



El millor jazz sona a Mataró

**'A la vora del jazz' celebra la desena
edició del festival de referència al Maresme**



**El programa 'Impulsa' comença
formacions presencials per a dones
emprenedores al TecnoCampus**

Sumari

Benvinguda	04	Llar	32
Records	06	La màquina del temps	41
Reportatge	08	Passatemp	42
Estrenes	18	Horòscops	43
Cultura	20	Anuncis per paraules	44
Agenda	22	Vist a xarxes	45
Instants	26	Personal	46
Dinàmics	28		

ILURO

Edita: Enter Gestió
Comunicativa SL
Direcció: (info@revistailuro.com)

Redacció: redacció@revistailuro.com
Comercial: Antonio Rodríguez (publicitat@revistailuro.com)
Manel Subirats (Dissenyador)
Oficina: La Riera 14, 3er 2a Mataró

DIPÒSIT LEGAL: B-39.671-2004 | Imprimeix: GRAMAGRAF
Distribució Gratuïta a Mataró.

La Revista Iluro no es fa necessàriament responsable del contingut dels articles, opinions i missatges comercials inclosos en la revista.

Publicació associada:
amic
milijans d'informació
i comunicació



revistailuro.com

Riera, 14 3er. 2a. Mataró
Telf: 93 250 24 60
www.revistailuro.com
info@revistailuro.com



OPEN
10h - 04h

WIN 333

Mataró Parc
SHOPPING

MATARÓ JOC
Méndez Núñez, 30

MATARÓ RIERA
Riera, 17

SPORTIUM

8 de Març

**Dia Internacional
de les Dones 2023**

*Per la visibilitat
de tots els drets,
de totes les dones!*



Dimecres 8 de març

CONCENTRACIÓ 8M

20 h Concentració, lectura del Manifest i actuació musical a la Plaça de l'Ajuntament de Mataró.

Organitza: Moviment Feminista del Maresme

Divendres 10 de març

ACTE INSTITUCIONAL: "Per la visibilitat de tots els drets, de totes les dones"

A càrrec de Carmen Juarez, educadora social i activista pels drets laborals, el feminisme i l'antiracisme

19 h A la Sala de sessions de l'Ajuntament (La Riera, 48)

En acabar l'acte es farà la lectura del Manifest del 8 de març, a càrrec Liying Chen, mediatadora a l'Ajuntament de Mataró. Aquest acte comptarà amb interpretació en llengua de signes. Es podrà seguir en directe a través del canal de Youtube de l'Ajuntament de Mataró

Organitza: Centre per a la Igualtat, Recursos per a les Dones, i d'Atenció a la Diversitat Sexual i de Gènere (CIRD)

SORORI-ART

Al pati del Cafè Nou (Muralla de la Presó, 4)

Divendres, 17 de març

10.45 h "Quan les nenes volen alt"

Espectacle Infantil per a les escoles de la ciutat a càrrec de la Companyia El Replà
18 h Espectacle per a adolescents i joves a càrrec de "Clownverses"

Les Nits del Sorori-art:

21 h Monòleg, a càrrec de **Nessa Molina**

21.30 h Monòleg, a càrrec d'**Ana Polo**

22.15 h Actuació musical de **Maria Ruiz**

Espai de menjar a càrrec del bar del Cafè Nou (Fundació El Maresme)

Dissabte, 18 de març

De 17.30 a 19 h Actuacions de l'EMMM, l'Aula de Teatre i batxillerat d'arts escèniques de l'Institut Laia l'Arquera

De 17.30 a 19 h Tallers, exposicions i Photocall a càrrec dels batxillerats artístics de l'Escola Pia Santa Anna, Institut Alexandre Satorras i entitats de la ciutat

18 h des de la plaça de Santa Maria, **Cercavila de Gegantes** a càrrec de les diferents colles de les escoles de Mataró

19.30 h Ball de gegantes i lectura de manifest

21 h Concert de **LES QUE FALTABAND**
Al llarg de tota la tarda amenització de l'acte de la mà i l'humor de **CLOWN-VERSES**

Espai de menjar a càrrec del bar del Cafè Nou (Fundació El Maresme)

*en cas de pluja consultar a mataro.cat/8m o a l'instagram [@igualtatmataro](https://www.instagram.com/igualtatmataro)

Organitza: Xarxa d'Espais Joves de Mataró

Divendres, 24 de març

TEATRE: "Memòria de les oblidades"

amb Rosa Andreu
Companyia Planas Teatre Producció
19 h Al Foment Mataroní (C/ Nou, 11)
Entrada lliure amb reserva d'invitacions: recollir presencialment al Foment Mataroní (de dilluns a divendres, de 17 a 21 h)

Organitza: Centre per a la Igualtat, Recursos per a les Dones, i d'Atenció a la Diversitat Sexual i de Gènere (CIRD)

Programa inclòs dins del projecte:



Col·labora:



Organitza: AE Bàsquet Boet | Associació Badenya | Associació cultural de Cerdanyola | Associació de veïns i veïnes de Cerdanyola AV de les Santes - Escorxador | Biblioteques de Mataró | CCOO | Comissió de la Memòria Històrica de la Gent Gran | Dones Reporteres de Mataró | Escola d'Adults Alarona | Fundació El Maresme | Gent Gran Activa | Grup Tercer Món Mataró | Iluro Craft | Lafede.cat | MAT - PES Salesians Sant Jordi | Moviment Educatiu del Maresme | Moviment Feminista del Maresme | Servei d'Igualtat i Diversitat Ciutadana Servei d'Ocupació de l'Ajuntament de Mataró | Vocalia de Dones Laia l'Arquera de l'AV Pia d'en Boet | Vocalia de Dones de l'AV Rocafonda, l'Esperança, Ciutat Jardí i Valldèix | Xarxa d'Espais Joves de Mataró

TOTA LA INFORMACIÓ I ALTRES ACTIVITATS A:
www.mataro.cat/8m

@igualtatmataro
Igualtat, feminismes i LGTBI de l'Ajuntament de Mataró

Telèfon d'atenció ciutadana 010 (gratuït)
*** Des de fora de Mataró: 900 859 009**
De 8 a 19h, de dilluns a divendres

Benvinguda

No disparin al pianista

Opinió:
Meritxell Marín

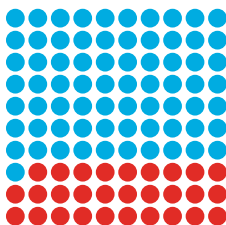
Sempre he sigut molt de frases cèlebres. He de reconèixer que sempre m'han agradat els que tenen la capacitat de dir, només amb unes quantes paraules, veritats absolutes. Va ser així com, l'altre dia, vaig recordar el meu gust per aquest petit plaer narratiu en llegir una d'aquelles frases inoblidables: "la salut no ho és tot, però sense ella, totes les altres coses no són res". I és que, hi ha alguna veritat més absoluta que aquesta? Mentre la nostra sanitat reclama una resurrecció per avançar, a casa nostra els passadissos de l'hospital s'omplen d'històries per continuar fent camí. Tampoc ens oblidem de les dones amb segell propi, les que lideren els seus negocis mentre escolten

a altres que ja van nadar per aquell oceà de pors i dubtes. Altres dones també creien en la llibertat en guerres passades, com l'enigma de la infermera Maria de Hemingway a la novel·la d'en Pere Anglas, 'Fins on arriba la memòria'. Sigui com sigui, no oblidis la dècada de jazz sonant a la ciutat, o descobrir vestigis culturals a través d'una copa de vi. Mentrestant, superarem la 'ressaqueta' d'un Pellofa descafeïnat en un Carnestoltes tant polèmic com participatiu. I és que, parlant de frases cèlebres, qui va dir allò de no disparar al pianista? Segur que els que manen ho sabran, malgrat que jo crec que era amic del savi Schopenhauer ■

ENQUESTA

A PARTIR D'ARA L'AJUNTAMENT DE MATARÓ PODRÀ DEMANAR EL DE-SALLOTJAMENT D'UN PIS OCUPAT QUE GENERI PROBLEMES DE CONVIVÈNCIA. ESTÀS D'ACORD? (71%) | NO (29%)

ET SEMBLA BÉ EL TRASLLAT A UN NOU EMPLAÇAMENT DE LES RESTES ARQUEOLÒGIQUES TROBADES AL SOLAR DEL PROJECTE PARC CIRCULAR MATARÓ-MARESME? SÍ | NO



Vota a l'enquesta del nostre twitter: [@iluorevista](https://twitter.com/iluorevista)

EN POSITIU



8.000 € de suport als damnificats del terratrèmol de Turquia

Aquesta és la xifra que Mataró aporta a través de la campanya d'emergència del Fons Català de Cooperació al Desenvolupament per cooperar amb la crisi humanitària dels terratrèmols al sud de Turquia, Síria i Kurdistan.

