



Mataró bateja amb el mar

Arriba el 'SeaDay', l'esdeveniment de l'any al litoral mataroní amb activitats aquàtiques per a tothom



La mataronina Minoryx Therapeutics, entre les starts ups de salut que més finançament aixeca

Sumari

Benvinguda	04	Cultura	30
Records	06	Salut	32
Reportatge	08	Dinàmics	34
Especial Estiu	12	Llar	36
Esports	22	La màquina del temps	41
Instants	24	Anuncis per paraules	44
Estrenes	26	Vist a xarxes	45
Agenda	28	Personal	46

ILURO

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

Redacció: redaccio@revistailuro.com
Comercial: Antonio Rodríguez (publicitat@revistailuro.com)
Manel Subirats (Dissenyador)

DIPOÏT 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:

mitjans d'informació
i comunicació



revistailuro.com

Telf: 93 250 24 60
www.revistailuro.com
info@revistailuro.com



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

IMPLANTES DENTALES ORTODONCIA - ESTÉTICA DENTAL

 Clínica Dental Marín

 clinicadentalmarin

MATARÓ  931 058 587  638 394 495
VILASSAR DE MAR  930 154 349  622 484 800
TERRASSA  937 860 340  638 394 495

OBRA NOVA A MATARÓ

PISOS DE 2, 3 I 4 HABITACIONS

AV. MARESME, 8, AL COSTAT DEL TECNOCAMPUS

Pisos de 56m² fins a 95m².

- Àmplies terrasses privades.
- Piscina comunitària.
- Aparcament comunitari i per a bicicletes
- Acabats personalitzats.



PISCINA



QUALIFICACIÓ
ENERGÈTICA A



LLIURAMENT

*Vol gaudir del mar
a tocar de casa?*



CONTACTI AMB NOSALTRES: 93 757 74 55

molina@promocionesmolina.com

www.promocionesmolina.com

Benvinguda

Mataró connecta empreses amb joves migrants

Opinió:
Bernat López



Bona iniciativa mataronina per fomentar l'emancipació de joves que han arribat a la nostra ciutat i busquen oportunitats laborals de futur. El mes passat es va dur a terme l'activitat "Entrena't" a l'Espai Mataró Connecta. 19 joves migrants sols i cinc empreses diferents van mantenir una trobada amb els objectius treballar la promoció social i l'emancipació dels joves del municipi. Les empreses que hi van participar, gràcies a la intermediació del Servei d'Ocupació de Mataró i amb la col·laboració de Salesians Sant Jordi PES Mataró, van ser l'Arca del Maresme, Suara Cooperativa, Formació i Treball/La Fundació Amiga, Solidança i El Pi Supermercat Ecològic. Els objectius d'aquesta activitat, que es fa per primera vegada, són oferir una experiència vivencial en un marc protegit per als

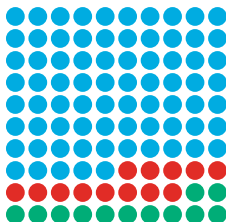
joves participants en la iniciativa; afavorir el desenvolupament de competències relacionades amb el procés de recerca de feina i inserció laboral; fomentar el procés d'emancipació i d'inclusió social al municipi; incidir en la sensibilització del teixit productiu empresarial respecte el col·lectiu de joves migrants sols i promoure la inserció laboral i promoció social de les persones usuàries. Les 19 persones joves que hi van participar en aquesta activitat tenen vinculació amb alguns d'aquests serveis o entitats que els hi fan un seguiment per la seva promoció social, personal i laboral. Les 19 persones joves que hi van participar en aquesta activitat tenen vinculació amb alguns d'aquests serveis o entitats que els hi fan un seguiment per la seva promoció social, personal i laboral ■

ENQUESTA

QUIN ÀMBIT CONSIDEREU QUE ÉS LA PRIORITAT NÚMERO 1 A MATARÓ DE CARA A LES ELECCIONS?

