reivindicació de la feina dels pagesos.

REF. 0489
TOTA CLASSE DE FEINES DE PALETA
Interiors: Banys, cuines, terres...
Exteriors: Façanes...
PREU ECONÒMIC
686 66 02 34 JOSEP

QUIRO XIANG ESTÈTICA
ORIENTAL MASSAGE
Massatge amb ventoses
UNA HORA 35 €
30 MINUTS 25 €
Horari de 9 a 21h.
Carrer Gelada 25 baixos - VIC
Tel. 93 004 94 39
Tel. 688 57 12 17

VOLS POSAR UN ANUNCI?
WHATSAPP 619 578 822
TEL. 93 885 69 29 (9-14h)
 **Més!**
OSONA RIPOLLÈS LA GARROTXA LLUÇANÈS

untok
BAR RESTAURANT
AL MIGDIA 15€
de dilluns a divendres:
Bufet lliure amb postres
Dissabtes 21€
CADA DIJOURS PAELLA
A LA NIT
Sopars per a colles per encàrrec.
Al Pol. Mas Galí, a 100 de les discoteques
Tel. 93 883 17 71
www.untok.com

VIDRES i TANCAMENTS
Ivan Segovia
609 74 48 43
Pressupostos sense compromís
C/de Seva 29 Taradell
vidresitancaments@gmail.com

OBRES UN NEGOCI?
PERMÍS NOVES ACTIVITATS
Projecte Tècnic per la Comunicació Prèvia d'activitats.
Certificat Tècnic per la Declaració Responsable d'activitats.
Projectes d'instal·lacions.
OSONAENGINYERS
SERVEIS GLOBAIS D'ENGINYERIA
Tel. 93 889 21 35
www.osonaenginyers.cat

BALL A SANT HIPÒLIT

Aquest diumenge **2 de juny a les 17h** tindrem **concert** amb el **TRIO GERUNDA** i seguidament el **ball**.

Gratuït, patrocinat per l'ajuntament.

REVETLLA DE SANT JOAN dia **23 de juny** a les **21h sopar casolà** i a les **23h ball** amb en **JUAN** de **DOBLE PERFIL**.

Venda de tiquets fins el 16 de juny.

DIAGONAL CAMPDEVÀNOL

Diumenge 2 de juny A les **17.30h** Berenar i ball amenitzat per el **DUET ECLIPSE**. A la mitja part, entrepà.

C. Diagonal, 6. Campdevànol.

Aparcament públic a les antigues escoles (al carrer del darrera).

LES DAMES MANLLEU

Dissabte 1 de juny **NO HI HAURÀ BALL**. Motiu: Festa privada, disculpeu les molèsties.

Diumenge 2 de juny A partir de les **17h** berenar i ball amb en **DUET SOLISTES**.

Diumenge 23 juny **REVETLLA DE SANT JOAN** Sopar i ball amb el **DUET LLUM DE LLUNA**. Coca i llonganissa i barra lliure de cava per tothom. Preu 15€ ball, 40€ sopar + ball. Venda de tiquets fins el 16 de juny a Les Dames.

Per reserves:
610 042 503

SALA DE BALL DOLCE VITA FOLGUEROLES

Dimecres 29 de maig A les **17.30h** berenar i ball amenitzat per **JOSEP (OSTRES)**.

Divendres 31 de maig A les **21h sopar** i a les **22h ball** amenitzat per en **RAUL**. Buffet lliure de pa amb tomàquet, embotit i truites variades. Preu 8€ Ball, 13€ sopar i ball.

Dissabte 1 de juny A les **21h sopar** i a les **22h ball** amenitzat per **PERE RICO**. Buffet lliure de pa amb tomàquet, embotit i truites variades. Preu 8€ Ball, 13€ sopar i ball.

Diumenge 2 de juny A les **17.30h** berenar i ball amenitzat per **OSTRES OSTRES**. Preu 9€.

Reserves:
634 338 946

SALA DE BALL MAS LA ROVIRA

D'ESPINELVES (RESTAURANT)

Divendres 31 de maig A les **20h sopar** i a les **22h ball** amb **SESSIÓ MUSICAL** (Merengue, bachata, cúmbia...).

Dissabte 1 de juny A les **20h sopar** i a les **22h ball** amb **SESSIÓ MUSICAL** (Merengue, bachata, cúmbia...).

Vine a gaudir del nostre MENÚ de 24€ en un entorn rural, amb el ball gratuït.

Cal confirmar assistència al tel.: 657 33 47 99.

Ubicació: GIV-5441, Km 2, Espinelves. A 15 minuts de Vic.

Us hi esperem!

SALA DE BALL PORXADA DE CAN PLANOLES RODA DE TER

Ens complau convidar-vos el **diumenge 2 de juny** a fer el ball amb en **GABI DE COTTON** a les **17h**.

Divendres 23 juny **REVETLLA DE SANT JOAN** A les **20.30h** sopar, ball amb en **GABI DE COTTON CLUB**, coca i cava.

Amb molta marxa!!



A Vic !!

Plataformes elevadores, cadires pujascales, cadires aquàtiques...

Chair Mòbil 15 anys al teu costat

Demani'ns informació sense compromís

Emi - Tel. 606 451 634
Pol - Tel. 671 132 230
www.chairmobi.es
C. Gurb, 54 - VIC

JOEL RAFAEL ACTUA DIUMENGE A BALENYÀ

Toni Carrasco.- Els enamorats del més genuí folk americà tenen una cita aquest diumenge a les 19h a l'Ateneu de Balenyà, per gaudir del llegendari Joel Rafael de San Diego, en un concert organitzat pel KOK (Komité Organitzador de Koncerts).

Joel Rafael és un mite vivent entre els seus seguidors i una veritable, únic i autèntic representant de la música folk reivindicativa i d'arrel. Rafael és un dels grans representants de la cançó folk americana i ha col·laborat amb grans figures del panorama musical americà.

Als Hostalets de Balenyà, Joel Rafael, guitarrista i cantautor que també toca l'harmònica, estarà acompanyat d'Álvaro Bárcena al pedal steel guitar i mandolina. El músic californià presentarà el seu darrer treball, Rose Avenue.

Rose Avenue és una col·lecció de deu cançons entre pròpies i les aportacions de Jason Mraz i els textos de John Trudell. Un disc farcit d'honestedat, gratitud i compromís.

La gira començarà per terres asturianes i gallegues en ciutats com Avilés, Gijón, Oviedo, Llanes, O Grove, A Corunya i, per cloure, els Hostalets de Balenyà. Les entrades es poden comprar a la web www.entrapolis.com o físicament al Forn Nou dels Hostalets.

FIRA D'ART I ARTESANIA DE CALLDETENES, AQUEST DIUMENGE AL CARRER GRAN



Foto: @estrellesdelart

Una fira diferent, molt creativa i alegre i que ja és esperada cada primer diumenge de mes pels visitants.

Redacció.- Aquest diumenge 2 de juny, la fira d'art i artesanía de Calldetenes, l'Artdetenes, celebra mig any de la seva inauguració amb un gran ventall d'artistes i artesans d'arreu de Catalunya.

Una fira diferent, molt creativa i alegre que decora, cada primer diumenge de mes, el carrer Gran. Actualment és una proposta molt esperada per als seus visitants.

PROGRAMACIÓ DE LA 32A FIRA D'HERBES REMEIERES (2 DE JUNY)

De 09h a 11h.- Ruta botànica plantes aromàtiques i silvestres de la Vall de Sau amb Evarist March, director de Naturalwalks. Organitzada per l'Herbolari de Sau. Cal reserva prèvia de Sau. *Sortida des de l'Ajuntament de Vilanova de Sau.*

De 10h a 10.30h.- Obertura de la XXXII Fira d'Herbes Remeieres. *Plaça Major de Vilanova de Sau.*

XXXII Concurs de rams de flors boscanes. Cal recollir la butlleta de participació al taulell d'informació de la fira. Lliurament dels rams a la sala polivalent de l'Ajuntament. Tancament del concurs a les 12h.

I Concurs de fotografia i endevina les flors del programa de la Fira d'Herbes. Cal recollir la butlleta de participació al taulell d'informació de la fira. Lliurament dels resultats a la sala polivalent de l'Ajuntament. Tancament del concurs a les 12h.

XXX Concurs de truites casolanes. Truita més bona (gust, aroma, textura, forma, estructura i presentació). Cal recollir la butlleta de participació al taulell d'informació de la fira. Lliurament de truites a la sala polivalent de l'Ajuntament. Tancament del concurs a les 12h.

D'11h a 12h.- Cantada coral a l'església de Santa Maria. Amb la Coral Lo Liri de l'Ametlla del Vallès. Organitzada per l'Herbolari de Sau. *Església de Santa Maria de Vilanova de Sau.*

De 12h a 13.30h.- Xerra-

da i degustació de còctels amb herbes. Amb Alejandro Parravicini, bar manager de Palo Santo Cocktail Bar. Organitzada per l'Herbolari de Sau. Cal reserva prèvia el mateix dia al taulell d'informació de la fira fins les 11.30h. *Sala polivalent de l'Ajuntament.*

De 13.30h a 13.45h.- Proclamació de les persones guanyadores. Lliurament de premis del XXXII Concurs de Rams de Flors Boscanes, del I Concurs de Fotografia i Endevina les Flors, del XXX Concurs de Truites Casolanes. *Sala polivalent de l'Ajuntament.*

De 17h a 18.30h.- Preparació de licors i ratafies amb herbes. Amb Joan Carles Rey, director tècnic i president de l'Associació d'Herbolari Artesans de Catalunya. Organitzada per l'Herbolari de Sau. Cal reserva prèvia el mateix dia al taulell d'informació de la fira, fins a les 16.30h. *Sala polivalent de l'Ajuntament.*

19h.- Tancament de la XXXII Fira d'Herbes Remeieres de Vilanova de Sau.

Durant tot el matí.- Activitats infantils a càrrec de l'Associació Catalana de Cases de Colònies. *Parc infantil al costat de l'església de Santa Maria de Vilanova de Sau.*

Durant tot el dia.- Engalanat de carrers.

Durant tot el dia.- Exposició de pintures i dibuixos de Jaume Vidal i Juan Silvente. *Sala polivalent de l'Ajuntament.*



32^a Fira d'Herbes Remeieres
Vilanova de Sau
2 de juny 2024

 Ajuntament de Vilanova de Sau

 Herbolari de Sau



LA MARXA JUFRE RIUPRIMER, BINOMI ESPORT-TURISME

Enguany, l'organització espera arribar als 800 participants.

Redacció (Foto: Pol Jufre).- El Vic-ETB, l'Ajuntament de Santa Eulàlia de Riuprimer i la direcció tècnica de Jufre Cycling, amb el suport de la Diputació de Barcelona, han presentat aquest dimarts l'11a edició de la Marxa Jufre Riuprimer, que se celebrarà aquest diumenge.

Un format que no cal canviar

La Jufre Riuprimer és una de les marxes cicloturistes més ben valorades del calendari ciclista del nostre país. El format funciona molt bé i agrada molt als participants. Es per això que, des de l'organització, no s'han fet massa canvis en relació a anys anteriors. La Marxa Jufre Riuprimer repeteix el recorregut de les últimes edicions: un de curt de 111 km, amb cinc ports de muntanya i un desnivell de 1.731 metres; i un de llarg per als més agosarats,



amb 154 km, set ports i 2.445 metres. S'endinsa per les comarques d'Osona, el Berguedà, el Bages i el Lluçanès, amb punts destacats, com la Trona, Alps, la pujada d'Oristà cap a Fontfreda, la Riera de Merlés o les rampes de la Serra de Degollats, entre d'altres.

A hores d'ara, ja hi ha uns 700 ciclistes apuntats a la marxa i l'organització espera arribar als 800, una xifra que s'acosta a les d'abans de la pandèmia, el 2019, quan es va sobrepassar

el llinard de 900.

L'impacte en el territori

La prova té un caràcter local veritablement autèntic. Està organitzada per un club i ajuntament petits, però compta amb el suport i la implicació de molta gent del poble de Santa Eulàlia de Riuprimer i molts voluntaris de la comarca.

L'impacte econòmic de la marxa en el territori és evident. Segons dades de l'organització, el

60% del pressupost de la prova va a parar a empreses locals i de la comarca, el 35% a empreses de Catalunya i el 5% de fora de Catalunya. En aquesta edició, s'han comptabilitzat 57 persones que pernoctaran a la comarca.

L'homenatjat, un ciclista afilat pel municipi

Martí Márquez, ciclista professional de l'equip Kern Pharma, serà la persona homenatjada enguany a la prova. Márquez, nascut a Llinars del Vallès, ha canviat la residència fa poc i ha vingut a viure amb la seva parella a Santa Eulàlia de Riuprimer, on ha trobat "un entorn adequat" per al ciclisme i una "tranquil·litat" que li encanta.

Márquez competirà el proper 23 de juny en el Campionat d'Espanya. La resta del calendari de la temporada encara no el sap. Podeu consultar el seu palmarès en aquest enllaç.

LES CASES DE VIC TORNEN A MOSTRAR EL SEU SO

Amb la incorporació de set nous espais.