EN NEGATIU



Mataró obté la pitjor taxa d'atur des de gener de 2015

Gener va finalitzar amb 7.499 persones desocupades, 168 més que les que hi havia a finals de 2022, un augment del 2,3%. Malgrat que és un mes on l'atur sol pujar, és l'increment més important des del 2015.

Què hi tens al cap?



**MATARÓ
ORIENTA!**

**Fira d'orientació professional
i educativa per a tothom**

**Del 22 al 25 de març de 2023
Centre cívic Pla d'en Boet**

A la Fira Mataró Orienta! trobaràs xerrades,
tallers pràctics, visites d'empreses,
assessoraments personalitzats i molt més.

Informació i inscripcions a mataro.cat/orienta

Organitza:
 **Ajuntament
de Mataró**

Col·labora:
 **Consell de la
Formació Professional
de Mataró**

 **Diputació
de Barcelona**

 **Generalitat
de Catalunya**



MATARÓ
Agenda 2020



Records

Miquel
Biada: el
mataroní
impulsor del
ferrocarril



Foto antiga:
Ninona Rectoret
Foto actual:
Mati Mango

Tartanes a la Mataró de 1917

Records: Meritxell Marín

Sis de setembre de 1917. Aquesta és la data en què les tartanes formaven part del paisatge de la ciutat com un mitjà de transport indispensable en una Mataró en plena efervescència industrial i social. En aquells dies ja quedava lluny el primer cop que el ferrocarril de vapor va trepitjar la ciutat prop del mar, en la seva famosíssima ruta de mercaderies i passatgers entre Barcelona i Mataró; la primera de tota la Península l'any 1848. Més d'un segle ens separa d'aquesta imatge, dies en què les tartanes equipades amb rudimentaris seients i arrossegat per cavalls esperaven

pacientment l'arribada de viatgers a la ciutat, entre el rebombori d'un assolellat matí de tardor i la fumera dels trens que finalitzaven la seva ruta a les mateixes vies que romanen encara avui a l'estació de tren. Tal com alguns mataronins/es veterans/es recorden, la funció de les tartanes, algunes d'elles conduïdes per avantpassats familiars com l'avi de la Nina Rectoret, va ser primordial a l'època, ja que complien amb les necessitats de qui desitjava desplaçar-se a l'interior de Mataró, fent de 'taxis' rudimentaris en un moment històric on ni tan sols existia encara el famós

tramvia, el qual substituïria a les tartanes arrossegades per cavalls més endavant, al maig de l'any 1928, onze anys després d'aquesta instantània. Ara, amb la mirada posada envers antics records en blanc i negre, recordem a una població mataronina que vivia principalment de la indústria tèxtil, i que es desplaçava amb tren i tartanes per trobar-se als cafès, casals o teatres; sense cotxes, ni discoteques ni telèfons mòbils, només la simplicitat de qui se'n pujava a un carruatge de conte per arribar al seu destí, tal com podria ser avui, però amb molt més encant ■

Si voleu enviar imatges antigues pots enviar-nos un correu a:
redaccio@revistailuro.com



Batlle

Serveis fotogràfics
Des de 1952
fent fotos

NOVA ADREÇA!
C. Pujol, 33 Mataró
Tel. 93 790 24 18
www.batllefoto.com

#Jo sóc buser



Perquè aprofito
millor el temps

Perquè la comoditat
és clau per a mi

Perquè tinc
cura del planeta

Jo sóc buser I tu?



Autobús **28,4**
(g CO₂/viatger/Km)



Cotxe **157,5**
(g CO₂/viatger/Km)

Un autobús substitueix a una mitjana de 20 turismes i és 3,7 vegades menys contaminant que l'avió, 5,5 vegades menys que l'automòbil i un 13% menys que el tren.

Un augment de l'ús de l'autobús podria reduir dràsticament els problemes de congestió i contaminació, evitant així l'emissió de 6,7 milions de tones de CO₂ que s'haguessin generat si els mateixos usuaris s'haguessin desplaçat en el seu propi vehicle.



Sessió informativa Pla Estratègic 2025 a l'Hospital de Mataró | CSdM

El Pla Estratègic 2025 continua avançant

Fa unes setmanes, la Sala d'Actes de l'Hospital de Mataró va ser el punt de trobada per nous objectius a la sanitat del nostre entorn amb la constitució del nou grup impulsor, format per 75 persones de diferents centres i categories professionals i la presència del gerent Ramon Cunillera, encarregat de liderar les accions concretes que han de permetre l'assoliment d'objectius establerts al Pla Estratègic 2025; el full de ruta del Consorci Sanitari del Maresme del futur. Aquest es va definir per primer cop al segon semestre de 2021, mitjançant un procés de participació

on es va donar veu a més de 800 persones, donant com a resultat noves idees i riques propostes d'acció per dur a terme.

Document estratègic

Al voltant d'un eix central respecte millorar l'experiència i accessibilitat als serveis sanitaris dels pacients, aquest document estratègic gira entorn d'altres cinc eixos: Resultats, Lideratge, Xarxa, Impacte global i Coneixement. Tanmateix, aquests eixos es despleguen en 25 grans objectius estratègics, i cadascú d'ells amb un membre del comitè al capdavant com a responsable d'aquestes accions.

Aquests professionals s'han escollit en funció del seu coneixement tècnic sobre l'àmbit del projecte i el seu lideratge i compromís amb el Consorci. Alhora, es treballarà conjuntament per concretar l'equip de treball, el calendari i els recursos necessaris per tirar el projecte endavant. A més, s'elaboraran informes de seguiment anuals per avaluar si s'estan assolint o no els objectius establerts. El primer d'ells, durant el mes de març-abril ■

Fes una ullada als objectius del Pla Estratègic 2025 del CSdM



Consulta especialitzada en tractament d'anticoagulants orals

L'equip d'hematologia de l'hospital de Mataró endega una consulta específica per resoldre els dubtes dels pacients que inicien tractament amb anticoagulants orals d'acció directa. Fins ara, només els pacients que prenen Sintrom tenien contacte amb una infermera.

Prevalença

572 maresmenys van iniciar l'any passat un tractament amb algun tipus d'anticoagulant oral. A Espanya, un milió de persones prenen aquesta medicació, la majoria majors de 65 anys. Els coagulants eviten que la sang es coaguli a les artèries, a les venes o al cor. També prevenen que els coàguls preexistents es facin més grans, i fan que aquests es dissolgin. Hi ha dues classes d'anticoagulants



orals, els antivitamina K i els d'acció directa. El tractament adequat depèn del tipus de patologia.

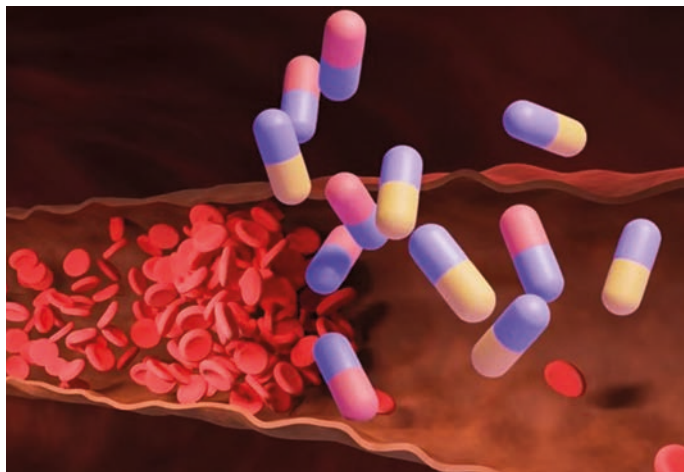
Consulta especialitzada

Les infermeres responsables de la nova consulta faciliten informació sobre els fàrmacs, el tractament i les possibles complicacions.

També conscienciarà de la importància del compliment estricte del tractament. Revisarà la resta de medicació del pacient per evitar interaccions i dissenyarà una pauta de seguiment de la malaltia al seu CAP.

Qui ho necessita?

Aquesta medicació la necessita persones que tenen arrítmies cardíques, han patit un ictus, tenen una trombosi, tenen una embòlia pulmonar o porten vàlvules cardíques artificials ■



Mira
la notícia
en vídeo





Més de 200 maresmenecs són tractats a l'Hospital de Mataró per epilèpsia

El passat 13 de febrer va ser el Dia Internacional de l'Epilèpsia, i és que segons l'Organització Mundial de la Salut (l'OMS), una de cada deu persones pateix una crisi epilèptica al llarg de la seva vida. És una malaltia cerebral que es caracteritza per una predisposició permanent a presentar aquestes crisis, a més de les seves conseqüències neurobiològiques, cognitives, psicològiques i socials.