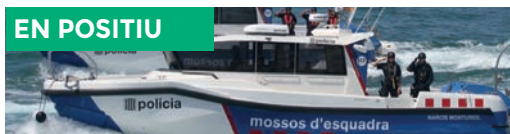
HABITATGE (12.5%) | NETEJA I ESPAIS PÚBLICS (12.5%)
SEGURETAT (75%) | EQUIPAMENTS (0%)

ET SEMBLA BÉ QUE ES PUGUI LIMITAR ELS PREUS DELS LLOGUERS D'HABITATGES A MATARÓ? **SI | NO**



Vota a l'enquesta del nostre Twitter: **@ilurorevista**

EN POSITIU



Els Mossos lluiten contra el tràfic de drogues al mar

Dos cops per setmana una embarcació amb tres agents de la Unitat Marítima del cos patrullen la costa per donar seguretat al litoral.

EN NEGATIU



Lluís Hugas i Beto Fernández ens deixen massa aviat

Dos referents de la cultura popular i l'esport mataroní ens han deixat massa aviat. Centenars de persones els van acomiadar al tanatori.



**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€

Records

Consulta un
reportatge
històric
sobre la
Penya X



Foto antiga:

La Penya X dels anys 50.

Foto: Toni Serra.

Foto actual:

La darrera etapa del club.

Foto: Javier Fossas.

"Fot-li X", la història del segon equip de Mataró

Records: Bernat López

Sabeu que durant els anys 50, el segon equip de més nivell de Mataró tenia un nom de pura incògnita? Sí, us parlem de la Penya X, club que va arribar a ser la segona entitat esportiva dedicada al futbol amb una millor categoria: la Primera Regional. El club va ser creat el 1935 per un grup de jovent que jugaven a futbol al carrer Prat de la Riba. Salvador Cuní i Francesc Cuní en van ser els impulsors inicials. Inicialment, els fundadors

van optar per dir-se 'Penya Llagosta', a causa de les equipacions vermelles que portaven, però finalment es va decidir canviar la nomenclatura de l'entitat. En aquell temps era molt habitual la creació de penyes a la ciutat i al bar Can Cuní s'hi va gestar la 'X'. Per què 'X'? Doncs es diu que en la reflexió per decidir el nom definitiu, algú va dir: "Fot-li X". I així va quedar el nom. També s'explica que el senyor Ciano, sastre i emblema de Can Cuní, era

un gran admirador de l'Athletic de Bilbao i que això va tenir influència en la designació dels colors del club. Al llarg de la seva història, la Penya X va ser filial del CD Mataró i el 1952-1953 va quedar inscrit a la Federació Catalana de Futbol. Els grans èxits de l'entitat es viuen el 1953, amb l'ascens a Segona Regional, i el 1956, amb l'ascens a Primera. Aquell curs, la Penya ja era el segon millor club de la ciutat, després del Mataró ■

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



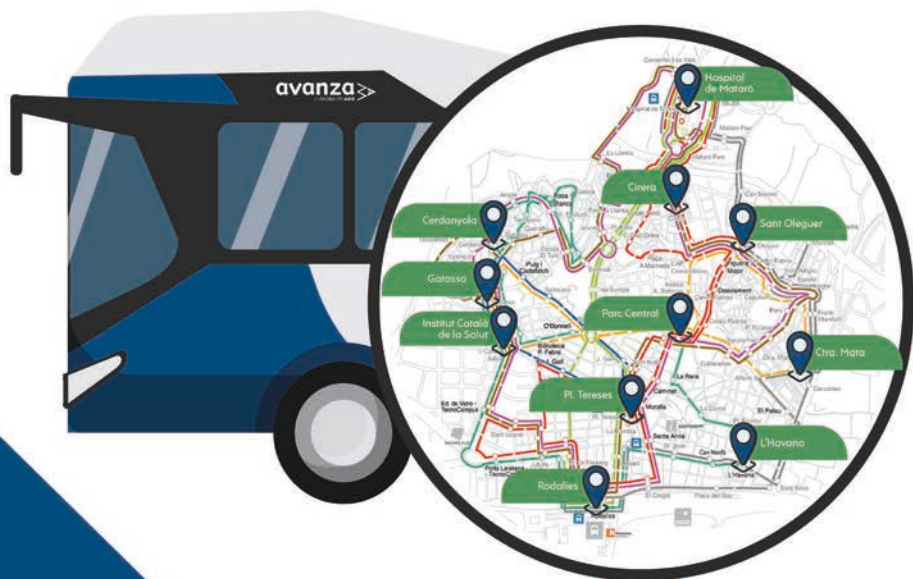
Batlle

Serveis fotogràfics
Des de 1952
fent fotos

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

MATARÓ⁺

SOSTENIBLE



Reducció de les emissions
en un **100%** i dels sorolls
dels autobusos en un **60%**
en les **zones de circulació
elèctrica**