Toni Carrasco.- Des d'aquest divendres i fins diumenge, 14 espais de la ciutat de Vic obren les portes dins el programa El so de les cases. Enguany s'estrenen set nous espais i totes les propostes seran gratuïtes.

Un Vic privat i a vegades força desconegut obre les portes a la música en viu i a un públic entusiasta, que any rere any fa d'aquesta singular proposta una bona manera de conèixer la ciutat, la seva història i el seu patrimoni mitjançant la música en diferents estils i formats.

El so de les cases va néixer fa vuit anys tot coincidint amb

la Capital de la Cultura Catalana i així oferir una proposta íntima i diferencial. No caldrà reserva prèvia, tots els concerts seran gratuïts, i els aforaments seran limitats per ordre d'arribada.

Entre les noves propostes, destaca la de les dues adoberies habilitades i el sota-cobert de l'església de la Pietat. En total, estan previstes les actuacions de fins a catorze artistes convidats en un total de 13 espais.

S'ha previst oferir 7.000 entrades gratuïtes en els següents espais: Adoberies amb la cobla Canigó; l'església del Roser, amb la cantant i compositora Clara Maschio; sota-coberta església de la Pietat amb el concert del violoncel·lista Pau Codina; Casa Serratosa, concert de música de cambra i



Foto: Ajuntament de Vic

formacions del departament de corda de l'EMMVIC; nou vestíbul del Museu d'Art Medieval de la ciutat, amb el duet de veu i piano d'Aura i Biel; observatori de la Casa Pratdesaba amb el projecte Astrobali, formació de jazz i rock psicodèlic; carrer Nou, recorregut musical

amb Jordi Domènech; catedral de Sant Pere, al claustre gòtic, amb la banda basca Nogen en format acústic i estil folk-rock; Hospital de la Santa Creu, al pati actuaran el projecte de jazz Geometrical Sardine; convent de Sant Felip, al jardí, amb diverses formacions del departament de Música Moderna de l'Escola de Música de Vic; Casa Pratdesaba, a part de l'observatori al jardí hi seran el trio de música electrònica, Hatxe; Casa de Convalescència, el protagonista serà el menorquí Cris Juanico que presentarà Cançons de Xerxa; i al jardí de la Casa Ricart podem veure per partida doble la banda europea de rock i blues d'actualitat, A Contra Blues, i a la cantautora manlleuencina Paula Valls.



TORNA LA FESTA DEL FANG A SANT JULIÀ DE VILATORTA



El parc de les Set Fonts tornarà a ser l'escenari on es concentraran totes les activitats del Keràmik.

Redacció (Fotos: Josep M. Costa).- Aquest dissabte 1 de

juny arriba Keràmik, la festa d'experiències amb fang, amb un format participatiu i sensorial per apropar la ceràmica a tots els públics. El parc de les Set Fonts tornarà a ser l'escenari on es concentraran

totes les activitats.

Enguany hi tornarà haver tallers i activitats relacionades amb el fang, tant per infants com per adults: safates i bols, ceràmica a cegues, trepitja fang, crea el teu personatge, transfer ceramicogràfic, taller de titelles, massatges amb fang i torratxes per plantes. Cal destacar que ja queden molt poques places per als tallers. Per més informació, es pot trucar al 647 92 33 54.

No hi faltaran artesans ceramistes i institucions que exposaran i vendran al públic la seva obra. També es comptarà amb el documental i col·loqui "Mans destres", a càrrec dels

ceramistes Pep Madrenas i Jan Madrenas, que també presentaran una exposició: "Foc al batan".

Amb la idea que la gent passi tot el dia al parc i gaudeixi de

(Segueix a la pàg. 24)



keramik

#keramik24

Festa d'experiències amb fang

1 de juny de 2024
de 10 a 21h

Parc de les Set Fonts
Sant Julià de Vilatorrada

www.keramik.cat

Keramik_oficial

SANT JULIÀ DE VILATORRA
Ajuntament de Sant Julià de Vilatorrada

Fira del Tupi

CJAM

Bisbal Ceram

OSONATURISME

Consell Comarcal d'Osona

Diputació Barcelona

Promo Ioga a l'estiu

Juny & Juliol
7 Setmanes 55 €
Classes il·limitades

Juliol-Setembre
7 Setmanes 35 €
Ioga en línia



Carrer de Núria, 17. Sant Julià de Vilatorça
Tel. 693 72 51 33 www.espaikaya.com



Serveis:
Afectacions d'esquena
Sobrecàrregues musculars
Cefalees - Tendinopaties
RHB post-quirúrgica
Exercici terapèutic

Av. Jaume Balmes, 10 - baixos. St. Julià de Vilatorça
Tel: 630 12 11 93 -



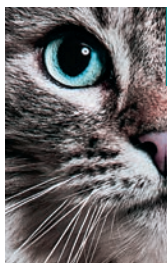
Tel. 93 812 21 39 **perruqueria carme**

Av. Nostra Senyora de Montserrat, 34 · St. Julià de Vilatorça



TRIPA NATURAL PER EMBOTITS / SAL / MAGATZEM FRIGORÍFIC

Tel. 93 812 20 19 - Ctra. de Vilalleons, km. 0.8
Sant Julià de Vilatorça - www.triposona.com



Vine, tenim tot el que necessites
per mimar la teva mascota!

VETERINARI ST JULIÀ

Horari: de 10 a 13h i de 17 a 20h
C/ Compositor Ramon Victori, 10
Sant Julià de Vilatorça
Tel. 93 812 23 15
Urgències: 667 97 78 49



EL TEU TÈCNIC DE
CAPÇALERA

C/ DE LA INDÚSTRIA, 30
POL. IND. LA QUINTANA
08504 SANT JULIÀ DE
VILATORÇA

CONTACTE AMB
NOSALTRES

Tel. 616 844 735
sesart22@hotmail.com

EN FUSTERIA TOT EL
QUE T'IMAGINES I MÉS!



FUSTERIA AGUILAR

C/COMERC 23-25
POL. IND. LA QUINTANA
SANT JULIÀ DE VILATORÇA
TEL. 93 812 22 57
629 86 88 52

WWW.FUSTERIAAGUILAR.COM



Fotos: Josep M. Costa

(Ve de la pàg. 23)

l'entorn i de les activitats que proposa Keràmik, es podrà menjar a la zona de food trucks i a la zona de pícnic.

“Tornejat” tornarà a portar una masterclass de ceràmica dirigida pel ceramista Jan Madrenas, on hi podran participar fins a 20 grups d'entre 4 i 6 persones, formats per família, amics o simplement coneguts. El Tornejat d'enguany serà conduït i amenitzat

per Lluçia Ferrer.

La tradició terrissaire de Sant Julià hi serà present amb Salvador Capdevila, que farà una demostració de fer peces amb el torn de peu. En Vador, fill de Joan Capdevila -l'últim terrisser de Vilatorça-, prové de la nissaga de terrissers de ca la Llebre.

La jornada clourà amb un concert on els instruments de ceràmica seran els protagonistes.



PROGRAMACIÓ DEL KERÀMIK 1 DE JUNY AL PARC DE LES SET FONTS

De 08h a 14h.- 32è Concurs de pintura ràpida i 5è Sketchcrawl Vilatorta. Inscripcions de 10 a 12h al Parc de les Set Fonts.

9.30h.- Obrim el Keràmik! Xocolatada.

10h.- Obertura del mercat de la ceràmica.

De 10h a 20h.- Mercat del Keràmik. Mercat de la ceràmica. Coneix el mercat, els ceramistes i els seus dissenys.

De 10h a 21h.- Espai food truck.

De 10h a 12h i de 16h a 20h.- "Foc al batan!". Una exposició de Pep Madrenas i Jan Madrenas.

De 10 a 14h.- L'experimenta. Festa d'experiències amb fang. Tallers:

Tallers infantils (inscripció prèvia a Infovilator-torta app o al correu sjv.keramik@vilator-torta.cat): **Safates i bols** (de 10h a 12h. Tanit Salvador). **Trepitja fang** (de 10h a 12h. Esther Martínez). **Trepitja Fang** (d'11h a 14h. Aprenem jugant. Igna i Júlia. No cal inscripció prèvia). **Crea el teu personatge!** (de 12h a 14h. Olga Cros i Cristina Guilla-met).

Tallers per adults (inscripció prèvia a Infovilator-torta app o al correu sjv.keramik@vilator-torta.cat): **Ceràmica a cegues** (de 10h a 12h. Olga Cros i Cristina Guilla-met). **Transfer Ceramicogràfic** (a les 10.30h i a les 12h, durada d'1h. Anna Maria Redón). **Taller de tite-lles** (a les 10h i a les 11h, durada d'1h. Gemma Codina). **Massatges amb fang** (entre

11h i 14h. Associació Sana-molls. Inscripcions directa-ment al taller). **Torratxes per plantes** (a les 12h i a les 13h, durada d'1h. Marcel Badia).

12.15h.- Mans destres. Do-cumental i col·loqui a càrrec dels ceramistes Pep Madre-nas i Jan Madrenas. Modera-dora: Rosa Garcia Marchant.

De 17h a 19h.- Torneja't. Viu l'experiència del torn cerà-mic al Parc de les Set Fonts! Masterclass amb Jan Madre-nes i taller de ceràmica. Dina-mitzat per Il·lucà Ferrer. Tor-neja amb la família, amics, veïns, coneguts i qui vulguis. Inscriu-te i gaudeix del fang, t'emportaràs la teva peça a casa. Inscripcions: Infovila-torta app i al correu sjv.kera-mik@vilator-torta.cat.

16h.- Passejades guiades per Sant Julià de Vilator-torta. Acti-vitat familiar: La fadrineta re-meiera. Durada 1.30h. Ruta de l'Aeròdrom Vilator-torta. Du-rada 3h. Inscripcions: Infovila-torta app i al correu sjv.ke-ramik@vilator-torta.cat. Sortida davant el Punt d'Informació del Parc de les Set Fonts.

17h.- Demostració de torn de peu. Amb Salvador Cap-devila.

20h.- Espectacle "Viatjant pel món amb instruments de ceràmica". A través de les diferents flautes -ocarina, ney, caval, bansuri, shakuhashi, tilinco..., el ceramista de Marratxí (Mallorca) Toni Vich, ens farà descobrir el seu origen, curiositats, anècdotes...

***En cas de pluja, la Fira es farà al pavelló**

Menú diari i cap de setmana.

Plats combinats, entrepans i tapes.



Cuina casolana

Dimarts tarda tancat

Plaça del Marquès de la Quadra, 11
SANT JULIÀ DE VILATORTA

Tel. 938 888 215

 can.cuca

Ensenyament

Pàgines especials



LAIA SARDÀ I EROLA RODRÍGUEZ GUANYEN EL PREMI DE LA CATALUNYA CENTRAL DE L'AMIC-FICCIONS

El concurs literari està organitzat per l'AMIC, associació de mitjans de comunicació a la qual pertany el Més!

Redacció (Foto: AMIC).- Més de 320 persones d'arreu de Catalunya, Aragó, País Valencià i les Illes Balears van assistir dimecres a l'acte de lliurament de premis de la 16a edició del concurs literari AMIC-Ficcions, celebrat al CaixaForum Barcelona. L'esdeveniment va comptar amb la presència de Natàlia Garriga, consellera de Cultura de la Generalitat de Catalunya, qui va subratllar que l'acte és una constatació que "la llengua catalana està ben viva".

També hi va assistir Francesc Xavier Vila, secretari de Política Lingüística de la Generalitat de Catalunya; Izaskun Arretxe, directora de la Institució de les Lletres Catalanes; Montserrat González, cap de comunicació de l'ICUB de l'Ajuntament de Barcelona; Ramon Grau, president de l'AMIC; Jordi Sierra i Fabra, escriptor; Miki Núñez, cantant i presentador; i Mohamed El Amrani, comunicador i activista social.

De les 200 històries finalistes, el Premi a la Millor Història AMIC-Ficcions 2024 ha estat per Martina Figueras, de l'INS de Llanerres de Sant Andreu

de Llanerres, pel seu relat "Vençut".

El Premi Territorial de la Catalunya Central ha estat per a Laia Sardà i Vera i Erola Rodríguez i Vila del Vedruna Escorial de Vic, amb el seu relat "La Germandat de la Màgia".

Margarida Casanovas, professora més motivadora

Un any més AMIC-Ficcions reconeix la tasca del professorat per engrescar a participar els estudiants i fer-los un seguiment de les seves històries, atorgant el premi a la professora més motivadora d'AMIC-

Ficcions 2024, que enguany ha vingut cap a Osona en mans de Margarida Casanovas, del Vedruna Escorial de Vic.

Organitza AMIC, compromís amb l'educació

L'AMIC, Associació de Mitjans d'Informació i Comunicació, representa a més de 560 mitjans impresos, digitals i audiovisuals de proximitat i temàtics i generalistes fortament arrelats, que conjuntament arriben a una tirada en premsa d'1.300.000 exemplars, mentre que en digital superen els 14.000.000 d'usuaris únics mensuals.



TALLERS I CURSOS de PINTURA SOBRE SEDA

JUNY, JULIOL I AGOST CURSOS INTENSIVS
Pintarem coixins, bosses i mocadors de seda. **50€**
A partir de 9 anys.