223 pacients anuals

Durant el 2022, el servei de Neurologia de l'Hospital de Mataró va atendre un total de 223 pacients per aquesta patologia, dels quals 26 es van visitar per primera vegada -amb nou diagnòstic- i la resta va tenir visites de seguiment

Prevalença de la malaltia

L'epilèpsia afecta tant a infants com adults, però

acostuma a iniciar-se a edats primerenques de la vida. És una malaltia que afecta unes 350.000 persones a tota Espanya i a més de 50 milions a tot el món, segons les darreres dades de l'OMS ■

La neuròloga
Desiree
Muriana explica
com actuar
davant
d'una crisi



CAMPS SÁNCHEZ
CLÍNICA DENTAL

Dra. Ingrid Camps - Dr. Daniel Sánchez
www.clinicadentalcs.com

1a VISITA + DIAGNÒSTIC
+ RADIOGRAFIES DIGITALS GRATUÏTES.

ESPECIALISTES EN IMPLANTOLOGIA
I ORTODÒNCIA

ORTODÒNCIA SENSE BRACKETS:



Atenem mútua
Aliança-Mataronina



ALIANÇAMATARÓ
més enllà d'una mútua

Camí Ral, 157 | 0801 Mataró | Tel. 93 790 65 25 | M. 618 218 320

Som...

ISSA ASSEGUANCES

L'assegurança de salut del Maresme



Amb centre mèdic propi a Mataró



**Conveni amb centres mèdics i
clíniques de Mataró i Barcelona**



També cuidem la teva salut mental

**Espai
Terapèutic
del Maresme**

**Un espai propi per cuidar la salut
mental de la mà del nostre equip
de psicologia.**

WWW.CLINICAISSA.COM

Informa't sense compromís: · 93 790 22 14 · INFO@CLINICAISSA.COM

C/NOU, 46-48, 08301 - MATARÓ (BARCELONA)



I.S.S.A.
La salut al teu costat

I.S.S.A.
La salut al teu costat



Pràctiques de formació amb casos clínics reals

L'hospital de Mataró acull 250 estudiants en pràctiques d'infermeria cada any. Per aquest motiu, un equip d'infermeres, expertes i professores han començat a formar aquests estudiants mitjançant la resolució de casos clínics treballats per elles mateixes. La primera sessió, el passat 24 de gener, va estar valorada molt positivament, tant pels estudiants com pels professionals implicats.

El valor docent

El coordinador docent d'infermeria, Francesc Rodríguez, ha treballat amb un equip de 13 infermeres per desenvolupar continguts formatius d'elaboració pròpia que s'utilitzin com a casos clínics durant les pràctiques obligatòries del grau d'infermeria i del cicle de grau mig dels tècnics (TCAI). L'objectiu d'aquest nou enfocament és millorar

les competències clíniques dels 280 estudiants que fan les pràctiques a l'hospital de la ciutat cada any. Per això, el programa consta de 4 mòduls d'aprenentatge: la seguretat del pacient, l'educació per a la salut, la prevenció i les cures especials. D'aquesta manera, es pretén orientar íntegrament el desenvolupament dels nous futurs professionals sanitaris ■

CLÍNICA de
PODOLOGIA
Rina Buch

 **CARRETERA DE MATA 70**

CON CITA PREVIA
622 16 39 98



-  **Estudios de la pisada y plantillas**
-  **Podología: deportiva, geriátrica y pediátrica**
-  **Pie diabético: Realización de visitas a través de la Seguridad Social CAT Salut**
-  **Quiropodología y mucho más**



dr. Pere Pérez Peña

centres d'aplicacions **làser**

medicina interna . medicina làser

www.drpereperez.es

Tractament del dolor amb làser

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

Medicina interna

Dietes personalitzades

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

Medicina estètica

farciment (relleno) d'arrugues i llavis

Mesoteràpia infiltracions per a la cel·lulitis

Peelings salicílic i despigmentant

Rejuveniment facial

Cicatris queloides

Làser

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

Eliminació de varius

crioesclerosi i làser

Eliminació de tatuatges

amb Làser Spectra

Depilació mèdica làser

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

Hores convingudes

Camí de la Geganta, 119, entl. 3a - 08302 MATARÓ - Tel. 93 796 43 57
Plaça Europa, 4, 2n 2a - 25700 LA SEU D'URGELL - Tel. 93 796 43 57

drpereperez@hotmail.com

La recerca infermera, premiada per partida doble

Els estudis guardonats han estat presentats per Alba Raventós (premi al millor pòster en el darrer congrés de la Societat Catalana de Digestologia) i Lluís Mundet (finalista dels premis d'investigació del Consejo General de Enfermería). Les investigacions, sorgits de l'equip de motilitat digestiva especialitzada en patologia anorectal de l'hospital de Mataró, se centren en la incontinència fecal en les dones, una malaltia que afecta cada cop més a aquest col·lectiu femení, i que comporta un estigma i es pateix en silenci.

Donar visibilitat

La visibilitat és clau perquè les persones afectades cerquin ajuda i tractament. Per aquest motiu, és especialment rellevant aquests dos reconeixements rebuts per l'equip sanitari de recerca



en aquesta patologia, en la qual el Consorci Sanitari del Maresme és referent.

En concret, la infermera Alba Raventós, va ser la merescuda guanyadora d'aquest premi després d'estudiar un total de 62 dones amb incontinència fecal i diarrea associada, les quals han aconseguit millor qualitat de vida i reduir l'efecte en la severitat clínica. Per la seva part, dins el mateix equip, l'infermer Lluís Mundet, va

ser un dels finalistes -entre més de 1000- dels premis de recerca en la modalitat hospitalària, pel seu treball de recerca envers l'estudi de la neurofisiologia anorectal en dones amb incontinència fecal amb un nou tractament rehabilitador que també ha millorat el dia a dia de les seves pacients. Un merescut premi guanyat a casa nostra d'entre tots els professionals infermers de l'Estat ■



14
Aniversari

DISFRUTA DE LA TEVA
NOVA EXPERIÈNCIA
A LA CLÍNICA,
NOVES IMPRESSIONS:

RÀPIDES
FÀCILS
COMODES



sanadent
clínica dental

Joan Salvat Papasseit, 50 - Mataró

T 93 741 63 81
628 054 826

www.sanadentmataro.es





MEDITRAUMA CENTRE MÈDIC



- Servei d'Urgències.
- Medicina general.
- Servei d'Infermeria.
- Anàlisis clíniques.
- Radiologia convencional.
- Psicologia.
- Psicologia Infantil.
- Psiquiatria.
- Oftalmologia.
- Traumatologia.
- Fisioteràpia (nou servei diatèrmia avançada).
- Podologia.
- Odontologia.
- Certificats mèdics, carnets de conduir, armes, etc.
- Medicina esportiva.
- REVISIONS ESPORTIVES.

HORARIS DE VISITES MÈDIQUES I URGÈNCIES:

- De dilluns a divendres de 08:00 a 20:00h visites mèdiques.
- Dissabtes de 10:00 a 14:00 i de 16:00 a 20:00 i diumenges de 10:00 a 14:00
 - Anàlitzes de 08:30 a 10h.
 - ATS de 09 a 14h.
- Carnets de conduir de dilluns a dijous de 10:00 a 12:00h i de 16:00 a 20:00h, els divendres 10:00 a 12:00 i de 16:00 a 18:00

Ja pots demanar cita pel web: meditrauma.com

C. Miquel Biada, 119 · 08302 Mataró · T 93 741 44 00
www.meditrauma.com · medisalut@meditrauma.com



Teràpia biològica amb el mateix plasma per tractar lesions

L'hospital de Mataró ha començat a utilitzar aquestes teràpies innovadores per accelerar la curació de les lesions musculars, tendinoses i articulars,

sense efectes secundaris ni contraindicacions. El tractament consisteix en injectar plasma ric en plaquetes (PRP) a pacients amb aquest tipus de

problemes locomotors. És així com l'equip del servei de Cirurgia ortopèdica i Traumatologia ja va realitzar l'any 2022 uns 400 procediments.

Sanitas

**Clínicas
Dentals**

**Tenim cura del
que ens uneix**

Siguís o no de Sanitas



**Revisió
GRATIS**

Demana cita: Via Europa, 24. Mataró. 93 882 50 75

Revisió gratuïta aplicable a no assegurats i assegurats amb copagament. No acumulable altres promocions o descomptes.
Oferta vàlida des del 10/02/23 ns el 30/04/23. Núm. d'autorització de publicitat sanitària o registre sanitari a sanitas.es/rscnicas.



Regeneració cel·lular

Aquests tipus de teràpies biològiques consisteixen en el procediment següent: En primer lloc, s'extrau sang del pacient per després centrifugar la mostra i processar-la per aconseguir una alta concentració de plaquetes. Posteriorment, se separen

els components de la sang i se selecciona només la part que interessa (el PRP). Finalment, s'injecta el plasma ric en plaquetes a la zona que es vol tractar.