Més àrees
sostenibles



Més zones
de silenci



Més zones
de seguretat





Reportatge

Mataró batega amb el mar

Text: Bernat López

El pròxim 1 de juliol (de 9h a 20h), Mataró es prepara per viure l'esdeveniment de l'any a la seva platja. El 'SeaDay Mataró' és una oportunitat única per celebrar la cultura de la platja i les activitats aquàtiques en un ambient festiu i relaxat. Tant si sou aficionats a les activitats aquàtiques com si sou simplement curiosos per descobrir aquest món, el 'SeaDay' és

una gran oportunitat per explorar noves vies d'oci i gaudir de l'entorn natural de la nostra ciutat. L'esdeveniment ofereix a tots els assistents una oferta variada d'activitats a l'aigua: paddle surf, windsurf, vela, caiac, SUP loga, banana aquàtica, sortida amb motora i altres opcions que normalment les empreses del sector realitzen al Port de Mataró.



Jornada 'SeaDay Mataró', l'esdeveniment d'activitats aquàtiques obert a tothom que se celebrarà el 1 de juliol a la platja de Mataró

El sup ioga es
posa de moda a
Mataró



També hi haurà oferta d'oci a la sorra, amb una zona infantil per a aquells que prefereixin estar a terra ferma.

Les entrades

El 'SeaDay Mataró' es basa en dos models d'entrada diferents. L'entrada estàndard té un preu de 20 euros i inclou la següent oferta d'activitats: 1 tast de Paddle surf (30), 1 tast de Caiac (30), 1 classe de SUP ioga (40), 1 sortida amb motora (30), 1 sortida amb vaixell vela (30), 1 tast de wind-surf (30), 1 sortida amb banana aquàtica (15) i activitats a la sorra durant tota la jornada a mans de Decathlon.

Un cop adquirida l'entrada, cal reservar les activitats prèviament a executar-les al web de l'esdeveniment (<https://seadayfest.com/activitats/>). Des de l'organització es comunica que no és obligatori fer totes les activitats incloses en el paquet, sinó que es pot escollir les que més vinguin de gust, ja que hi ha molts horaris disponibles perquè cada usuari es pugui organitzar la jornada com vulgui. L'entrada Premium té un preu de 30 euros, i inclou el mateix 'menú' que la normal, afegint una sortida en velar d'una hora de duració. Sup & Sail, Caralvent, Centre

SupYoga Catañunya, Vela Mataró, l'OAACC, Supyoga World, Decathlon, Milt studio, Plot Disseny, The Green Truck, Costa del Maresme, Camping Barcelona, Club Rem Mataró, Proactiva Lifeguard i Posidònia 2021, en col·laboració amb l'Ajuntament, són els impulsors del 'SeaDay'.

Un oasi d'oportunitats

El mar, amb la seva immensitat i bellesa, no és només un espai de recreació i relaxació, sinó també un escenari perfecte per gaudir d'una àmplia gamma d'activitats esportives. Ja sigui navegant en velar, surfejant



les onades, practicant pàdel surf o simplement nedant, les activitats esportives al mar aporten nombrosos beneficis per a la salut i el benestar de les persones. Acompanyeu-nos a explorar els avantatges que aquestes activitats brinden.

Preguntes freqüents

El festival es realitzarà majoritàriament a la platja del Varador, i només dues activitats sortiran des del port de Mataró: la sortida amb motora i la sortida amb vel. Totes les activitats estan dissenyades per a persones

sense experiència prèvia i l'edat mínima per participar en les activitats aquàtiques és de 6 anys. Els menors de 16 anys podran fer sense cost les següents activitats i sempre a la mateixa embarcació que el pare/mare o tutor/a legal: paddle surf i caiac.