TALLERS AMB TASTES DE VINS I FORMATGES **60€**

Carrer dels Dolors, 1 - VIC - elcaudelaseda@gmail.com - Tel. 676 874971  elcaudelaseda

 Informa't!
El cau de la seda

COL·LECTIUS DE DOCENTS ALERTEN QUE SUPRIMIR LECTURES DE REFERÈNCIA FA PERILLAR LA TRANSMISSIÓ DE LA LITERATURA CATALANA

ACN (Foto: Getty Images)- Els grups de docents Col·lectiu Pere IV i Docents Cat i el sindicat de professorat USTEC-STEs (IAC) han alertat que suprimir les lectures de referència a Secundària i a Batxillerat fa perillar la transmissió de la literatura catalana. Les tres organitzacions reaccionen així als acords del Departament d'Educació i del Consell Interuniversitari de Catalunya per no incloure lectures comunes per a Llengua i Literatura catalana i castellana. Els grups lamenten que Educació "tiri pel dret i no escolti la comunitat educativa".

Les tres organitzacions recorden que aquesta mesura ja es volia aplicar l'any passat, però

que a última hora es van plantejar dues opcions a les Proves d'Accés a la Universitat (PAU), preguntes relacionades amb les lectures prescriptives del curs 2022-23 o preguntes més generals, sense un corpus de referència. Aquest fet genera als col·lectius el dubte de si aquest any passarà el mateix.

El nou model de preguntes sense lectures de referència genera, a més, "molts dubtes i incerteses" perquè no hi ha instruccions "clares" de com s'ha de preparar. Alhora consideren "necessari" establir un corpus comú per assegurar "un mínim de coneixement literari" entre l'alumnat, i perquè sigui capaç d'interpretar obres de



referència amb independència del centre on cursi estudis. "Només així es garanteix la

transmissió de la literatura catalana".

Alhora, els tres grups opinen que al costat d'unes lectures prescriptives "per a tothom" cal establir uns "continguts mínims" per a les assignatures de llengua i literatura. Si no, "cada docent és responsable d'allò que s'ensenya i es generen diferències i desigualtats".

Finalment, reclamen "més hores". Consideren que les dues hores de llengua i literatura catalana i castellana al batxillerat són "insuficients", i que les tres de secundària "no sempre són reals" perquè es poden invertir en altres matèries com el treball globalitzat.

ANGLÈS - FRANCÈS - ALEMANY

PREPARACIÓ PER A LA CONVOCATÒRIA D'EXÀMENS OFICIALS DE FINALS DE JULIOL

KET

PET

FCE

CAE

CPE

CURSOS INTENSIVS JULIOL



C/ Mossèn Josep Gudiol, 17 - Vic Tel. 619 949 289 - 938 833 803
www.rmr-idiomes.com instagram: rmr_academia_vic

CURSOS ANUALS

DE SETEMBRE A JUNY

PREPARACIÓ PER A LES CONVOCATÒRIES D'EXÀMENS OFICIALS DE TOT L'ANY

CURSOS D'ANGLÈS

Alumnes de 12-14 anys

CURSOS DE BATXILLERAT

Alumnes de 16-18 anys

CURSOS DE PET (B1)

Alumnes de 13-15 anys

CURSOS DE FCE (B2)

Intensius / Semi-intensius
Joves i adults

CURSOS CAE (C1) I TOEFL

Joves i adults

CURSOS PER A ADULTS

"It is never too late to be what you might have been" George Eliot

**MATRÍCULA
OBERTA**

Embaràs

Pàgines especials



CADA COP MÉS DONES SON MARES DESPRÉS DELS 40 ANYS



Els especialistes atribueixen aquest retard en la maternitat a factors socioeconòmics, com ara la precarietat laboral i les dificultats per accedir a un habitatge.

Com a resultat d'aquesta tendència, la demanda de tècniques de reproducció assistida ha crescut notablement.

Augment de l'edat materna

Avui dia, el 11,25% de les mares a Catalunya tenen 40 anys o més, gairebé el doble respecte al 6,3% de fa una dècada. Les dades de l'Idescat revelen que l'edat de la maternitat s'ha anat endarrerint. L'edat mitjana de les dones catalanes quan tenen el primer fill ha augmentat fins als 32,6 anys, un increment de 1,7 anys respecte fa vint anys.

La inestabilitat laboral, els elevats preus dels serveis

bàsics i la manca d'habitatge social poden ser segons els experts en sociologia els causants d'aquesta tendència.

Expansió de la reproducció assistida

Les condicions que han portat les dones a posposar la maternitat han incrementat l'ús de tècniques de reproducció assistida, que representen aproximadament el 10% dels naixements a Catalunya. A partir dels 35 anys, la disminució natural de la reserva ovàrica dificulta l'embaràs.

El 2022, el 14% de les dones ateses tenien 40 anys o més, mentre que cinc anys abans

aquest percentatge no arribava al 9%. La demanda de reproducció assistida en el sistema sanitari públic ha crescut molt, però també ho ha fet el temps d'espera. Aquesta situació xoca amb el fet que la rapidesa és clau per l'èxit, per la qual cosa moltes persones opten per clíniques privades.

Els experts en fertilitat recomanen planificar la maternitat. Una opció per a les dones que no preveuen ser mares a curt termini, però que ha guanyat popularitat malgrat el seu cost, és la vitrificació d'òvuls per mantenir oberta la possibilitat de ser mares en el futur.

CONTINGUT PATROCINAT

LA TRIBU, CAFETERIA FAMILIAR AMB ZONA DE JOC LLIURE



Avui en dia vivim en una societat molt individualista si parlem de criança, les famílies viuen en el seu petit nucli, mare, pare i fills i com a molt a l'hora de les cures s'estén als avis i àvies. Si no ja tirem de professionals (llars d'infants, cangurs, mares de dia...).

La Tribu va néixer amb la finalitat de trencar amb l'aïllament de les famílies i generar un espai per fer

xarxa, de suport, de convivència, de cures, criar en Tribu és més fàcil. Mirem altres cultures o sense anar més lluny les nostres àvies, tietes o besàvies. Per les mares hi ha una arquitectura hostil, no hi ha llocs públics adequats per donar el pit, no hi ha punts d'esbarjo on poder fer-nos cures. I si parlem de les criatures encara pitjor en molts casos perquè els espais públics són adultocentristes, mirem els parcs infantils, els carrers com estan pensats...

Per tant, a l'Espai familiar la Tribu les famílies trobareu una cafeteria amb una alimentació ecològica de proximitat, amb un espai de joc lliure i respectuós. On compartir joc amb les criatures, compartir un bon esmorzar o berenar amb famílies, amb amics... I poder a més nodrir-vos amb les activitats, tallers, xerrades, cursos que fem i tots els serveis que tenim a l'abast: canguratge, casal d'estiu, coworking, etc.



Passatge Joan Puig, 2 - Vic

Tel. 633 30 64 47

[espaiatribu](#)

BAYÉS DONA: PARTS PERSONALITZATS, SEGURS I EMOCIONALMENT RECONFORTANTS

La salut de les dones és una prioritat ineludible, i a **Bayés Dona**, estem fermament compromesos amb el benestar integral de les nostres pacients. La nostra **unitat de ginecologia** destaca per oferir un **seguiment personalitzat** que va més enllà de les expectatives, creant una experiència única per a cada dona que confia en els nostres serveis.

En el cor de la nostra pràctica resideix una **atenció centrada en la pacient**. Cada dona és única, amb necessitats i preocupacions específiques, i el nostre equip de professionals qualificats està plenament capacitat per entendre aquesta singularitat. Des de la primera visita fins al seguiment regular, cada pas és pres amb la màxima **sensibilitat i empatia**, assegurant que cada pacient es senti escoltada i entesa.

Un dels moments més transcendents a la vida d'una dona és el **part**, i a Bayés Dona, ens esforcem per assegurar-nos que aquesta experiència sigui **tan especial** com cada futura mare es mereix. Els nostres **parts personalitzats** són atesos a l'Hospital Universitari de Vic amb un enfocament individualitzat, proporcionant suport continu i un **acompanyament**



que fa que cada moment sigui no només **segur** des del punt de vista mèdic, sinó també **emocionalment reconfortant**.

El **Dr. Minovas Granja**, professional responsable dels parts personalitzats a la nostra clínica, encapçala aquesta iniciativa amb el clar objectiu d'assegurar les **bones pràctiques obstètriques** actualitzades a les necessitats modernes. Amb anys d'experiència com a responsable de tocurgia en hospitals de tercer nivell i un profund compromís amb la qualitat de l'atenció, el Dr. Minovas Granja és una figura destacada en el nostre equip, encoratjant la integritat i l'**excel·lència** en cada interacció amb les pacients.

L'equip de professionals de Bayés Dona està integrat per individus dedicats i formats, que posen la salut de les dones al centre de la seva pràctica. Des de les consultes mèdiques fins als moments més transcendents com el part, la passió de l'equip es fa evident en cada detall. La integritat és un compromís que mantenim fermament, i la **confiança** que les pacients dipositen en nosaltres és el nostre major èxit.

Bayés Dona va més enllà de la pràctica mèdica convencional. Som una **comunitat**, una **família** que celebra cada etapa de la vida femenina. La nostra clínica de ginecologia no és simplement un lloc de tractament,

sinó un espai dedicat on la **cura implica suport emocional** i educació per a un benestar integral.

En resum, confiar en nosaltres significa embarcar-se en un viatge de salut femenina que prioritzarà la teva **singularitat** i celebrarà la **dona** que ets. A Bayés Dona, estem aquí per acompanyar-te en cada pas del camí, proporcionant una atenció excepcional i sustentada per un equip compromès amb la teva salut i benestar.

Dr Gerard Minovas

Especialista en ginecologia, obstetrícia i reproducció assistida

 bayes_salut

Angiologia i cirurgia vascular Varius durant l'embaràs

Si apareixen, consulta amb els nostres especialistes:

Dr. Oriol Parés Dr Marc Masana Dr Noe Benabarre

Bayés Clínica o Bayés Consultori
93 881 65 00 / 93 889 22 29

 **Bayésdona**
Ginecologia, obstetrícia i fertilitat



NOVA NORMATIVA DE SISTEMES DE RETENCIÓ INFANTIL

Redacció.- Un sistema de retenció infantil, al que col·loquialment diem cadireta, és un dispositiu que es col·loca al seient del cotxe per tal que els nadons i els infants circulin més segurs en cas d'una frenada brusca o de patir un accident. L'ús adequat dels Sistemes de Retenció Infantil (SRI) redueix fins en un 75% les lesions en cas d'accident.

Precisament aquest 2024, les dues lleis existents a la Unió Europea respecte a aquests dispositius han deixat de coexistir, i s'homogeneïta tota la legislació sobre com portar els més petits al cotxe.

La normativa antiga, l'ECE R44, prenia el pes dels infants com a base per determinar quina cadira necessitava cadascú, mentre que la normativa ECE RC129 (també coneguda com a i-Size), que és la que ara substitueix



definitivament l'antiga, pren com a barem l'alçada de l'infant en lloc del pes. Tot i que les cadiretes R44 poden continuar sent utilitzades, des del passat mes de setembre ja no es poden fabricar, i a partir del mes de setembre d'enguany tampoc podran ser comercialitzades.

Ús dels SRI

Els menors amb una alçada igual o inferior a 135 cm han d'ocupar obligatòriament els

seients del darrere i han d'utilitzar sempre un SRI adaptat a la seva talla i pes. Circular amb un menor sense un sistema homologat suposa una multa de 200 euros i la pèrdua de 3 punts.

Fins als 150 cm és recomanable que continuïn fent servir un sistema de retenció infantil. Cal assegurar-se que el sistema està homologat, i és recomanable instal·lar-lo a la part central dels seients de darrere per evitar els efectes d'un impacte la-

teral o frontolateral. A més, Caterina Vergés, tècnica avançada en SRI, recomana "acudir a un centre especialitzat" i "provar les cadiretes abans de comprar-les", ja que "no totes són vàlides per a tots els cotxes i infants".

Quan és obligatori posar la cadireta contra la marxa?

És obligatori viatjar a contramarxa fins als 15 mesos, tot i que Vergés assegura que "per seguretat, és molt recomanable viatjar a contramarxa el màxim temps possible, és a dir, fins als 7 anys o 125 cm".

L'ús del sistema de retenció infantil adequat pot reduir la possibilitat de lesions en un 75% en cas d'accident de trànsit. Si, a més, aquest sistema de retenció és en el sentit contrari de la marxa, aquesta probabilitat es redueix al 90-95%.

name it

A VIC: C. Pla de Balenyà, 1-3.
A MANLLEU: Pl. Fra Bernadí, 21
A LA GARRIGA C. dels Banys, 63



LA CAKERY, BRIOIXERIA I PASTISSERIA CREATIVA



La Cakery és una botiga de referència dins el món de la pastisseria i brioixeria creativa. Situada a Vic, està especialitzada en la personalització de pastissos, cupcakes, galetes, cakepops...

'Tot sempre amb un punt creatiu, decorat, de colors i, sobretot, molt personalitzat, molt enfocat al que cada

client vol', explica la Sofia, al capdavant de la botiga.