Beneficis del tractament

Entre d'altres, aquesta metodologia que ha innovat l'hospital de Mataró té

nombrosos beneficis per tots els pacients que ho requereixin. Redueix el dolor de les lesions i la inflamació de les articulacions (sobretot a genolls, maluc i turmells), facilita la regeneració i el reforçament de tendons, cartílags i lligaments i accelera la cicatrització de ferides ■



www.clinicadentalmarin.es
carladenmarin@hotmail.com
El Torrent, 9 Mataró

IMPLANTES DENTALES ORTODONCIA - ESTÉTICA DENTAL

MATARÓ	☎ 931 058 587	📞 638 394 495
VILASSAR DE MAR	☎ 930 154 349	📞 622 484 800
TERRASSA	☎ 937 860 340	📞 638 394 495
ARENYS DE MAR	☎ 931 421 971	📞 634 792 170

 Clínica Dental Marín

 clinicadental.marin



Estrenes



Mira el tráiler de
la película

La recomanació de la setmana



‘Los reyes del mundo’

Cinema: Meritxell Marín

Aclamada per la crítica, aquest film entre el drama i l'aventura va guanyar la 'Concha de Oro' com a millor pel·lícula al darrer Festival de Cine de San Sebastián. És la segona estrena de la directora Laura Mora ('Matar a Jesús'-2018), i continua conquerint regnes al món cinematogràfic amb la seva recent candidatura per l'Acadèmia Colombiana d'Arts i Ciències Cinematogràfiques a representar Colòmbia a la 95ª edició dels Premis Oscar, que es lliuraran en poques setmanes al Teatre Dolby de Los

Ángeles. Ambientada al Bajo Cauca colombià, aquesta és una història sobre la desobediència, l'amistat i la dignitat que hi ha a la resistència. Rá, Culebro, Sere, Winny i Nano són cinc joves sense propòsits, sense normes i sense família, els quals emprenen un viatge per tal de descobrir la 'terra promesa'. 103 minuts de durada per una pel·lícula subversiva envers un entranyable clan salvatge que viatja al destí del no-res, on a la vegada, hi passa tot. S'estrena al cinema el pròxim 17 de març ■

DAVID BOTE
PSC/♥



**PERQUÈ
GUANYI
MATARÓ**

DAVID BOTE PSC/♥

M♥TARÓ

#perqueguanyimataro



JORNADES

LA CULTURA DEL VI, AHIR I AVUI

Coneguem-ne
la història,
l'arqueologia i l'art



Cultura

'Consulta la
programació
de 'la
cultura del
vi'



Vestigis de la cultura del vi

Cultura: Meritxell Marín

El món vitivinícola és, sens dubte, una part inqüestionable de la nostra herència social i cultural des de

l'època romana, la qual s'ha integrat més enllà de la tradició gastronòmica al llarg de la història. Per aquest

motiu, el Centre d'Estudis d'Arqueologia i Història de Mataró (CEAHM) organitza fins al pròxim 25 de març una jornada amb vuit sessions on s'alternaran conferències sobre la tradició vinícola romana i visites guiades arreu del Maresme per conèixer els vestigis i l'actualitat de la cultura del vi. Tots els actes són d'entrada lliure amb aforament limitat. Informa't sobre la seva programació ■

LA MAR-SALADA

TAVERNA MARINERA

- PEIX FREGIT · CALAMARS · MUSCLOS · GAMBES
 - PERNILS · EMBOTITS · TORRADES · TAPES · VINS
 - AMBIENT MUSICAL · ARTISTES NOVELLS · GRUPS
- DIVENDRES I DISSABTES 21H.

CAMI RAL, 613 RESERVES 93 689 32 49
MATARÓ



Actuació de la Big Band Jazz Maresme | ALVDJ

El millor jazz sona a Mataró

Cultura: Meritxell Marín

El festival de referència de jazz al Maresme *A la vora del jazz* celebra una dècada apropant el jazz a la ciutat i al gran públic. Del 2 al 30 de març, aquesta 10^a edició oferirà un total de set propostes de diversos estils jazzístics dins i fora de les nostres fronteres, dues

de les quals seran gratuïtes. El Casal de l'Aliança tornarà a ser l'epicentre del festival, però també sonarà al pati del Cafè Nou, a la plaça Santa Anna i al Cellar Castellví. Aquest últim serà on s'ubicarà l'acte inaugural de l'edició d'enguany, amb la presentació del programa

i el cartell, obra de l'artista mataroní Enric Punsola. A més, tindrà lloc un concert per donar tret de sortida al festival ■

Consulta la
programació
i venda
d'entrades



AMANTS DEL JAZZ AMB MAJÚSCULA

La programació de la desena edició de *A la vora del jazz* compta amb les propostes de Fabrizio Bosso Quartet, Dani Nelho & Organ Trio, o una de les perles del festival: el nord-americà Harry Allen, un dels millors saxofonistes de l'actualitat, acompanyat de la Big Band Jazz Maresme. També sonaran Hip Horns Brass Collective, Yadirra Ferrer, la pianista Elisabet Raspall i, naturalment, la tradicional proposta 'Jazz al pati', al Cafè Nou, amb les actuacions de Big bands escolars. Venda d'entrades i més informació a jazzmaresme.com ■

A genda

IX Certamen carnavalesc Ciutat de Mataró

El pròxim dissabte 11 de març al Teatre Monumental se celebra el certamen d'aquestes característiques de referència a Catalunya. Les agrupacions carnavalesques mostraran el seu repertori en dues modalitats d'interpretació: la comparsa i la xirigota. Entre d'altres, actuaran agrupacions catalanes i gaditanes com La Comparsa de los Hermanos Márquez o la Chirigota Callejera Cadiwoman. L'acte comença a les 17h i estarà presentat per Toni Álvarez (Zika) i Juanma Quintero. Venda d'entrades disponible.



Compra
les teves
entrades



MÚSICA

NIEL LAZ

Diumenge 26 de febrer **AVV Peramàs Esmandies**

A les 12h, el músic mataroní d'indie folk farà un acústic amb cançons íntimes i plenes de sensibilitat per deixar-se emportar.

LA TOUR DE CAROL

Divendres 24 de febrer

Sala Clap

Aquest jove quartet català de pop-rock, juntament amb la banda de rock Dan Peralbo i El Comboi, faran d'aquest concert un directe vitamínic apte per a tots els públics.

MISHIMA

Divendres 24 de març **Sala Clap**

L'actual gira de la popular banda barcelonina passarà per la

sala Clap amb el seu nou àlbum 'L'aigua clara'.

EXPOSICIONS

'L'EVOLUCIÓ DEL BARRI'

Divendres 24 de febrer **Espai Gatassa**

El Centre de Documentació Històrica de Cerdanyola finalitza l'exposició fotogràfica cedida pels veïns envers la tenacitat i l'esforç del seu passat i present.

TEATRE

'EL PARE'

Divendres 10 de març Teatre Monumental

Josep M. Pou és el protagonista d'aquesta famosa obra del dramaturg Florian Zeller, un home amb pèrdua de memòria que no vol ajuda.

'LA COSTURERA VALENTA'

Diumenge 5 de març Casal l'Aliança

Xarop Teatre porta aquest espectacle familiar amb titelles on la proesa d'una costurera aventurera la porta a conèixer món. A partir de 3 anys.

Músiques d'una època

La banda de l'Agrupació Musical del Maresme, amb la direcció de Pere Bono i March, tornarà a donar veu a peces oblidades de l'antiga banda de Mataró. La selecció, estudi i aranjament és a càrrec del musicòleg Miquel López Garcia, qui els guiarà en un veritable viatge sonor a través de la història de la Banda Municipal, sempre a través de la història de Mataró.