Exercici físic complet

Les activitats esportives al mar ofereixen un exercici físic complet i divers. Des de la resistència requerida per remar amb caiac o paddle surf fins a la força necessària per enfrontar les onades en

el surf, l'entorn acuàtic proporciona un escenari desafiant que enforteix diferents grups musculars i millora la condició física en general. A més, nedar és una forma d'exercici cardiovascular excel·lent, ja que millora la salut del cor i augmenta la resistència.

Salut mental

El mar i les activitats esportives tenen un impacte positiu en la salut mental. El contacte amb la natura, el so de les onades i l'aire fresc ajuden a reduir l'estrès i l'ansietat, promovent



la relaxació i el benestar general. Submergir-se a la mar també estimula l'alliberament d'endorfines, les hormones del benestar, cosa que pot millorar l'estat d'ànim i combatre la depressió.

Estimulació sensorial

De la mateixa manera, les activitats esportives al mar ofereixen una experiència sensorial única. El contacte amb l'aigua salada i la sensació de surar creen una experiència plaent per als sentits. L'exposició al Sol també promou la síntesi

de vitamina D, essencial per a la salut òssia i el sistema immunològic.

Coordinació i equilibri

Moltes activitats esportives al mar requereixen equilibri i coordinació. Practicar surf, sup ioga, paddle surf o vela enforteix els músculs estabilitzadors i millora la capacitat d'equilibrar-se en superfícies inestables. Aquests beneficis també es transfereixen a altres àrees de la vida quotidiana, millorant la postura i reduint el risc de lesions.

Comunitat

Les activitats esportives al mar sovint es gaudeixen en grup, fet que fomenta la interacció social i la creació de noves amistats. Unir-se a clubs o grups locals d'activitats aquàtiques no només proporciona l'oportunitat de compartir experiències i coneixements, sinó també motivar-se mútuament i establir connexions significatives ■

Tota la
informació:
activitats,
horaris i compra
d'entrades





Estiu

'Viu un estiu de diversió a Mataró': 9 setmanes d'activitats lúdiques

Estiu: Bernat López

Del 26 de juny i fins a l'1 de setembre, els infants i joves de la ciutat comptaran amb un seguit de propostes esportives, culturals i d'educació en el lleure que podran fer de forma gratuïta a diferents indrets de Mataró. En aquesta segona edició s'amplien els espais on es fan les activitats i s'amplia el servei de Ludoteca per facilitar la conciliació de la vida

personal, laboral, formativa, social i de salut de les famílies. La regidora de Benestar Social i Promoció de la Salut, Laura Seijo, va presentar al Centre Cívic Espai Gatassa la segona edició del programa "Viu un estiu de diversió a Mataró". Es tracta d'una programació de nou setmanes amb activitats diàries i setmanals dirigides a infants, joves i un públic

familiar. La presentació es va fer en l'espai on hi haurà una de les dues Ludoteques que s'obren aquest estiu a la ciutat, un servei gratuït d'atenció a la infància amb la finalitat de facilitar la conciliació de la vida personal, laboral, formativa, social i de salut a les famílies. Un espai lúdic per oferir a les nenes i nens de Mataró un temps de lleure de qualitat, amb

activitats pedagògiques basades en valors com la coeducació, la interculturalitat, l'educació emocional, l'art i l'educació mediambiental.

Dues ludoteques de franc

A més de l'Espai Gatassa, l'altra servei de ludoteca s'oferirà a l'Espai Polivalent de Rocafonda-El Palau-Escorxador. Aquest servei, que enguany s'ofereix en horari de matí i tarda, s'emmarca dins del programa "Temps per Cures", una iniciativa pilot de l'Ajuntament de Mataró, amb el suport del Departament d'Igualtat i Feminismes de la Generalitat de Catalunya. La Ludoteca va adreçada a famílies de la ciutat amb



infants d'entre 4 i 12 anys; és un servei d'accés universal i cada família podrà fer ús de l'espai com a màxim 3 dies i un total de 10 hores a la setmana. El conjunt de les activitats, que es poden consultar al web municipal, es faran a la plaça

de l'Onze de Setembre, el Parc de Rocafonda, la Biblioteca Pompeu Fabra, la Biblioteca Antoni Comas, el Centre Cívic Espai Gatassa, el Camp municipal de Futbol del Centenari, el Parc dels Garrofers i els Jardins



ZERO EMISSION



799€
ETWOW BOOSTER
- 500W-12.7KG-35
KM/H- 35 KM AUTON.