Gender reveal, baby showers i batejos

Tal com diu la Sofia, cada cop creix més la demanda de pastissos i dolços de temàtica infantil. *'Ara està molt de moda fer festes de revelació del sexe del nadó, baby showers... Com*

que aquests pastissos, cupcakes i galetes decorades llueixen molt en una festa, últimament ens ho demanen molt', assegura.

A banda de tots aquests productes personalitzats per encàrrec, a la botiga i al web també es poden comprar espelmes, decoracions per pastissos, cupcakes, cookies, brownies...



La CAKERY

Vic

C/ Pla de Balenyà, 36 (Vic)
93 886 70 51 / 615 18 28 54
www.lacakeryvic.com
lacakeryvic@hotmail.com
Instagram: [lacakeryvic](https://www.instagram.com/lacakeryvic)

BOTIGA I ACTIVITATS PER A LA PRIMERA INFÀNCIA

LLISTES DE NAIXEMENT PERSONALITZADES

Cada llista és diferent i personalitzada en funció de les necessitats i preferències de cada família.



Creiem que per a poder triar amb criteri cal conèixer les opcions, els avantatges i inconvenients.

Per això intentem assessorar-vos tenint molt presents les peticions de cada família i us oferim informació sobre:

- Sistemes de retenció infantil. A contramarcha*
- Porteig ergonòmic i segur
- Moviment lliure i cures respectuoses

CITA PRÈVIA A:

Sant Miquel, 14 - TORELLÓ - Tel. 938505543

www.espaicucut.com

CONSELLS PER A PREPARAR-SE PER AL PART



Foto: Getty Images

AMIC.- A mesura que s'acosta el moment del part, és lògic que vagin sorgint-nos dubtes, inquietuds i que ens assaltin tota mena de pors. I encara que aquest estat, creix molt més en les mares primerenques, no hi ha excepcions, ja que cada embaràs i cada part és totalment diferent i sempre els nervis fan acte de presència. Hi ha algunes pautes per a controlar-los, que tenen molt a veure amb tenir-ho tot preparat, així com per minimitzar la durada del part i els dolors. Per a això:

-Conversa amb la parella sobre les teves pors, així com sobre el repartiment de tasques, no només durant tot l'embaràs, sinó també després del part.

-Consulta al teu ginecòleg i a la teva matrona tantes vegades com consideris necessàries.

-Fes la maleta amb temps per no oblidar res i no la deixis per a l'últim moment. Les darreres setmanes haurien de ser per cuidar-te i no per temes de logística. De tota manera, si arri-

bat el moment et falta alguna cosa, no pateixis. Al teu bebè no li faltará de res a l'hospital.

-Tingues previst amb qui es quedaran els teus fills (en cas de tenir-ne més) o les teves mascotes durant l'estada a l'hospital. Si és possible, prepara una còpia de claus i entrega-li a un familiar o persona de confiança amb temps.

-Fes activitat física durant tot l'embaràs (tret que el metge et digui el contrari). Estudis demostren que les persones que fan algun tipus d'exercici, tenen parts més curts. Els més adequats són caminar 30 minuts diaris, natació, ioga i pilates.

-Assisteix si és possible a les classes preparat. T'ensenyaran moltes tècniques i et sentiràs més segura a l'hora d'afrontar el part. A més, coneixeràs a moltes altres dones que estan

passant pel mateix i amb les quals podràs compartir experiències.

-Aprèn tècniques de respiració.

-Digues-li a la teva parella o a algun familiar proper que et faci un massatge relaxant.

-Quan es vagi acostant el moment del part i amb les primeres contraccions, banya't amb aigua calenta. Servirà per minimitzar les contraccions i relaxar tots els músculs.

-Quan arribi el moment, no tinguis por. Les dones estan preparades fisiològicament per al part. Demana l'epidural si ho consideres necessari. Per a tenir un fill avui en dia no és necessari patir, i no ets més o menys valenta per això. Intenta relaxar-te i gaudir del moment tan meravellós que suposa portar una nova vida al món.



fessalut

Centre de Salut Integral

Ens ocupem de la prevenció i tractament de qualsevol afectació del sòl pelvià femení durant les diferents etapes de la vida.

CLASSES DE PREPART

Combinem diferents disciplines per alleugerir l'embaràs.

A través dels diferents exercicis s'alleueixen les possibles molèsties de la gestació, es millora l'elasticitat, circulació limfàtica i alhora es treballa la consciència corporal, relaxació i connexió amb el bebè.

Dijous a les 10h i a les 18h

Divendres a les 17h

CLASSES DE POSTPART

HIPOPRESSIUS

Engloben un conjunt d'activitats físiques per recuperar la funcionalitat de la zona abdominal, sòl pelvià i millorar la tonificació de tot el cos.

Es pot venir acompanyada del/la nadó.

Dilluns a les 16h Dijous a les 11h

C/ Antoni Figueras, 15. Tona / Tel. 679 926 127 / info@fessalut.com / fessalut.com



SET IDEES DE FOTOGRAFIA D'EMBARÀS

Redacció.- Hi ha moments a la vida que mai es tornaran a repetir. Per això, les fotografies durant l'embaràs cada vegada estan més sol·licitades i tenen un gran valor sentimental. Hi ha diferents tipus de fotografia d'embaràs que es poden fer, així que el primer que cal fer és decidir quines fotografies prefereixes. Et presentem una llista amb algunes idees:

Fotografia d'embaràs a l'exterior. La fotografia d'embarassades a l'exterior ofereix infinitat d'opcions. Especialment les fotografies d'embaràs al camp, entre els arbres o sobre l'herba, llancen un bonic missatge sobre la relació entre l'embaràs i la naturalesa. També destaquen les sessions a la platja o al jardí de casa.

Fotografia en interiors. Potser prefereixes fer les fotos a llocs més íntims com casa teva, en-

volta dels teus espais i objectes personals. És una fotografia ideal per al record i et farà sentir més còmoda a la sessió.

Fotografia a l'estudi. Un estudi amb un fons senzill i bona il·luminació professional donarà uns resultats perfectes i unes fotografies espectaculars.

Fotografia en parella. No podem oblidar aquest tipus de fotografia, on la dona embarassada apareix amb la seva parella. El missatge es dispara amb una càrrega romàntica: compartir la il·lusió junts i implicar el pare o parella en una preciosa imatge de record on es mostra complicitat, amor i compromís.

Fotografia en família. Si ja tens fills, prepara't. Quan altres infants participen en fotos d'embaràs, la tendresa es multiplica i els encantarà participar-hi i veure fins a quin punt



són també una part important del teu embaràs. Aquesta tendresa la pots trobar també en altres membres de la família com els avis o els teus germans o germanes.

Fotografia amb la panxa pintada. Segur que ho has vist moltes vegades. Les fotografies amb dibuixos o pintura a la panxa són les més divertides. No només es tracta de fotografiar el dibuix ja acabat,

també es poden fer fotos divertides mentre algú et pinta la panxa.

Fotografia artística. Hi ha tot un món de creativitat al voltant de la fotografia d'embaràs. Quan uneixes la sensibilitat d'un embaràs amb la fotografia artística, tens un món d'idees inesgotable. Jugar amb la llum, les ombres o les formes és una idea perfecta per fotografiar el teu embaràs.

QUI SÓC?

PROMOCIÓ
15 FOTOS
QUI SÓC?
80€

Oferta limitada a
20 sessions. Vàlida
fins 31/7/24.



Fem que et sentis com a casa i que confiïs plenament en nosaltres per poder fer d'aquest moment tan especial per a tu i la teva família, un record inoblidable.

DOLÇA ESPERA



PETITS TRESORS

Reportatges
d'estudi i
exterior



*Son
Instantants*

Amants de la fotografia

Tel. 611 16 25 56

Instagram: [soninstantants_intims](#)
Instagram: [soninstantants](#)



Sant Vicenç de Torelló

LES FESTES GENDER REVEAL GUANYEN POPULARITAT



Redacció.- Una festa de *gender reveal* és un esdeveniment per donar conèixer el sexe del futur nadó durant l'embaràs. Es tracta d'una tendència importada dels Estats Units i que cada cop és més popular a Europa. Hi ha diverses possibilitats: que la festa estigui organitzada pels pares i, per tant, ells ja sàpiguen el sexe del nadó i l'hagin de comunicar a amics i familiars; o que l'organitzi una persona de confiança i sigui els ma-

teixos pares els que descobreixin, en el moment de la revelació, el sexe de l'infant que esperen. Sigui com sigui, també hi ha diverses possibilitats a l'hora comunicar si serà un nen o una nena, i celebrar la notícia. En aquest article te'n proposem cinc.

1. Canons de confeti. Els canons de confeti amb paperets de color blau o rosa són una de les maneres més habituals de

revelar el sexe en una *gender reveal*. Hi ha dues possibilitats: el pare i la mare dispararan la sorpresa mentre els convidats observen, o se'ls donarà canons als convidats i faran un llançament simultani.

2. Postres amb farcit revelador. No hi ha una res més dolça que encarregar un gran pastís amb un farcit que reveli si serà nen o nena. Una altra opció és posar caramels blaus o roses al mig, perquè, en tallar el pastís, les llaminadures es vessin sobre el plat.

3. Globus ple de confeti. Aconsegueix un globus gegant i omple'l de confeti del color que calgui. Davant dels convidats, agafa una agulla i rebenta el globus per donar a conèixer la notícia a tothom. Per fer l'experiència més divertida, el pare i la mare poden tenir un globus cadascú.

4. Granada de fum. Compra una bomba de fum o una bengala del color necessari. Quan esclati, sortirà un gran núvol que es manté en l'ambient diversos minuts. Això permetrà fer unes fotos genials.

5. Pintura amb els ulls tapats. Lluny d'aquestes propostes més multitudinàries, també hi ha opcions de *gender reveal* més íntimes. Una d'elles és tapar els ulls del pare i de la mare i posar un plat amb pintura blava o rosa al costat de cadascú. Es tracta que, sense veure-s'hi, s'empastifin entre ells amb la pintura, i en treure's la bena dels ulls descobreixin el sexe. És una sessió íntima on normalment els pares només estan acompanyats per algú de confiança que és qui prepara la pintura. Perquè llueixi més, acostumen a anar vestits amb roba blanca i sovint s'acompanya d'una sessió fotogràfica.

Ecografia

EMOCIONAL 5D



No t'esperis a que neixi per veure'!!
Passem les ecografies 5D a hiperrealisme.



Fotos New Born



Reiki i ioga a l'embaràs | Massatge terapèutic i circulatori
Revel·lacions de sexe | Primera posada d'arrecades
Cistelles de nadó



Eco Nado
CENTRE DE MATERNITAT

C/ Gelada, 19 - Vic - 683.25.94.84

  econado.vic

POSTPART: QUINS CANVIS FÍSICS I EMOCIONALS ES PRESENTEN?

AMIC.- El període de postpart és el temps després del part en el qual el cos de la dona es recupera i torna al seu estat anterior a l'embaràs. Aquest període dura aproximadament sis setmanes i és un moment de molts canvis físics i emocionals per a la mare.

Pel que fa als canvis físics, l'úter es contreu per a tornar a la seva grandària normal. Els pits poden tornar-se més grans i pesats a causa de la producció de llet, i estar més sensibles i dolorosos. La vagina pot sentir pressió.

El postpart també és un període de canvis emocionals significatius. Algunes dones poden experimentar sentiments d'alegria i felicitat, mentre que altres poden sentir-se aclaparades, ansioses o tristes. És comú que moltes dones experimentin una sensació de tristesa o plor fàcil durant els primers dies o setmanes després del part. D'altra banda, la depressió postpart és una forma més greu de depressió, amb sentiments de tristesa o desesperança, pèrdua d'interès en les activitats quotidianes, canvis en la gana i el son... També és comú que moltes dones experimentin ansietat després del part, especialment en relació amb la cura del nounat. I no és estrany tampoc experimentar canvis en la libido, a causa de canvis hormonals i de l'estrès de la cura del nounat.

NÚRIA FERRER T'ACOMPANYA EN L'EDUCACIÓ I CRIANÇA DELS FILLS I FILLES

CONTINGUT PATROCINAT

Quan som pares i mares és normal que ens apareguin por i inseguretats sobre la criança i l'educació que estem donant als fills i filles. De vegades ens sentim sols/es i incompresos/es i això fa que no estiguem bé. La Núria Ferrer té un servei que t'escolta i t'acompanya a viure de manera més còmoda la criança, anomenat Espai d'Acompanyament. S'ofereix presencialment a Prats de Lluçanès (Centre de Salut La Lira) i de manera virtual.

Què hi pots trobar?

El servei parteix de l'escolta i el diàleg amb cada persona i família per adaptar-se i ser flexible a les seves necessitats, vetllant per establir una relació basada en el respecte, el no judici i la confidencialitat, i partint de les potencialitats de cadascú. Tot això es fa des d'una mirada educativa i pedagògica, però també s'utilitza el coaching com a tècnica d'acompanyament. Alguns dels continguts que es poden treballar són:

-Millora de la comunicació i les relacions familiars.



- Fiançament de vincles familiars.
- Suport en pautes, límits i organització familiar.
- Aprendre a potenciar les capacitats, habilitats i fortaleces familiars o d'algun dels seus membres.
- Prevenició i resolució de conflictes.
- Anàlisi dels valors familiars per millorar aquells elements que no agraden o no encaixen.
- Acompanyament en processos de canvi, transició o millora de la família o algun dels seus membres.