**Diumenge 5 de març
18h | Teatre Monumental
Gratuït. Reserva prèvia**



Reserva la
teva invitació



INSTITUT EUGENI D'ORS



CICLES FORMATIUS

TORN DE MATÍ

- CFGM TÈCNIC EN CURES AUXILIARS D'INFERMERIA
- CFGM TÈCNIC EN FARMÀCIA I PARAFARMÀCIA
- CFGM TÈCNIC EN ATENCIÓ A LES PERSONES EN SITUACIÓ DE DEPENDÈNCIA
- CFGS TÈCNiques D'ACTUACIÓ TEATRAL

TORN DE TARDA

- CFGM TÈCNIC EN CURES AUXILIARS D'INFERMERIA
- CFGS TÈCNIC SUPERIOR EN LABORATORI CLÍNIC I BIOMÈDIC
- CFGS TÈCNIC SUPERIOR EN INTEGRACIÓ SOCIAL
- CFGS TÈCNIC SUPERIOR EN DOCUMENTACIÓ I ADMINISTRACIÓ SANITÀRIA

PORTES OBERTES

Batxillerat i Cicles Formatius de Grau Mitjà: del 25 al 29 de març



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

EL MILLOR PREU
LA MILLOR QUALITAT

GRESS

www.gress.es f t o

NOVETATS

**RAJOLA PASTA
BLANCA RECTIFICADA**
40X120 cm



**PORCELLÀNIC
RECTIFICAT**
60X120 cm

Preu promoció
9€/m²
iva no inclòs
Disponible
en diversos
colors



Preu promoció
11,90€/m²
iva no inclòs

ENS TROBARÀS A ARGENTONA:

Passatge dels Amics d'Argentona, 2
Pol Industrial Can Negoci (Ctra. del Cross a Argentona, costat ITV)
08310 ARGENTONA · Sense problemes d'aparcament

T 93 741 47 17 / 93 741 47 16

HORARI COMERCIAL:

De dilluns a divendres de 7:30 a 13:30h i de 14:30 a 20:00h
Dissabtes de 8:00h a 13:30h

A LA PRIMAVERA ELS PREUS ES MANTENEN

**BANY SENCER
PER NOMES**

999€

IVA NO INCLÒS

Ofertes vàlides
fins el 31 de març
o fi d'existències.

1 Plat de dutxa resina de 140x80cm

1 Vidre fixe de dutxa de 100cm amb tractament anticalç i barra estabilitzadora

1 Pack aixeta dutxa amb termostat i una aixeta de lavabo

1 Inodor model RHODAS, compacte rimless i tapa amortiguada

1 Moble de bany de 80cm mod. GRESS

moble 2 calaixos suspés + pica porcelana + mirall llis

20 m2 de rajoles mod. LEEDS

4 m2 de terre, model a escollir a botiga entre varies opcions.



Instants

Tret de sortida i Rua de Carnestoltes

Fotos: L. Rugama i Josep Maria Augé, redacció Illuro

Rua de Carnestoltes multitudinària: Més de 1.000 participants i 24 comparses van acompanyar a músics, a en Pellofa i als Botargues.





Dijous llarder: Repartiment de truites i gresca als carrers amb l'Espai de Música Tradicional de Mataró, els grallers de la Momeroteta i la Momerota.



Dinàmics

Programa 'Impulsa': Talent en femení

Dinàmics: Meritxell Marín

A casa nostra, una entitat sense ànim de lucre, impulsa i acompanya a dones empresàries de tota la província de Barcelona, especialment a Mataró, on tenen la seva seu. Un projecte creat l'any 2010 que, quatre anys després, davant de la falta de suport d'institucions i un

creixement constant, va ser tirat cap endavant per part d'unes quantes dones de l'equip, amb una clara vocació que encara perdura. Va ser així com el 8 de març de 2014, Dia Internacional de la Dona, va néixer el programa 'Dóna't un impuls', amb la intenció d'impulsar

negocis de petites empreses liderats per dones, per visibilitzar-les, apropar-les a eines i continguts de qualitat, i crear amb elles una xarxa de contactes que permetin relacions d'expansió en els seus negocis, els quals tots porten un segell propi: el femení.



Premi FEM 2030

La ferma i incansable dedicació d'aquesta associació de dones empresàries ha estat en constant evolució en els seus nou anys de vida, i és així com la seva iniciativa va donar els seus fruits amb el darrer reconeixement per part de l'Ajuntament i el seu programa 'Impulsa', un dels projectes guanyadors dels darrers Premis FEM Mataró

2030. L'objectiu del programa és continuar desenvolupant les habilitats i competències de les dones sòcies

emprenedores mataronines, malgrat que també hi ha membres en l'àmbit territorial de la província.

Inscriu-te al
programa
d'emprenedoria
'Impulsa'



Signa del conveni amb TecnoCampus Mataró-Maresme | Eva Torres



Actualment, hi està format per més de 70 sòcies i noves incorporacions diàries arreu de tota Catalunya.

Laura Fernández: “Volem influir a futures generacions de dones que impulsin nous estereotips envers la ciència i la tecnologia”

**Compromís amb
el TecnoCampus**
Poc després del seu acabat

d'estrenar premi, 'Dóna't un impuls' continua sumant recursos en femení després que Laura Fernández, la presidenta de l'associació, va signar el conveni amb el TecnoCampus Mataró-Maresme a finals de l'any passat, on ambdues institucions es comprometen a incentivar la generació d'oportunitats i dinamització del teixit empresarial, especialment, si són les dones les que estan a càrrec del projecte. Entre d'altres, el guanyador programa 'Impulsa', s'iniciarà el pròxim mes d'abril fins al mes de juny amb sessions formatives presencials al TecnoCampus, sobretot adreçat a dones

empraenedores que vulguin desenvolupar el seu projecte a Mataró. Segons la presidenta de 'Dóna't un impuls', en gairebé una dècada des de la seva fundació no havien pogut oferir un programa d'aquesta magnitud, ja que guanyar aquest premi els hi ha proporcionat la possibilitat d'oferir les seves formacions en femení amb gratuïtat absoluta, gràcies al fet que el programa 'Impulsa' està subvencionat al 100% per l'Ajuntament de Mataró ■

Coneix els
projectes
emprenedors
de les sòcies
inscrites



Com impulsar el teu negoci?

Per a totes les interessades, el programa 'Impulsa' ofereix sessions formatives presencials al TecnoCampus en tot un espai de reflexió, cohesió i aprenentatge amb tècniques de marketing relacional per donar suport a les habilitats empresarials de dones emprenedores. L'objectiu és, un cop més, fer valdre la seva feina i acompanyar-les en els reptes del teixit laboral i econòmic d'un futur pròxim, així com enfortir la seva experiència en lideratge compartint-ho amb l'escolta activa d'altres dones que recorren el mateix camí:

Dates: Abril - juny 2023: Sessions formatives grupals cada dijous (13, 20 i 27 d'abril, 4, 8, 11 i 25 de maig i 1 i 15 de juny)

Durada: 28 hores

Horari: Tots els dijous de 16h a 19h, excepte el 13 d'abril (de 16h a 20h) i la sessió del 15 de juny (de 17h a 19h)

Modalitat: Presencial amb orientació professional

Preu: Gratuït. 100% subvencionat per l'Ajuntament de Mataró

Ubicació: Universitat TecnoCampus (Av. Ernest Lluch, 32, Mataró)

Requisits: Es prioritzarà l'accés de dones que duguin a terme la seva activitat a Mataró i es valorarà la trajectòria professional de dones emprenedores o empresàries.

Inscripcions: El període de preinscripció del programa és fins al pròxim 26 de març.

Admissió: L'admissió al programa de les candidates es comunicarà abans del 31 de març.

Programa: Al llarg del programa, es desenvoluparan 5 workshops, 2 taules rodones amb experiències compartides, 2 xerrades amb persones expertes i la mentoria final. Es tractaran temàtiques que van des de la negociació i el lideratge fins a la comunicació efectiva o la formació d'equips competents.

Certificat: Títol de Curs d'Especialització de l'Escola Superior de Ciències Socials i de l'Empresa del TecnoCampus, centre adscrit a la UPF (assistència obligatòria mínima del 80% de les sessions) ■





Tens calefacció? Aprèn com gastar menys amb 4 consells

Llar: Consumer/eroski.com - amic.cat

Si tens calefacció, i t'interessa escalfar-te sense gastar de més, hi ha quatre consells que et poden ajudar a estalviar.

1. Usa un termòstat.

La forma més econòmica d'utilitzar la calefacció és instal·lar un termòstat, ja que et permet regular la calefacció d'acord amb les teves necessitats. Aquests aparells funcionen amb un circuit elèctric que està connectat a la caldera; així poden apagar o encendre la calefacció. Els més moderns, es poden connectar al mòbil

o a l'ordinador a través de la xarxa wifi.

2. Encén la calefacció en arribar a casa.

El costum de deixar la calefacció al mínim durant tot el dia no és bona idea. Si ho fas, provoques una despesa energètica permanent. El més adequat és apagar-la i tornar-la a encendre en arribar a casa. Encara que empiri una mica més d'energia en l'arrencada, la despesa serà menor que si la deixes posada tot el dia.

3. No encenguis i apaguis continuament.

Res gasta més (i és menys eficaç) que aquest model d'actuació. El més adequat és posar-la a menys graus durant un temps continu.

4. Mantingues la casa tèbia, no massa calenta.

El més adequat és mantenir la casa a 19-21 °C i, si sents una mica de fred, posa't una jaqueta. Tenir calefacció no significa que hakis de vestir amb roba d'estiu a casa durant l'hivern, sinó estar còmode. Si la temperatura és massa elevada, és més fàcil constipar-se en sortir al carrer ■



Com acabar amb la humitat a la llar

Llar: Eva Remolina - amic.cat

Segons estudis especialitzats, hi ha una relació directa entre la presència d'humitat en la llar i el risc que tenen les persones que viuen en ella a patir problemes respiratoris i infeccions, com serien l'asma o la bronquitis.