Per a una consulta o sol·licitar informació, reviseu la web www.nuriaferrer.net o contacteu amb ella al 636 531 309 i per correu a nuria@nuriaferrer.net.

CUIDA'T DURANT I DESPRÉS DE L'EMBARÀS AMB SALUT I ESTÈTICA MONTSE

Som especialistes en una àmplia gamma de tractaments i massatges tant pre com post-part, adaptats a les necessitats específiques de cada etapa del vostre embaràs i recuperació.

En el transcurs de l'embaràs patim canvis hormonals en el nostre cos des de la concepció fins després del part, per això comencem ja a cuidar-te des del 4t mes de gestació.

Com et cuidarem?

Durant l'embaràs realitzem Massatges Ayurvèdics, olis purs i 100% naturals per nodrir la pell, relaxar la musculatura per reduir les tensions, millora la circulació limfàtica i venosa en quant ajudarà a reduir la pesadesa de cames i les típiques rampes de l'embaràs, millora el son, la fatiga, proporcionant relaxació i facilita el part perquè ajuda amb la dilatació. També realitzem tractaments de drenatge limfàtic manual i

fusta-teràpia per ajudar a reduir els líquids acumulats.

-Programes Facials: Especialment dissenyats per a pells sensibles i canvis hormonals, mantenint la pell radiant i saludable.

Tractament Postpart

Un cop passada la quarantena, sempre que no hi hagi contraindicacions mèdiques ja es pot realitzar el tractament. Els resultats són més espectaculars si el tractament s'inicia com més aviat millor.

Els tractaments no impliquen cap risc per a l'alletament. Cada cos és diferent, per això dissenyem un pla específic per a tu, per recuperar la figura després del part amb les últimes tecnologies i les tècniques manuals més eficients.

Quantes sessions necessitaré?

Dependrà de cada cas entre 10 i 20 sessions. Abans, però s'ha de fer un diagnòstic per valorar la quantitat.



Quins són els objectius?

1. Recuperar l'elasticitat de la pell i tonificar els músculs, sobretot la pell de l'abdomen.
2. Reduir volum abdominal, glutis, cartutxeres.
3. Millorar la retenció de líquids, la circulació i la cel·lulitis.
4. En cas de cesària reduir la cicatriu interna i externa.
5. Reduir i eliminar les estries acumulades.
6. Recuperar el to de les mames.

Visita'ns i descobreix com podem ajudar-te a viure aquest moment especial amb el màxim benestar i confiança. A Montse Salut i Estètica, et cuidem a cada pas del camí.



SALUT I ESTÈTICA

MONTSE

EST. 1982

C/ Dr. Candi Bayés, 39 (Vic)
Tel. 93 889 41 45

www.semontselaser.com
www.semontse.com
salut.estetica.montse



ET PRESTEM SET CONSELLS PER PORTAR L'EMBARÀS DURANT L'ESTIU... MALGRAT LES ALTES TEMPERATURES

AMIC.- A priori, si ajuntem embaràs i estiu ens apareix en la ment com un binomi calorós i aclaparador, sobretot si pensem en l'últim tram de la gestació. És veritat que hem tingut uns estius molt calorosos, i que no sabem com serà aquest. El que sí que volem revelar són set consells per a portar millor l'embaràs durant l'estiu.

1. Molta aigua i fruita fresca, un tàndem perfecte. Per a estar ben hidratada, és fonamental beure molta aigua i evitar els refrescos amb gas. A més, pots gaudir de fruites fresques com la pinya o la síndria. Els tes freds també són molt recomanables per a aportar hidratació sense retenir líquids. Gaudeix també d'amanides, gaspatxo...

2. Alerta amb la conservació

dels aliments. Durant l'embaràs és fonamental vigilar la ingesta de menjar, apostant per una dieta equilibrada i sana. També és important extremar les precaucions sobre les mesures de conservació dels aliments, anant amb compte amb les salses amb ou, les maioneses, i aquells productes sense refrigerar o exposats al sol.

3. Protegeix-te bé de la radiació solar. En un embaràs a l'estiu, és encara més important apostar per bons fotoprotectors que creïn un escut entre la nostra dermis i els raigs solars. És fonamental protegir-nos bé, buscant ombres i pameles o barrets.

4. Aposta per roba ampla i fresca i colors clars. Per a combatre les altes temperatures, és



important convertir la roba en un aliat i no en un enemic. És normal que et sentis més inflada, així que la roba ajustada serà incòmoda. Recorda també apostar per sabates planes.

5. Protegeix-te de la calor en les hores centrals del dia. Aquest gest, amb una bona hidratació, serà clau per a evitar baixades de tensió i possibles marejos. I res de fer activitat física en les franges de més calor.

6. Fes exercici adaptat a les teves necessitats. Així, et sentiràs més còmoda i àgil i evitaràs un augment excessiu de quilos.

7. Amunt les cames cansades! Un altre dels símptomes de l'embaràs a l'estiu són les cames inflades. Com podem evitar-ho? Col·locant els peus en laire quan estiguis asseguda, evitant estar molt temps dempeus, fent massatges i descartant els aliments salats.



L'ESTUDI
ESTUDI DE FOTOGRAFIA

Fotografia de família

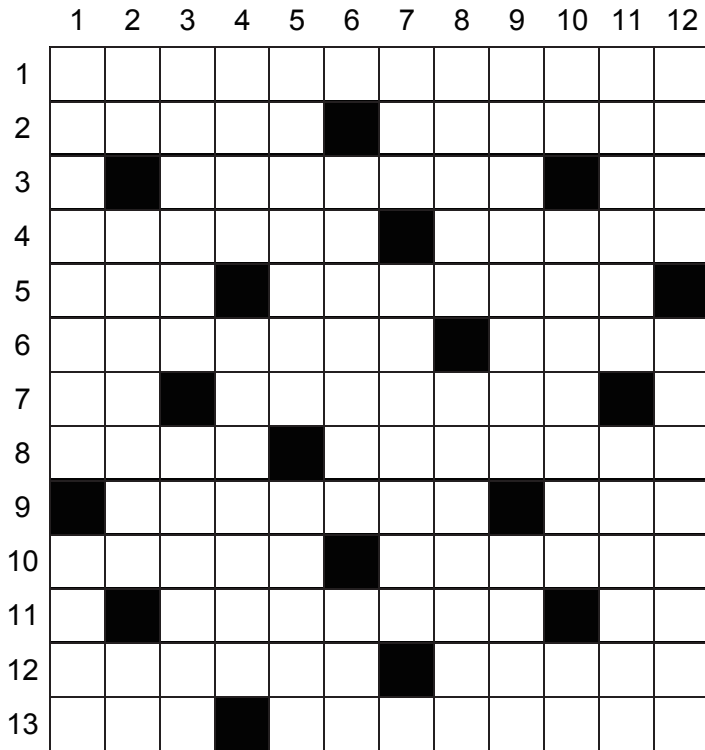
Estàs embarassada i vols immortalitzar un dels moments més dolços de la teva vida?
Realitzem sessions d'embaràs i NewBorn, amb el recent nascut i família.

Vols regalar una sessió així?
Et preparam un xec regal molt especial que de ben segur es rebrà amb molta il·lusió.

Marta Leal i Batllés
629989872 - lealfot@gmail.com
@lstudi_martafotografia

PASSATEMPS | FOTOS

LES SOLUCIONS LES TROBARÀS A LES ÚLTIMES PÀGINES



MOTS ENCREUATS

Per Pau Vidal



HORIZONTALS: 1. Tan i tan primes que sembla que estiguin més enllà / 2. Remullo i airejo el ferro. Rega una mica més del compte / 3. Una micona de res. No és que sigui fals, és que està inventat. Anima de mula / 4. De quina manera curarà?: a base de cantar com la granota. Només queden ells / 5. Unitat amb Tota Naturalitat. És qüestió del limbe / 6. Podrida però pitjor. Esser com el francès que altera la Tere / 7. Dos quarts de tres. Pal de paller dels hidrocarburs acetilènics. Cap de nosaltres / 8. Tal com anem és que som de mena estranya. Ni prenen notes ni en posen: el que fan és passar la nota / 9. Esport consistent a comprar deu productes d'esport. Al cor d'en Pitof / 10. Com que té els cabells blancs li surten unes os... Caçador de cans / 11. Goita, ja l'ha fet el dels cabells blancs! Circulació viària vers la defunció. Ronc sostingut / 12. Persistint en l'adverbi. Feia ous a Lapònia / 13. El corredor el perd i el francès encara li reclama. Distribució de la conservació, solament.

VERTICALS: 1. De tant pispar a l'erari públic té l'ànima esberlada. Apèndix musical / 2. A l'interior del taxi. Immobilitzada mentre no penca. A les últimes són les primeres / 3. Traspassat com el marit de la vídua. Adverbi per entretenir l'espera / 4. Escaic a un Cadí tot remenat. Queixa pel coixejar de la ranura / 5. Sistema que permet obrir boca mentre parlem. Acostament / 6. Ve sense ni cinc. Estri de pesca que en superfície de gespa funciona malament. Mal nat / 7. Varii sense encoratjar. Bonsais naturals. Té majoria en la lluita / 8. Malson en estat d'incubació. Amuntegui tal com raja, de baix a dalt / 9. Quinze caselles combinant u per dos. Màxim responsable de la bomba atòmica / 10. Article per determinar. Tan groc com està, però no s'acaba de posar histèric... Nevera mentidera / 11. Cardeu de forma estranya, que es tracta d'ensenyar maneres. Insisteixin a la manera clàssica / 12. Sovint ens fan companyia en el bany. Moralment destrossat, per culpa de la platja.

SUDOKU *Dificultat: baixa*

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

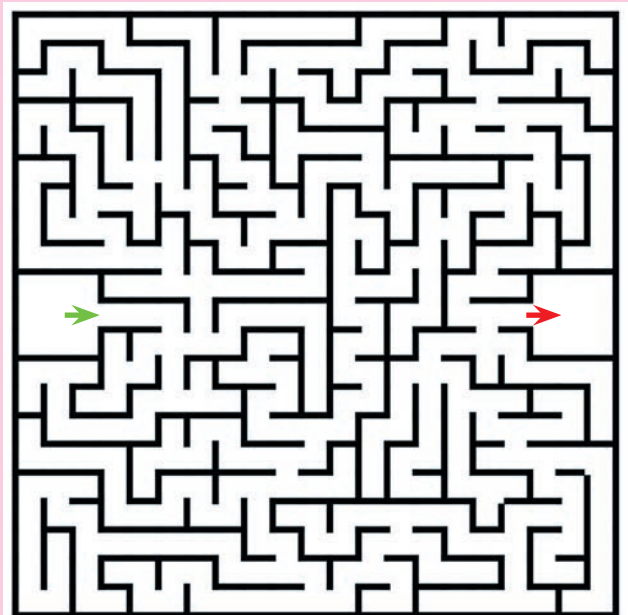
RESIDÈNCIA DELS MUNTS



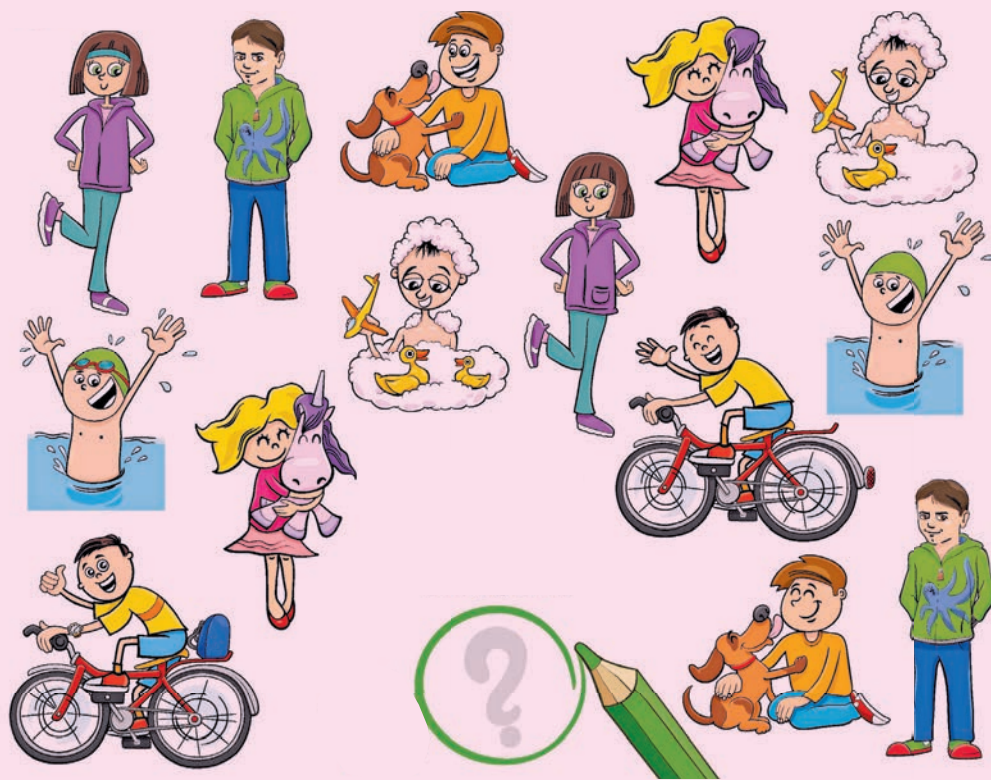
El sudoku és un exercici que revitalitza la ment i prevé del deteriorament cognitiu.

Sant Boi de Lluçanès. Tel. 93 857 80 56

LABERINT *A veure si trobes la sortida!*



**TROBA ELS
DOS DIBUIXOS
EXACATAMENT
IGUALS**




NUDAR RENTALIA
 TREBALLEM PER A TU

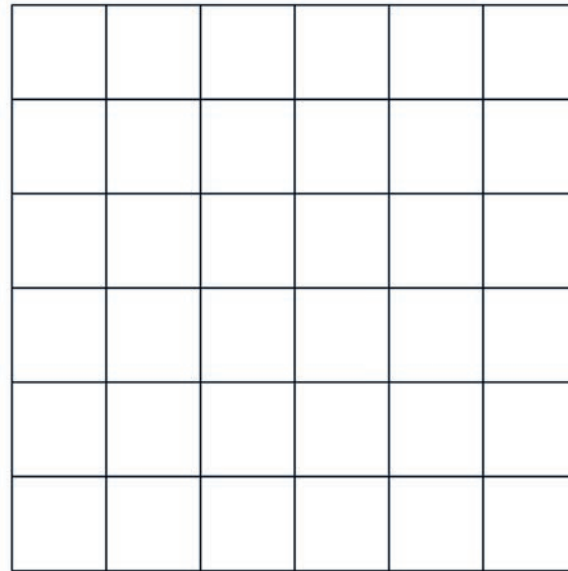
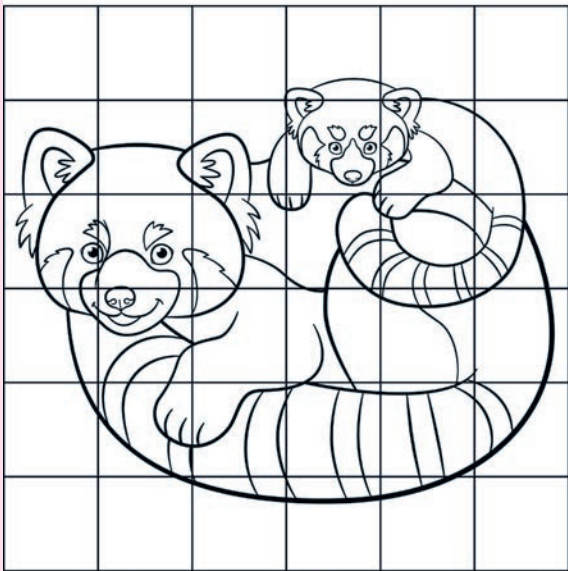
Saps que pots
 vendre casa teva
 i continuar gaudint
 d'ella per sempre?
Truca'ns!

☎ 937 152 150 / 682 565 687
 🏠 Portal de la Rambla, 3 L4 - VIC ✉ info@nudar.cat

SOPA DE LLETRES CONSTRUCCIÓ

- | | | |
|-----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> BIBERÓ | <input type="checkbox"/> PELUIX | <input type="checkbox"/> SONALL |
| <input type="checkbox"/> PITET | <input type="checkbox"/> COTXET | <input type="checkbox"/> JOGUINA |
| <input type="checkbox"/> BOLQUERS | <input type="checkbox"/> BRESSOL | <input type="checkbox"/> CADIRETA |

HANKCEPOSPELUIXMNZPXNCFBCQKQ
 HCBJRUFUJMEAVDAMBGS LGBOVXEJQV
 QITBWKGFE LNUUQLNUOZVQTRLBYMB
 AHYSOOWAPV I I KMUYHNWCPXTOHSAZ
 ZLNSPLKYOCUIPEGVRALSIEJSJKIU
 MOUVQMQQBEGVHDDDBFLXETTHSGQTG
 EQVCBNZUNHOIDYYYNLWFEOECKKH
 WAIYQOVEEEJSGVIMJIFGTURRAMGR
 UJERPGPCWRSQBMVFTTOTHGEBVRS P
 RENVTYPMXKSZMQOVRVWUOUBKNYQK
 IXPBCZYQCADIRETAOYRAFWIXQIDT
 BXBJOEKZVNWVFQVYNOCORYFBPQSVL
 DTHHRBKB LMEMOMXIZHJQVKGHOIBJ



**COPIA-HO
MIRANT ELS
QUADRATS**



**TROBA ELS 10 ANIMALS
CAMUFLATS EN LA IMATGE...**



... I EL TIGRE AMAGAT!



TROBA LES 10 DIFERÈNCIES

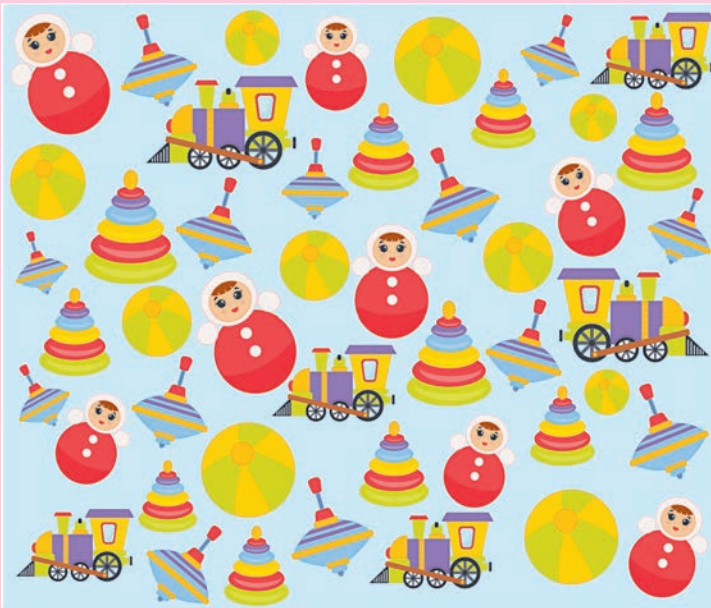


ORALVIC
ODONTOLOGIA AVANÇADA

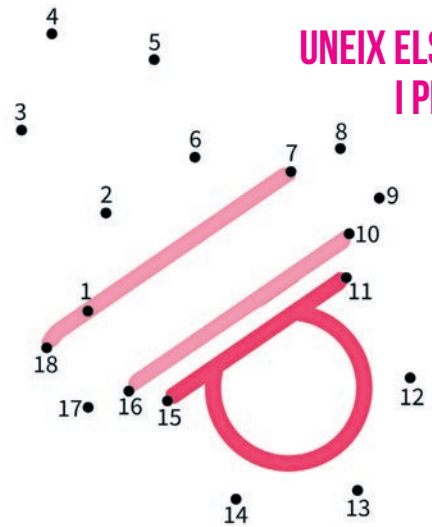
Plaça Divina Pastora, 8
VIC - Tel. 930 240 109
www.oralvic.com



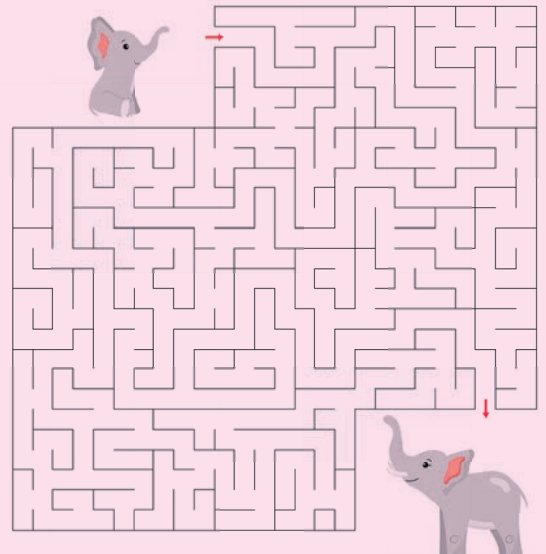
QUANTS N'HI HA DE CADA?



UNEIX ELS PUNTS I PINTA-HO



LABERINT INFANTIL





El meandre del Ter. Joan Crespiera.



Aigua al salt del molí de Salgueda. Josep Soldevila.



Nuvolades de tarda al riu Ter a Manlleu. Rosa Desplans.



Orchidea Pyramidale, flor silvestre de bosc, Muntanyola. Josep Ayats.



Avió passant davant la lluna, Sant Bartomeu del Grau. Emili Vilamala.



Gran cumulonimbus amb colors de la posta de sol,. Carme Molist.



El riu Ter baixa ple, Sant Quirze de Besora. Josep M. Costa.



Cabres passejant a prop de l'Ajuda, Hostalets. Montse Vallbona.

**Dr. Miquel
Molinero i Polo**

Otorinolaringòleg
Cirurgia de la gola
Nas i oïda

C. Bellmunt, 1 Bxs. Calldetenes
T. 93 886 17 00 / 1090



PsicoSalutIntegral
més que psicologia

Marta Coma - Psicòloga

Rda. Camprodon, 5B - VIC.
Tel. 654 498 017
www.psicosalutintegral.com

DR. J. FOLCH

METGE, EDUCADOR
I PSIQUIATRE

OSONAMENT

J. M. SELVA, 2. VIC
TEL. 93.889.50.59



**CENTRE DE
PSICOLOGIA
DE VIC**

Montserrat Clàpera
Hermínia València
Yolanda Muñoz

**ORIENTACIÓ, DIAGNÒSTIC
I TRACTAMENT PSICOLÒGIC**

**CONSULTA DE
PSICOLOGIA SANITÀRIA**

- Primera infància (0-6a), infantil
- Logopèdia
- Adolescents, família
- Adults, parella
- Peritatges psicològics

Rbla. Hospital, 8 desp. 2 - VIC
Tel. 93 885 20 94 - 691 409 890
info@psicovic.net
www.psicovic.net

Foto: CHV



EL CHV-FHSC DONA LA BENVINGUDA ALS NOUS RESIDENTS

Els nous metges i metgesses, infermeres, psicòlegs i farmacèutiques internes residents passaran entre 2 i 5 anys cursant la seva especialització als hospitals i als CAP de la comarca.

Redacció.- L'Hospital Universitari de Vic va acollir dimarts la presentació dels 25 nous metges i metgesses, infermeres, psicòlogues i farmacèutiques internes residents (MIR, IIR, PIR i FIR) que enguany comencen la seva formació com a especialistes als hospitals i centres sanitaris d'Osona.

Durant l'acte, la cap d'estudis del Consorci Hospitalari de Vic, Susanna Vilaseca va presentar cadascun dels especialistes fent val-

dre la situació en la qual es troben. "És el moment de celebrar els vostres èxits i començar la vostra carrera professional en la vostra especialitat. Gràcies per confiar en nosaltres i deixar que us acompanyem en aquest camí".

Per la seva banda, la directora de Transferència de Coneixement, Núria Roger, va manifestar que per al CHV-FHSC "sempre és una motivació rebre noves promocions de residents i formar-los perquè, al final de la seva residència, puguin garantir la millor atenció als ciutadans".

La directora assistencial del CHV-FHSC, Rosa Morral, va tancar l'acte donant la benvinguda als

especialistes en formació i els va animar a aprofitar al màxim aquesta etapa professional que ara comencen: "Una etapa exigent, amb un aprenentatge constant, però alhora molt satisfactòria. L'expertesa que adquirireu durant aquests anys us serà sempre útil per afrontar el camí que tot just comença".

A l'acte també hi va participar diversos residents que actualment s'estan formant als centres. Tots ells van compartir amb els nous especialistes en formació activitats, eines i estratègies que els poden ajudar a superar de manera satisfactòria l'etapa de la residència tant en l'àmbit formatiu com en el social.

FARMÀCIES DE GUÀRDIA



**Horari del servei d'urgència diürn: de 9h a 20.30h. A partir de les 20.30h el servei d'urgència es deriva a la farmàcia de guàrdia de Vic.*

VIC

Dimarts 28, Vilaplana - Pl. Major, 17
Dimecres 29, Atlàntida - Montserrat, 11
Dijous 30, Ausa - Pare Huix, 15
Divendres 31, Pou - Av. Olímpia, 5
Dissabte 1, P. de Queralt - Molí d'en Saborit, 2
Diumenge 2, Ylla-Català - Plaça Paradís, 2
Dilluns 3, Urgell - Rambla Hospital, 18

MANLLEU (guàrdies diürnes*)

Dimarts 28, Esther Pou - Vilamirosa, 109
Dimecres 29, Lluïsa Rosell - Montseny, 71
Dijous 30, Pius Cornellas - Ctra. Olot, 61
Divendres 31, Assumpta Autet - Font, 15
Dissabte 1, Farmàcia Marta - Av. Roma, 100
Diumenge 2, Farmàcia Marta - Av. Roma, 100
Dilluns 3, Fcia Gràcia - Av. Roma, 200

TONA (guàrdies diürnes*)

De dimarts 28 a diumenge 2,
Vilella - Seva, 1
Dilluns 3,
Íngrid Jaime - Antoni Figueras, 11

TORELLÓ (guàrdies diürnes*)

Dimarts 28, Aceves - Prat de la Riba, 1
Dimecres 29, Nofre - Manlleu, 31
Dijous 30, Prat - Del Pont, 17
Divendres 31, Bardalet - Canigó, 72
Dissabte 1, Estudis - A. Clavé, 2
Diumenge 2, Estudis - A. Clavé, 2
Dilluns 3, Aceves - Prat de la Riba, 1

VOLS POSAR UN ANUNCI?