Les principals causes de la humitat present a la llar, són per aquests motius:

- Falta de ventilació.
- Mal aïllament de portes i finestres.
- Actes provocats pels mateixos habitants de l'habitatge en les seves tasques diàries: dutxar-se, cuinar sense el correcte sistema d'extracció, etc.

Hi ha diversos mètodes per a poder evitar l'aparició de la humitat:

- No estendre la roba per a eixugar a l'interior de l'habitatge.
- Obrir les finestres i les portes cada dia durant almenys cinc minuts per a ventilar adequadament.
- No tapar amb pintura o un altre sistema les taques d'humitat, ja que és aconsellable deixar-les respirar.
- Utilitzar deshumidificadors en aquelles estances més humides.
- Procurar que les dutxes siguin curtes i amb l'aigua menys calenta.
- Revisar l'aïllament de les finestres i portes i reparar-lo o substituir-lo si està defectuós.
- Encendre sempre la campana extractora quan es cuini,

fins i tot quan sembli que no es generarà fum.

- Eliminar les taques de floridura amb ajuda d'algun producte específic. El vinagre de neteja, el bicarbonat de sodi o l'oli de te, són productes molt útils.

- Posar alguna planta a la casa per a eliminar l'excés d'humitat. El llorer, a part d'ajudar, et servirà com a herba aromàtica a la cuina.

- Distribuir recipients amb carbó o guix pels llocs de la casa amb més problemes d'humitat. Aquests són materials molt absorbents d'humitat i són de gran ajuda per a tornar l'ambient més sec. Algunes persones també utilitzen la sal gruixuda amb molts bons resultats ■



Bugaderia: consells perquè estigui ben ordenada

Llar: Decoracion2.com - amic.cat

Mantenir l'habitació de fer la bugada organitzada garanteix un espai eficient que farà que rentar la roba sigui menys complicat. No et

perdis aquests consells per tenir una bugaderia ordenada i buidada.

Optimitza l'emmagatzematge. El més important per a crear una sala de bugaderia funcional és incloure molt d'espai d'emmagatzematge. Això podria significar incorporar prestatges, gabinets i un espai que permeti penjar la roba.

Un lloc per a detergents i sabons.

Una mica de profunditat és molt útil per a una gran

funcionalitat.

Tenir un espai per a fregar a mà.

És essencial en qualsevol bugaderia, perquè podràs netejar les petites taques en qualsevol moment. A més, pots optar per un disseny amb línies netes i bellesa natural. Instal·la una aixeta pràctica. S'han de prendre moltes decisions en dissenyar una sala de bugaderia, però no deixis que la fatiga de la decisió s'interposi en l'elecció d'una aixeta que funcioni per a la teva



Rehabilitació de façanes i edificis
Substitució de baixants
Patis de llums
Impermeabilització de terrasses
Pintura en general

DEMANI PRESSUPOSTS SENSE COMPROMÍS

Sebastián Molins
Mò: 680 673 621
Misterverticals@gmail.com

família i el teu estil de vida, no una comuna i corrent... ha de ser pràctic i funcional. Instal·la un taulell sobre la rentadora o assecadora. Estalvia't la tasca de doblegar la roba de manera incòmoda sobre la rentadora i l'assecadora. Un taulell crearà una aparença elegant i servirà com una estació de plegat o de suport per a les tasques de bugaderia. Comprèn les teves necessitats d'emmagatzematge. Sempre que es dissenya una

sala de bugaderia, cal prioritzar les necessitats d'emmagatzematge. Has de dissenyar-la de manera que tinguis el que necessites: des de ganxos resistents que poden sostenir diverses bosses alhora, fins a canastres per a amagar tota la roba que acumula una família, tots aquests accents són essencials per a dissenyar un espai funcional. Posar un prestatge (o varis). Un prestatge per a roba en una bugaderia és una idea d'organització òbvia. Un

penja-robes també pot servir com un lloc per a penjar la roba que necessita atenció addicional.

Aprofita cada petit racó. No deixis que cap petit racó sense un propòsit. Fixa't en tots els espais que tens lliures sense utilitzar i fes-los pràctics, però sempre seguint un disseny elegant i que sigui funcional.

Usa prestatgeries obertes. Fes-los servir per a guardar els articles bàsics de bugaderia ■

MERCAT DEL MOBLE

De Mataró



SOFÀ CHAISELONGUE
de 270 cm. amb arcó,
seients extensibles,
capçals reclinables.
Tapisseria antitaques

499€

SOFÀ CHAISELONGUE
de 263 cm. amb arcó,
seients extensibles,
capçals reclinables
i 2 puffs. Tapisseria
antitaques

499€



www.mercatdelmoble.es



MOBLES I DESCANS LOW COST
DESCANS LOW COST / ONLINE
MOBLES OUTLET / SEGONA MA

Av. Puig i Cadafalch, 12
C/ Castaños, 90
C/ Pablo Iglesias, 20

T 93 106 88 99
T 93 143 24 18
T 93 757 63 45



Per què és convenient separar les escombraries?

Llar: Decoracion2.com - amic.cat

Encara que molt es parla de la importància de reciclar en les llars, a l'hora de la veritat només un percentatge molt baix de famílies ho fan de manera correcta. Però a l'hora de reciclar, no sols val amb separar els diferents desaprofita-ments, sinó que és necessari saber fer-ho de manera correcta i això implica conèixer els diferents tipus d'escombraries, cosa que permetrà la correcta classificació.

Reciclar escombraries és un factor de gran importància per a la conservació del medi ambient, per la qual cosa separar els residus en la recol·lecció d'escombraries facilita i aporta una sèrie de beneficis com l'estalvi d'energia, evitar l'explotació dels recursos

naturals, reducció de contaminació i la possibilitat d'allargar la vida útil dels abocadors, entre altres.

Tipus d'Escombraries: Escombraries sòlides urbanes; Escombraries industrials; Escombraries agràries; i Escombraries mèdiques.

Com classificar les escombraries perquè pugui ser reciclada?

En general, existeixen tres tipus de classificacions principals:

Composició: Envasos, paper i cartó, vidre.

Biodegradabilitat: Orgànics i inorgànics.

Origen: Domiciliaris, industrials, hospitalaris, de construcció.

Al llarg del temps, s'han

establert seleccionar contenidors de colors per a identificar el tipus de residu i així facilitar la recol·lecció, estalviant una gran quantitat de temps i que les escombraries pugui ser processada per a donar-li altres usos. Els colors més habituals són: Blau (paper i cartó), Verd (vidre), Groc (envasos i plàstics), Marró (orgànic) i Gris (altres restes). Quan les deixalles es processen i es transformen, es pot obtenir diferents recursos com a matèria primera que pot ser utilitzada en nous processos de fabricació. Així, el reciclatge contribueix a eliminar els residus generats, a estalviar en els processos industrials i a reduir l'explotació dels recursos naturals ■



DES DE 1965 FABRICANT I REFORMANT
300M² D'EXPOSICIÓ AL SEU SERVEI

CUINA COMPLETA **8.300€**
DES DE NOMÉS



BANY
COMPLET
DES DE
5.800€

REFORMA COMPLETA
DEL TEU HABITATGE

PER NOMÉS!
19.000€



Estufes de llenya: avantatges i inconvenients

Llar: Decoracion2.com - amic.cat

Les estufes de llenya estan cobrant un major protagonisme últimament a causa de la crisi energètica que estem vivint. Les estufes de llenya s'han convertit en una alternativa molt

interessant per a escalfar la casa a l'hivern. Utilitzen una font d'energia renovable i respectuosa amb el medi ambient. A continuació et mostrem els avantatges i inconvenients de les estufes

de llenya.

Parlant dels avantatges, és un sistema de calefacció eficient, ecològica i econòmica, a més de crear ambients càlids i relaxants. És un sistema de calefacció que funciona

en cremar combustible de fusta i biomassa. Els equips estan compostos de diverses xapes d'acer unides per soldadures que són capaces de resistir altes temperatures. A més compten amb una porta frontal per on s'introdueix el combustible.

La llenya és un combustible més econòmic que altres fonts de calor (llum i gas) aconseguint un estalvi en la factura de la calefacció. A més és un combustible fàcil d'obtenir.

Els nous models inclouen una tecnologia que usen el combustible de manera més eficient i proporcionar un foc correcte i una combustió més neta. És important utilitzar llenya seca de

bona qualitat.

Aquest sistema de calefacció té mínim impacte per al medi ambient, ja que la llenya és un combustible renovable i neutre. A més, serveix per a escalfar i per a cuinar, car alguns models estan equipats amb un forn que permet cuinar a foc obert assolint el sabor que ofereix la cuina de llenya.