WHATSAPP 619 578 822
TEL. 93 885 69 29 (9-14h)



Més!
MÉS SERVEIS I SERVEIS

LLOGO APARTAMENT PER TEMPORADA o 15 DIES

3 habitacions, bany, aire condicionat, cuina-menjadador, plaça de pq interior i jardí privat.

ZONA CA LA ROVIRA PLATJA D'ARO
TEL. 659 895 108



FINCAS COS
HOMES & ESTATES

MASIES - CASES RURALS - FINQUES RÚSTIQUES - TORRES - CASES DE POBLE - CASTELLS

Per **VENDRE** pot fer els passos que vulgui, però, de definitius, només hi ha un: Sr. Cos. 44 anys venent, tot un referent per a la gent de la ciutat que va al poble o al camp. Truqui i visitarem la seva finca aconsellant-li el millor preu sense cap compromís. Anem al gra i no li farem perdre el temps.

Assessoria **JURÍDICA INTEGRAL**
Sr. COS ☎ 933 633 500

679 71 04 46
Paris, 130 entl. **BARCELONA**

www.fincascos.com - info@fincascos.com



MANTENIMENT, REFORMES I PINTURES

LLUÍS

**Pintor - Fuster - Paleta
Llauner - Electricista**

636 35 44 36 - 93 885 14 55
Pressupost sense compromís

CONSELLS PER REFORMAR EL BANY



AMIC.- La reforma del bany és una tasca que pot ser un autèntic desafiament per a molts. No obstant això, amb una bona planificació i tenint en compte diferents qüestions, pots transformar aquest espai en un de funcional, estilitzat i durador.

Abans de començar qualsevol obra, reflexiona sobre els hàbits d'ús del bany. Prefereixes dutxar-te o banyar-te? Quantes persones faran servir el bany regularment? Aquesta informació t'ajudarà a prendre decisions fonamentals.

La distribució ha d'estar pensada per treure el màxim profit de l'espai disponible i garantir-ne la comoditat en l'ús diari. Pensa la ubicació dels elements clau, com el vàter, el lavabo i la dutxa, de manera que es faciliti la circulació i l'accés a cada àrea.

Tria materials de qualitat que siguin resistents a la humitat, com el granit, el marbre o les rajoles. És important triar materials que s'adaptin a l'ambient humit del bany i que requereixin un manteniment mínim.

La il·luminació és un altre aspecte fonamental en el disseny. Planifica la ubicació de punts de llum estratègics que proporcionin una il·luminació uniforme i funcional a tot l'espai. A més, aprofita al màxim la llum natural, incorporant finestres o lluernes si és possible.

Finalment, busca una coherència estètica entre el disseny del bany i l'estil general de casa teva.

ref.0744



Tot tipus de reparacions i muntatges a domicili

639 58 97 48
JORDI

Serralleria, panys de seguretat, persianes, manetes, vidres, quadres, llums, aixetes, desaiqües, cisternes WC, aplics, etc..

SERVEI URGENT OBRIR PORTES 24H, MÀXIMA RAPIDESA!

AV ALUMINISVIC
REPARACIONS I MUNTATGE de tot tipus de persianes, finestres, portes, vidres, PVC, mosquiteres.

Servei econòmic i ràpid
compromís 100%
664 14 27 40

Ref.01119



Servei Tècnic
El Remei

93 885 13 04
652 58 81 07
C. Virrei Avilés, 35 - Vic
www.satelremei.com



ANTENES TDT I PARABÒLIQUES
TV / DVD / VIDEO / PROJECTORS
INFORMÀTICA / PC I PORTÀTILS
INTERNET / WIFI / FIBRA ÒPTICA
VIDEOVIGILÀNCIA
VIDEOPORTERS
PLAQUES SOLARS

Més de 20 anys d'experiència al vostre costat

EXPO MUDANCES VIC S.L.

Especialistes en Muntatge i Desmuntatge de Mobles
Servei de Guardamobles

C. Canigó, 83 4rt 3a - VIC - T. 619 357 973 / 675 921 376

Reformes integrals d'habitatges i locals comercials

Construccions i reformes
Obra nova
Reformes integrals
Hotels, locals, masies i habitatges

Reformes Rayan
930 245 916
672 850 590
rayanakil502@gmail.com

MARIT PER HORES

Tant et pengem quadres, reparam persianes, escalfadors d'aigua, endolls... i molt més!

615 77 62 16

EDUARD 40 anys d'experiència

REPARACIÓ D'ELECTRODOMÈSTICS

Rentadores, assecadores, rentaplats, forns, campanes, neveres, cuines de gas i elèctriques...

C. Sant Jordi, 7B - Porta 1 - Calldetenes
93 888 75 06 / 683 10 33 38 / 691 480 310

NETEJA I DESEMBUSSOS

- Desembussos a particulars i comunitats
- Inspecció i localització precisa de canonades
- Neteja de piscines i dipòsits d'aigua

654 64 63 85 **SERVEI 24h**
www.desembussosruiz.com

PINTOR PROFESSIONAL
20 anys d'experiència

FEM TOT TIPUS DE TREBALLS DE PINTURA.
També ignifugats
Qualitat, neteja i estalvi.
Pressupost fet a mida

693 450 728

TREBALLS AGRÍCOLES

Per horts / parcel·les amb tractor petit, (estripar, llaurar, fresar) o netejar parcel·les. Plantar i arrencar patates.
Amb molta experiència
Alfons 618 910 180

LAMPISTERIA MANU

REPARACIONS I INSTAL·LACIONS DOMÈSTIQUES
ELECTRICITAT - LLAUNERIA
CALEFACCIÓ - AIRES CONDICIONATS
BULLETINS D'AIGUA I ELÈCTRICS

20 anys al teu servei
manu@lampisteriamanu.cat
Tel. 677 09 50 28 www.lampisteriamanu.cat

Puppycat
centre de cria

info@centrepuppycat.com
tlf : 669800134
Nucli zoològic : B-2500712

Maltès Persa Caniche

petit pol

RESIDÈNCIA - ENSINISTRAMENT
CRIJA SELECTIVA - PSICOLOGIA
NUCLI ZOOLOGIC B-25000645

Disposem de cadells de labrador retriever

Can Pol - Tel. 661 64 99 28
08507 Sta Eugènia de Berga

Nou procés de selecció a Vic

S'ofereix:

- Formació
- Desenvolupament professional
- Flexibilitat

Envia el teu CV al següent email
egrabalosa@occident.com

☎ M 648 406 128

Occident

ALLIBERATS MÉS DE 600 EXEMPLARS DEL TRITÓ DEL MONTSENY AL SEU HÀBITAT NATURAL

Redacció.- En les darreres setmanes, s'han alliberat a diferents torrents del Parc Natural del Montseny 620 exemplars de tritó del Montseny (*Calotriton arnoldi*), una espècie catalogada en perill crític d'extinció i endèmica de Catalunya. Aquesta actuació dona continuïtat al projecte europeu LIFE Tritó Montseny, que, coordinat per la Diputació de Barcelona, va contribuir entre el 2017 i el 2022 a la conservació d'aquest amfibi.



Foto: DIBA

Concretament, entre els mesos d'abril i maig s'han reintroduït un total de 354 individus joves i 266 larves. Els exemplars provenien del Zoo de Barcelona, els Centre de Fauna de Torreferrussa i Pont de Suert de la Generalitat, el Centre de Recerca i Educació Ambiental de Calafell i el Zoo de Chester, tots ells amb programes propis de cria o de creixement de les larves. Amb aquesta reintroducció, ja són més de 3.000 els exemplars de tritó del Montseny alliberats al seu hàbitat natural des del 2010.

Ampliació de l'àrea de distribució

L'objectiu de la cria en captivitat i la posterior reintroducció de tritons del Montseny és, d'una banda, mantenir un reservori genètic que garanteixi el futur de l'espècie; i de l'altra, ampliar la seva àrea de distribució que, actualment, es limita a vuit torrents del Parc Natural del Montseny que sumen aproximadament 12 quilòmetres lineals.

Des del 2010 s'han alliberat animals en vuit nou torrents i, tot

que encara és aviat per confirmar la consolidació de les noves poblacions, sí que es pot afirmar que l'increment de la distribució de l'espècie és una de les mesures més efectives per garantir la seva recuperació. La tasca contínua de totes les institucions implicades al projecte i els seguiments realitzats també ha permès constatar la bona evolució, al medi natural, dels tritons nascuts en captivitat. Això referma les possibilitats de supervivència dels exemplars reintroduïts.

Un amfibi endèmic del Montseny i en situació de vulnerabilitat

Les primeres poblacions de tritó del Montseny van ser descobertes el 1979 per atzar i, inicialment, es va pensar que pertanyien a una espècie molt semblant i propera, el tritó pirinenc. A finals de 2005, alguns estudis van establir que aquestes poblacions eren, en realitat, una altra espècie que havia passat desapercebuda durant dècades degut a la seva raresa. Des de la seva identificació, el tritó del Montseny es troba en perill crític d'extinció i és l'amfibi més amenaçat d'Europa Occidental.

BUSCO FEINA

PER POSAR ANUNCIS EN AQUESTA SECCIÓ. Veniu a les nostres oficines de 9 a 13h. Si veniu el dilluns abans de les 12h sortirà l'endemà dimarts. Moltes gràcies.

Noia amb moltes ganes de treballar, busca feina per treballar a restaurant, ajudant de cuina, neteja de llars, cuidant gent gran o nens, per dependenta. Tel. 664 142 740

Busco feina de neteja, cuidar nens o gent gran, passejar o cuidar mascotes, per hores o mitja jornada. Disponibilitat immediata als matins, les tardes i els caps de setmana. Tel. 605 449 419

Senyora catalana de Montesquiú busca feina per cuidar persones grans, amb experiència i referències. Tinc cotxe propi i disponibilitat horària. Tel. 653 545 608

Dona busca feina per cuidar gent gran, rentar plats a restaurants o per netejar cases, pisos, escales i oficines. Amb referències. Disponibilitat matins i tardes. Documentació en regla i cotxe propi. Tel. 631 865 773

Dona busca feina per cuidar nens o gent gran com a interna, externa o nits, netejar pisos i cases, de cambrera i rentar plats a restaurant. Disponibi-

Es busca soldador de TIG/MIG
amb coneixement de maneig de cisalla i plegadora.
Tel. 93 886 08 31

ES NECESSITA PERSONA PER GRANJA DE PORCS
Per treballar torn partit a la comarca d'Osona
Interessats trucar de 9 a 13h o de 15 a 19h al telèfon 629 927 124

ES NECESSITA FORNER
AMB EXPERIÈNCIA
TEL. 696 072 847

litat horària i immediata.
Tel. 697 698 849

Dona amb molta experiència i recomanacions busca feina per cuidar gent gran com interna o externa o per netejar per hores. Disponibilitat de dilluns a diumenge. Tel. 612 252 511

Dona catalana busca feina de neteja per hores.
Tel. 636 180 943

Noia jove busca feina de neteja, per a cuidar gent gran i nens, d'ajudant de cuina o cambrera. Tel. 613 759 299

Dona busca feina per cuidar gent gran o de neteja.
Tel. 698 243 554

Dona busca feina per netejar cases, pisos, escales, també per renta-

LLOGUER D'INFLABLES
GRAN(4x4,20)100€ - MITJÀ(3,30x4,00)80€ - PETIT(2,20x2,20)40€



80€

INFLABLES MANLEU 696 501 127

LLENYA SECA
ROURE I ALZINA
LLENYA SECA
GARANTIDA!
T. 654 506 628



100% GARANTIDA 100%

figueras
Llenya
llenyafiguera.com
figuerasllenya.com

plats, ajudant de cuina, cambra i per cuidar canalla o gent gran per hores. Molts anys d'experiència, disponibilitat immediata. Tel. 644 033 865

Dona catalana cerca feina per cuidar gent gran o bé nens. Experiència, cotxe propi, horari adaptable a cada persona. Tel. 659 791 103

Dona busca feina per netejar cases, pisos, escales, locals i per cuidar gent gran per hores. Tinc molta experiència, dispenso de cotxe i documentació en regla. Disponibilitat matins de 7h-14h. Tel. 632 116 531

Noia busca feina de cuidadora de gent gran per hores o com a interna, també per cuidar canalla o com ajudant de cuina. Disponibilitat horària. Tel. 641 541 524

Noia busca feina de neteja, cambra, ajudant a restaurant, escorxadador, del que surti. Tel. 631 911 858

Noi busca feina del que surti. Disponibilitat horària i immediata. Tel. 641 084 537

Home busca feina de peó de qualsevol professió o per rentar plats a restaurants. Tel. 632 172 668

Noia Boliviana busca feina de neteja de cases, planxar, cuidar nens o gent gran per hores o temps complet. Incorporació immediata. Tel. 641 535 491

Noi Bolivià busca feina de neteja de la construcció, jardineria, ajudant de paleta, cuidant animals a granja per hores, temps complet o inclús pot anar-hi en parella. Disponibilitat immediata. Tel. 624 729 048

Dona busca feina per netejar cases, pisos, oficines, cuidar gent gran o nens. Tinc cotxe propi. Disponibilitat horària i immediata. Tel. 695 704 369

Dona busca feina per a cuidar gent gran o nens, netejar o com ajudant de perruqueria. Torn de cap de setmana o feiners. Tel. 624 610 956- 651 846 504

Dona busca feina per a cuidar gent gran com interna, externa o per hores. Disponibilitat horària i immediata. Vic i voltants. Tel. 632 536 205

Home busca feina d'ajudant de cuina, cambra, ajudant a forn, magatzem o distribució, també per cuidar o acompanyar gent gran. Tel. 624 934 050

Dona seria i responsable busca feina per netejar cases, pisos, planxar, cuidar gent gran com interna, externa o per hores. Amb experiència. Tel. 661 118 718

Dona busca feina per a cuidar gent gran com interna o externa i per cuidar nens. Tel. 603 689 094

ORRA
Renovació d'habitatges s.l.
Fusteria en general - Pintura
Tancaments - Gestió integral
d'obres - Reparacions...



T. 633 350 119

orrarenovacio.cat

VOLS POSAR UN ANUNCI?

WHATSAPP 619 578 822
TEL. 93 885 69 29 (9-14h)



Més!
COMERCIALS GARANTIRIEM

SERVEIS DE NETEJA

- Comunitats de veïns, oficines, habitatges, restaurants...
- Netejes puntuals
- Netejes final d'obra
- Pintura d'interiors



Tel. 640 322 965
RIPOLLES-OSONA-GARROTXA -VALLES

COLLASTRE DEL MONTSENY

Venda de pollastre de pagès



POLLASTRE DEL MONTSENY
C/Sant Joan, 5
CENTELLES
Tel. 618 592 135

HORÒSCOP PER ROSER BONA - ASTRÒLOGA

ÀRIES (FOC)
(21/3 AL 20/4)

Si estàs enamorat et sentiràs inclinat a escriure per expressar el que sents. Fas amistat amb un nou veí d'origen estranger. Possible visita a l'òptic per renovar ulleres.

TAURE (TERRA)
(21/4 AL 20/5)

Si has fet bondat en els darrers mesos, gaudeixes d'alguns estalvis i prepares les vacances. La parella et sorprèn amb un vessant de la seva persona que no coneixies.

BESSONS (AIRE)
(21/5 AL 21/6)

Amb Venus al teu signe et sentiràs més a gust amb tu mateix o cercaràs com millorar la imatge. Pots tenir un somni que semblarà real i que et parlarà de cap o vols anar.

CRANC (AIGUA)
(22/6 AL 21/7)

Hi ha coses que has d'atendre i que estàs deixant de banda, però ja comences a moure fitxa. Vius una experiència telepàtica amb una persona, possiblement de la família.

LLEÓ (FOC)
(22/7 AL 23/8)

Trobada amb amics d'infantesa o joventut. Si tenies poques ganes de fer coses noves passes a una etapa més positiva. Inicies un pla d'estalvi per estar més tranquil.

VERGE (TERRA)
(24/8 AL 23/9)

Una persona d'edat avançada pot donar-te la clau per resoldre un problema. En una celebració, com ara un casament, pots conèixer algú que et seduirà amb el seu encant.

BALANÇA (AIRE)
(24/9 AL 23/10)

Bon moment per aclarir malentesos i per recuperar la relació amb algú de la família política. Dies de gestions administratives, pagament d'impostos o liquidació de deutes.

ESCORPÍ (AIGUA)
(24/10 AL 22/11)

Coneixes una persona que t'atrau i que et fa ballar el cap, però et mostres prudent i vols conèixer-la millor. Si tens negoci propi fas canvis per augmentar els ingressos.

SAGITARI (FOC)
(23/11 AL 21/12)

Amb Venus a Casa VII algú que ja coneixes pot fer-te saber que té interès a tenir una relació amb tu. Vols tancar algunes portes del teu passat per renovar il·lusions.

CAPRICORN (TERRA)
(22/12 AL 20/1)

Es preveuen millores en l'àmbit de la salut i en el sector laboral. Et plantejes fer canvis d'arrel a la teva vida i saps que no serà senzill, però tampoc tens pressa.

AQUARI (AIRE)
(21/1 AL 19/2)

Bon moment per reciclar i donar una segona vida a alguns objectes. Venus per la Casa V pot portar un nou amor o que coneixes a algú amb qui sentiràs una gran afinitat.

PEIXOS (AIGUA)
(20/2 AL 20/3)

Vols fer uns canvis a la decoració de casa i surts a comprar el que necessites. Si has posat una mica de pes, comences a fer més exercici, possiblement en companyia.

VENC LLENYA D'ALZINA
SERVEI RÀPID I A DOMICILI
0,20 Cèntims/kg
TEL. 677 00 86 45

ES FAN TOTA MENA DE TREBALLS DE PALETA, PLADUR, LLAUNERIA I ELECTRICITAT.
PRESSUPOST SENSE COMPROMÍS
TEL. 611 202 819

LLOGUER DE TRASTERS A CENTELLES
699 966 661
626 992 642
www.policubic.cat
POLICÚBIC
Loguer d'espais i trasters

LLENYES SANTACREU
des de 2007
VILADRAU
Do 689 42 64 69
689 42 61 77

Sóc vidu des de fa 4 anys i busco una dona d'entre 70-75 anys de Vic o de la comarca per relació seriosa i formal.
Tel. 626 072 955

COMPRES

PER POSAR ANUNCIS EN AQUESTA SECCIÓ. Veniu a les nostres oficines de 9 a 13h. Si veniu el dilluns abans de les 12h sortirà l'endemà dimarts. Moltes gràcies.

Comprem vehicles; turismes, 4x4, furgonetes... tracte ràpid i seriós, paguem al comptat. Ens desplaçem a domicili. Tel. 635 475 893

Compro tot tipus de vehicles, mobles, maquinària, tractors.... En funcionament o espatllat. Recollida a domicili. Tel. 662591155

Ref. 5485 - Comprom tota classe de llibres, discos vinil, tota classe de trastos, electrodomèstics, TV planes "que funcionin o no", bicicletes, tota classe de motos (incloses donades de baixa), materials de carnisseria, restes de bars, maquinària de

costura, ordinadors, mòbils, restes de botigues, ferralla, metalls... Netegem locals, magatzems, garatges gratuïtament. Passem a domicili. Cada dissabte estem al mercat, Rbla. del Carme, número 15. Tel. 631 237 884 (whats)

COMPREM llibres, joguines, cromos, antiguitats, plomes, pursos, licors, conyac, objectes religiosos. Restes de pisos, cases. Pagament al moment. José Miguel. Tel. 679 736 491

COMPRO antiguitats, motos, novel·les Estefanía, eines, vinils, joguets, revistes i postals, licors, rellotges, navalles, espases, pistoles. Àlbums de col·leccionisme, monedes, coberteries i objectes de plata. Tel. 625 697 127 (Miquel)

VENDES

PER POSAR ANUNCIS EN AQUESTA SECCIÓ.

Veniu a les nostres oficines de 9 a 13h. Si veniu el dilluns abans de les 12h sortirà l'endemà dimarts. Moltes gràcies.

Venc roba de dona talla 38-40. També sabates, sandàlies i esportives núm. 37. Tot molt nou. Preu de 3 a 20 euros. Tel. 679 854 456 (Maria)

Venc mobles d'habitació individual. Consta de llit, tauleta de nit i moble complementari (tocador). Mobles de fa anys, però en bon estat. Regalo el matalàs. Preu 190 €. Interessats puc enviar fotografies. Tel. 639 48 72 69

Venc 2 remolcs, un semi-nou per 550€ i un altre per 350€. Tel. 625 697 127 (Miquel)

Es ven cadira de rodes elèctrica que s'ha fet servir molt poc. No funciona, s'ha de posar bateria nova. Preu a convenir. Tel. 629 651 506

Per tancament de botiga, venc roba infantil d'estiu. Preu a convenir. Tel. 669 764 479

ENSENYAMENT

PER POSAR ANUNCIS EN AQUESTA SECCIÓ. Veniu a les nostres oficines de 9 a 13h. Si veniu el dilluns abans de les 12h sortirà l'endemà dimarts. Moltes gràcies.

CLASSES D'INICIACIÓ DE GUITARRA. Acords, ritmes, i cantar. Per a totes les edats. PREUS POPULARS. Interessats/des trucar al 606 605 478 Josep.

DIVERSOS

Ref. 5336 - BUIDEM TALLERS locals, cases, pisos, botigues. Comprom restos de botiga, papereries, ferreteries, llibres, discos. Cada dissabte estem al mercat a la Rbla. del Carme, número 15. Tel. 631 237 884 (whats)

VOLS POSAR UN ANUNCI?

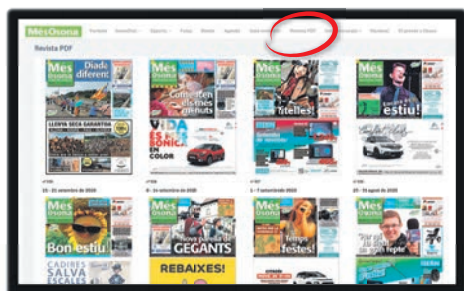
WHATSAPP 619 578 822
TEL. 93 885 69 29 (9-14h)

PLADUR PINTURA, GUIX
Pressupost sense compromís
93 812 54 77
629 876 768

VENDA DE LLENYA
SERVEI A DOMICILI
OFERTES DE PRIMAVERA/ESTIU
TEL. 659 706 908

CANALS OSONA
· Instal·lació de canals pluvials
· Alumini continu
· Coure i altres
699 47 85 21 · 687 91 82 43

LLEGEIX LA REVISTA EN PDF



Entra a www.mesosona.cat/revista i hi trobaràs cada setmana la revista en versió PDF.

Hi ha totes les edicions des del 2011!



TAMBÉ DES DEL MÒBIL



HORARI D'OFICINA

MATINS 8.30 -12.30H

DILLUNS - DIVENDRES

Moltes Gràcies!



Grup MésOsona S.L.
 C. Vilabella, 9
 Hàbitat Catalunya,
 Edifici Lleida - Vic
 Tels. 93 885 69 29
 619 578 822
www.mesosona.cat
 Membre de l'AMIC
 Control 2023
 19.049 exemplars
 setmanals.
 D.L. Gi-1258-1989

Director: Xevi Sardà
 director@mesosona.cat
Cap Comercial: Montse Tarrés
 comercial@mesosona.cat
Comercial: Sandra Tarrés
Administració: Noèlia Alcázar
 comptabilitat@mesosona.cat
Maquetació: Eva Font
Redacció: Sara Oliver,
 Biel Sardà
DISTRIBUÏDA A OSONA,
EL RIPOLLÈS, LA GARROTXA
I EL MOIANÈS

L'EQUIP D'ATENCIÓ AL CLIENT DEL MÉS!



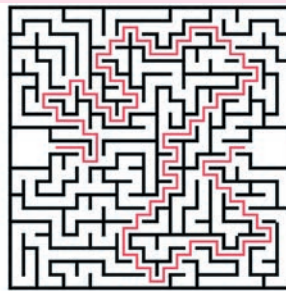
La primera per l'esquerra, la **Noèlia Alcázar** us atindrà si veniu al **Més!** o si truqueu per telèfon. És la responsable d'administració i facturació. Al mig la **Sandra Tarrés** us aconsellarà les millors opcions publicitàries. A la dreta, la **Montse Tarrés** és la cap del departament comercial de l'empresa editora del **Més!**

Amb el suport de:

Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència

SOLUCIONS PASSATEMPS

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	C	A	D	A	V	E	R	I	Q	U	E	S
2	O	X	I	D	O		I	N	U	N	D	A
3	R		F	I	C	T	I	C	I		U	L
4	R	A	U	C	A	R		U	N	I	C	S
5	U	T	N		L	I	M	B	I	C	A	
6	P	U	T	R	I	D	A		E	T	R	E
7	T	R		A	C	E	T	I	L	E		N
8	E	A	M	N		N	O	T	A	R	I	S
9		D	E	C	A	T	L	O		I	T	O
10	C	A	N	U	T		L	L	A	C	E	R
11	O		T	R	A	N	S	I	T		R	R
12	D	U	R	A	N	T		P	O	N	I	A
13	A	L	E		S	A	L	A	M	E	N	T



- 13
- 10
- 8
- 6
- 10



					P	E	L	U	I	X					C				
					A					S					O				
		B			N					O					T				
		O			I					N		P	X		O				
				L						U				A		I	E	S	
				Q						G				L		T	T	S	
				U		O				L		E	O	E					
				E	J					T		R	R						
					R										E	B			
					S										B				
					C	A	D	I	R	E	T	A				I			
															B				

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



Connectar-se
des de la
terrassa és
un bon pla.

Fer-ho al
millor preu
és encara
millor!

**Fibra i mòbil
a preu imbatible**

Descobreix tots els
nostres packs!



Truca al 900 060 188
o visita estabanell.com

estabanell
Per un aquí millor