Igualment, és de fàcil instal·lació, no és necessari fer cap obra rellevant si hi ha possibilitat de sortida de fums. És recomanable triar un model amb cambra tancada, ja que s'obtindrà un major rendiment.

Però les estufes de llenya tenen alguns inconvenients que cal tenir en compte. El

primer, que el seu manteniment no és tan còmode com les calderes de gas o elèctriques.

L'habitació on s'instal·li l'estufa de llenya de ser àmplia, la ventilació d'estar controlada i no pot haver-hi mobles prop de l'estufa.

A més, cal compra llenya, transportar-la a l'habitatge i necessita un espai ventilat on emmagatzemar-la.

Parlant de la llenya, és imprescindible que la llenya estigui seca abans de cremar-se, perquè si no l'energia s'utilitzarà per a assecar-la en comptes de cremar-la i generar calor. El més aconsellable és que la fusta s'assequi durant un any ■



SERVEI DE NETEJA PERE I ANGEL S.L.

+ 40 ANYS

NOU SERVEI

Neteja i Desinfecció Covid Free
Interior
Exterior

- Desembussos
- Fosses sèptiques
- Neteges tècniques
- Sanejaments
- Neteja de basses
- Neteja de piscines
- Omplim piscines
- Omplim dipòsits de reg
- Manteniments
- Neteja de superfícies amb aigua a pressió
- Neteja de clavegueram, soterrat públic i particular
- Autoritzats per el transport de residus (ADR)
- Inspecció TV clavegueram
- (INDUSTRIALS I PARTICULARS)

937 50 20 71 MÒBIL 617 458 376
937 50 63 77 681 607 428

Urgències les 24 hores
(festius inclòs)
INDUSTRIALS
I PARTICULARS

C/. Sant Josep, 70-72, 1r 2a · 08340 Vilassar de Mar · www.pereiangel.com · info@pereiangel.com



El vellut, un imprescindible d'elegància i calidesa per a la llar

Llar: Decoracion2.com - amic.cat

El vellut és un teixit suau i luxós que es caracteritza per la seva textura suau i vellutada. És un material elegant i sofisticat que afegeix calidesa i confort a qualsevol espai. En la decoració d'interiors, el vellut s'utilitza sovint en mobles com a sofàs i cadires, així com en cortines i coixins. El vellut està disponible en una àmplia gamma de colors, des de tons suaus i neutres fins a colors vibrants i cridaners,

per la qual cosa és fàcil trobar una opció que s'adapti al teu estil i preferències.

El vellut es pot usar en una àmplia varietat d'espais i en diferents elements de decoració. En el saló, per exemple, es poden fer servir mobles entapissats en vellut, com un sofà o una cadira, per a afegir un toc d'elegància i calidesa. Les cortines de vellut també són una opció popular en el saló, ja que ajuden a aïllar el soroll i la llum i aporten un toc de luxe a l'espai.

A l'habitació, es poden usar coixins de vellut en el llit o en el sofà per a afegir comoditat i estil. El vellut també es pot fer servir en elements decoratius, com a coixins i cobrellits, per a donar un toc d'elegància a l'habitació. En general, el vellut es pot usar

en qualsevol espai de la casa on es desitgi afegir un toc de luxe i elegància.

El vellut és un teixit suau i luxós que pot aportar un toc d'elegància i sofisticació a qualsevol llar. A més del seu aspecte atractiu, el vellut també és conegut per ser càlid i acollidor, la qual cosa el converteix en una excel·lent opció per a mobles i roba de llit en temporades fredes.

Existeixen diversos tipus de vellut. Els més comuns són: Vellut de seda: Fet de seda, és molt suau i luxós.

Vellut de cotó: És més gruixut i resistent que el de seda, la qual cosa ho fa ideal per a usar en mobles i catifes.

Vellut de polièster: És més barat que el de seda o el de cotó. És resistent i fàcil de netejar, però no és tan suau i luxós ■



ALUDEMÀS®

FUSTERIA D'ALUMINI I PVC

TOT TIPUS DE TREBALLS EN ALUMINI

PRESSUPOSTOS SENSE COMPROMÍS

C/La Boixa, 5 - 08303 - Mataró

T. 93 798 32 47 - aludema@gmail.com

La Màquina del temps

24/02/2022 ▶

24/02/2018 ▶

24/02/2013 ▶



◀ Fa un any...

L'STM CN Mataró s'emporta la seva segona Copa de la Reina

La passada temporada va ser inoblidable per a l'equip femení de waterpolo del Club Natació Mataró. Pocs mesos després d'endur-se la Supercopa d'Espanya i la Copa Catalana, les noies entrenades per Dani Ballart van demostrar el seu gran moment guanyant la segona Copa de la Reina en una emocionant final a Terrassa contra el CN Sabadell i una victòria perfecte en defensa (4-7).

Fa 5 anys... ▶

El dèficit de l'hospital de Mataró creix un 33%

A principis de l'any 2018, els comptes de l'hospital de Mataró van fer aigües. De poc va servir la intervenció de la Generalitat en 2015, quan va revocar l'autonomia de gestió del centre sanitari per arribar a un dèficit de 2,7 milions, així com tampoc el Pla de Reequilibri per tal de quadrar el pressupost anual, que va resultar en un 33% més de dèficit de què va propiciar la intervenció tres anys enrere. Per la seva part, els treballadors de l'hospital van lamentar la falta d'inversió suficient per cobrir la pressió assistencial a què porten sotmesos els darrers últims anys.



◀ Fa 10 anys...

Els assalts violents en habitatges augmenten un 6%

A principis de 2013 Mataró va augmentar en un 6% els robatoris en habitatges respecte a l'any 2012, una xifra, però, per sota de la mitjana catalana (6,5%). De fet, les dades globals anuals apuntaven a un descens general de la delinqüència d'un 2,6%, i una davallada del 12,3% respecte a robatoris en interior de vehicles o establiments. Per contra, aquest 6% i l'augment d'estrebades al carrer (52,4%) va propiciar implantar noves mesures de seguretat per pal·liar la incidència d'aquest tipus de robatoris.

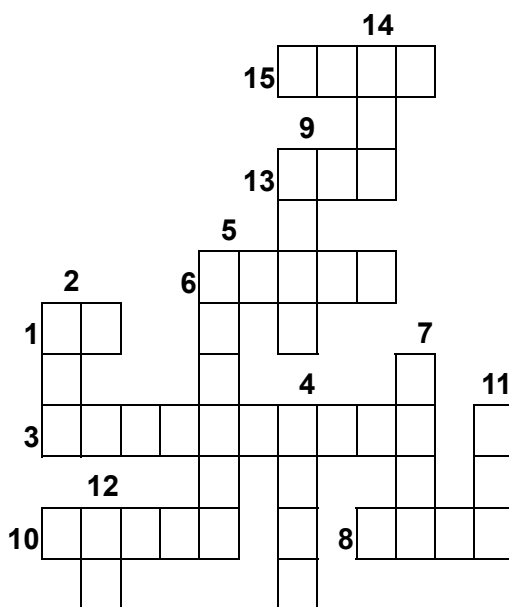


Passatemps

Passatemps facilitats per amic.cat

Mots encreuats

1. Habilitat, recobriment, jugada. Part del cos humà unida a l'extremitat de l'avantbraç i que comprèn des del canell fins i tot fins a la punta dels dits. 2. Creació. Tot el creat. 3. Conjunt ordenat de les coses i forces de l'univers. Medi natural. 4. Lloc. 5. Lluita armada entre nacions. 6. nascut dels mateixos pares. Persona que té els mateixos pares que una altra. 7. Mama. Femella respecte del seu fill o fills. 8. D'edat. Diu de la persona de molta edat. 9. Progenitor, creador, cura. 10. Potència. Vigor, capacitat de resistència. 11. Astro rei del sistema solar. 12. Metal valuós de color daurat. 13. Temor angoixant. 14. Massa d'aigua salada que cobreix la major part de la superfície terrestre. Porció extensa d'aigua, infinitat. 15. Individu de l'espècie humana. Ésser viu intel·ligent.



Sudokus

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

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

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

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

Horòscops

Horòscop per Roser Bona- amic.cat |



Àries (Del 21/3 al 20/4)

Fas el valent, però per dins tens moltes emocions trobades que només mostres als que més estimes. Les activitats esportives o lúdiques en equip, poden donar-te bons moments.



Taure (Del 21/4 al 20/5)

Et convé concretar millor els objectius professionals a llarg termini. Si has deixat de banda les amistats per atendre obligacions, potser ha arribat l'hora de retrobar-vos.



Bessons (Del 21/5 al 20/6)

Organitzes millor el teu temps de lleure per desconectar de l'estrès. Si estàs solter i tens una primera cita, podria sorgir una bona compatibilitat intel·lectual.



Cranc (Del 22/6 al 21/7)

Etapla de canvis. Algunes persones surten de la teva vida i n'entren de noves. Confidències entre amics. Si estaves insomne, vas recuperant el teu ritme habitual del son.



Lleó (Del 22/7 al 23/8)

Podries trobar-te una mica saturat de feina i hauràs de dir no a algun projecte o sol·licitud. En qüestió de salut, prefereixes cercar altres opinions o teràpies diverses.



Verge (Del 24/8 al 23/9)

Has decidit implementar canvis al sector laboral per posar-te al dia en alguns coneixements i tecnologia. Podries descobrir diversos secrets familiars que et sorprendran.



Balança (Del 24/9 al 23/10)

Bons dies per fer una escapada romàntica o un íntim sopar amb espelmes. Amb la Lluna Nova a Casa VI pots iniciar un tractament mèdic. Noves oportunitats al sector laboral.



Escorpió (Del 24/10 al 22/11)

La Lluna Nova planta una llavor a la teva Casa V i pot marcar l'inici d'una relació sentimental. Possible augment de la fertilitat. Dies de trasllats o més desplaçaments.



Sagitari (Del 23/11 al 21/12)

Necessites fer alguns canvis profunds a la teva vida i en les setmanes vinents podràs començar-los. Una persona de signe Solar o Llunar Peixos, vol conèixer-te millor.



Capricorn (Del 22/12 al 20/1)

Bona etapa per viure intensament l'amistat amb trobades esperades o persones que tornen del passat. A la feina, algú et fa llum de gas, no deixant-te les coses clares.



Aquari (Del 21/1 al 19/2)

Molta inspiració. Estàs d'allò més connectat a l'entorn i apliques aquesta creativitat en el teu dia a dia. Poses límits a tots aquells que et diuen com has de fer les coses.



Peixos (Del 20/2 al 20/3)

Felicitats! El Sol entra al teu signe. En el darrer any has tingut més temps per pensar i has establert prioritats. A la feina et convé ser prudent i no confiar cegament.



**Inserta el teu
classificat online**

Anuncis per paraules

VARIS

COMPRO comics, discos, álbumes de fútbol, Playmobil, Scalextric, Geyperman, Madelman, Muñecas, Tente, Rico, Paya y antigüedades en general. 679-736-491

COMPRAMOS libros, juguetes, comics, cromos, antigüedades, plumas, Discos, puros, objetos religiosos. Restos pisos, casas. Pago al momento. José Miguel. 679-736-491

Mudanzas económicas Maresme. 692 021 141

Reparatot. Qualitat i servei. 688 290 791 -- Mataró

AMISTATS

Segle XXI. Tenim la seva parella Camí Ral. 613. Tl. 688 290 791

Segle XXI. Connectat i coneixes gent. Mataró. 688 290 791

IMMOBILIARIA

Lloga habitació cèntrica. 290 €. 936 893 249.

VARIS

Massatges unisex 936 893 249



**CLASSES DE
BALL
MASSATGES
UNISEX**



**688 290 791
TENIM LA SEVA
PARELLA**



**NOU
SEGLE XXI**
Cami Ral, 613 · Mataró

Palmerin
**SALÓ DE BELLESA
CANINA**
Alimentació per mascotes
Paseo Carles Padros n89
08304 - Mataró
Tel. 93 638 63 00 - 638 95 10 35

MUDANZAS Y PORTES

DESMONTAJE Y MONTAJE
DE MUEBLES
PRESUPUESTO SIN
COMPROMISO



T. 698 645 233

**REFORMAS, OBRAS, REPARACIONES,
ALBAÑILERIA, ELECTRICIDAD,
FONTANERIA, GAS, PINTURA**

ECONÓMICO
670 -232 -977



NECROLOGIQUES



cabrejunqueras.cat

Vist a xarxes



◀ **Lull mataroní**

Brutícia al Camí del Mig

Foto: Isabel Lendinez

Font: Grup 'Foto Denúncia Mataró'
a Facebook



◀ **Lull mataroní**

Mirall viari trencat al Camí dels Caputxins

Foto: David Galbe

Font: Grup 'Foto Denúncia Mataró'
a Facebook

Personal



Coneix més sobre
l'obra d'en Pere
Anglas

Pere Anglas 'Fins on arriba la memòria'

Meritxell Marín

Actor, guionista, dramaturg, director i escriptor autodidacta des de fa 35 anys. Aquesta és la carta de presentació d'en Pere Anglas (Mataró, 1966), una ment creativa incansable que, després de recórrer escenaris de tota mena també com a professor de teatre, s'embarca aquest cop -no per primera vegada- a l'aventura de la pàgina en blanc en el món de la novel·la, i no amb una història qualsevol, si no l'enigma de en qui es va inspirar l'Ernest Hemingway a la seva famosa novel·la 'Per qui toquen les campanes', l'any 1940, portada després al cinema amb Gary Cooper i Ingrid Bergman. Ni més ni menys.

L'enigma de la Maria de Hemingway

Maria Sans i Moyà podria ser la infermera mataronina que, amb 17 anys, va conèixer el novel·lista nord-americà Ernest Hemingway quan treballava de corresponsal a la zona republicana durant la Guerra Civil Espanyola, i en qui s'hauria inspirat per escriure l'obra 'Per qui toquen les campanes'. Així ho creu l'Agàpit Borràs quan es presenta a casa de la Maria 60 anys més tard per explicar-l'hi. A partir d'aquí, Pere Anglas argumenta en 'Fins on arriba la memòria', és un joc de miralls convertits en una amalgama d'històries que s'entrellacen les unes amb les altres, totes entorn

| Imatge de l'obra teatral
L'home inacabat (2017)



d'un hospital de les Brigades Internacionals, convertit avui dia en el col·legi Salesians de Mataró, com una de les diverses ubicacions que apareixen en la seva novel·la.

Un any de documentació va ser el temps necessari per establir la resolució d'aquest enigma, després d'instaurar-se el mite de si va ser una auxiliar d'infermeria mataronina, la infermera mataronina Maria Sans, la que va inspirar a Hemingway en la seva novel·la, o si era una altra Maria, tal com Anglas va poder contrastar en alguns documents històrics, com la biografia sobre Hemingway de Carlos Baker o els escrits de l'historiador mataroní Josep Xaubet. Sense ànim de fer *spoiler*, la resposta encara és senzillament una incògnita si el lector no decideix submergir-se en aquesta història de veracitat i ambientació detallista, i descobrir així de qui parlava realment l'escriptor: És una o és l'altra? Alhora, 'Fins on arriba la memòria' també és un homenatge a les dones republicanes d'aquella època, les que van comprometre la seva llibertat lluitant contra el feixisme abans, durant i després de la Guerra Civil, posant fins i tot en perill la seva vida. Unes vides que perduraran, si més no, més enllà d'on arriba la memòria ■



Novel·lista amb vocació teatral

Malgrat que la vocació creativa d'en Pere li ha fet endinsar-se en diverses òptiques narratives, des de la direcció teatral fins a ser guionista de serials com *El cor de la ciutat*, la seva visió a l'hora de convertir-se en un fructífer novel·lista és, tal com ell expressa: 'una visió basada en la formació teatral'. Per aquest motiu, mentre escriu novel·la, per ell és inevitable no deixar de pensar quin efecte causarà en el lector i quin viatge emocional li portarà a fer mentre avança d'un capítol al següent: "Per mi, la paraula dita té el mateix valor que la paraula escrita, perquè quan el lector ho llegeix també entra en una espiral de cadència rítmica que també tinc en compte".

La narrativa ha sigut, també per la dedicació i constància que exigeix, una qüestió que es va fer esperar fins a l'any 2019, ja que anys abans en Pere destacava amb l'estrena d'obres teatrals culturals per 'encàrrec' com *L'home inacabat* (2017) o *L'ombra de l'amor* (2019), ambientada en el món del teatre del Paral·lel de la Barcelona de principis del segle XX. A partir d'aquí, només van caldre dos anys més per rebre el seu primer reconeixement amb el seu present llibre 'Fins on arriba la memòria', editat per Columna i obra finalista del guardó literari Premi Ramon Llull, l'any 2021 ■



www.echohosteleria.com

Teléfono: 93 741 00 00

Visítenos

Nueva Tienda
Ronda President
Irla nº 19
Mataró

**Grandes descuentos
hasta el 31 de marzo**



- Maquinaria para la HOSTELERÍA y ALIMENTACIÓN
- Servicio Técnico, PROFESIONAL, RÁPIDO y EFICAZ
- Maquinaria de OCASIÓN y SEGUNDA MANO
- Alquiler de maquinaria para FERIAS y EVENTOS
- Somos distribuidores de PRIMERAS MARCAS