1.349€
IC Q3EVO -
2X800W - 26.5
KG. - 60 KM/H -
35 KM AUTON.



819€
IC Q1 - 500W - 16
KG - 40KM/H - 40 KM
AUTON.

SERVEI DE REPARACIÓ
DE PATINETS
ELÈCTRICS

866€
MINI CROSS TIGER
LITI- 1100W - 30 KM/H
- 30 KM AUTON.



Emili Cabanyes, 20 · Mataró · Tel. 93 799 80 16

www.batterythings.com



de l'Antic Escorxador. La programació és variada i compta amb sessions de conta contes, actuacions musicals, màgia, escacs, esports, sessions de cinema a l'aire lliure, manualitats i cuina, entre d'altres.

Gaudim en família

Des del Servei de Benestar Social s'ofereix el programa "Gaudim en Família", un conjunt d'activitats grupals d'intervenció social amb famílies dels barris de Rocafonda-Palau. L'objectiu és fomentar el treball de vincles parentals i familiars de forma conjunta entre els pares, cuidadors i germans de la mateixa família. El programa inclou activitats de lleure, que es portaran a terme a diferents espais del barri i

de la ciutat, vinculades a mecanismes d'intervenció familiar en l'àmbit de la comunitat. Les activitats, que es faran del 3 al 14 de juliol, són gratuïtes i es desenvolupen amb recursos propis del Projecte Papallona de transformació del servei de Benestar Social.

Patis Oberts

El servei de Patis Oberts també forma part d'aquesta programació d'estiu i es farà a quatre centres educatius: Institut Escola Mar Mediterrània, Escola Camí del Mig, Escola La Llàntia i Escola Rocafonda. En les pistes d'aquests centres escolars es podrà practicar diferents modalitats esportives com bàsquet, futbol sala, handbol i voleibol, entre d'altres.

Cursos 0830X

En aquesta programació també s'inclouen els cursos per a públic jove com són el taller de producció musical inicial, mig, taller de rap i també els cursos per a premonitors i monitors en el lleure, una titulació oblidada. La campanya es tira endavant amb el suport de la Diputació de Barcelona, dins el Programa de Barris i Comunitats, motor de transformació social, de la Generalitat de Catalunya a través del Departament d'Igualtat i Feminismes dins el Programa temps de cures i de l'Ajuntament de Mataró. L'any passat, la programació per a infants i joves de 4 a 14 anys en diferents espais de la ciutat va atraure 10.000 infants i joves des del 27 de juny al 2 de setembre ■



**DESCOBREIX ELS NOSTRES
CURSOS I ACTIVITATS!**

CENTRE DE BUSSEIG

- Escola de busseig de tots els nivells.
- Batejos subaquàtics.
- Sortides amb embarcació.
- Nocturnes.

ACTIVITATS DE LLEURE

- Sortides amb golondrina grups reduïts
- Sortides per a escoles
- Sortides de passeig familiars i amics
- Visionari d'estels a la nit
- Lloguer embarcacions.





Un estiu XNERGIC i diferent gràcies al TecnoCampus

El TecnoCampus organitza una nova edició del campus d'estiu Xnergic. Si tens entre 12 i 18 anys i t'interessa la tecnologia, aquesta és la teva oportunitat! A continuació trobareu un llistat de tallers i cursos que es portaran a terme a partir del 26 de juny fins al 21 de juliol al campus Universitari Tecnocampus UPF.

Qué és?

És un campus tecnològic pensat per ajudar l'alumne a trobar la seva vocació i perquè visqui una

experiència a la universitat TecnoCampus, per tal que es pugui fer una idea del que trobarà a la carrera i conèixer l'espai. L'objectiu és que els joves gaudeixin de l'estiu adquirint coneixements interessants per a ells d'una manera dinàmica i divertida.

A qui s'adreça?

Joves de 12 a 18 anys amb passió per la tecnologia, la innovació i el foment STEAM (Science, Technology, Engineering, Art & Mathematics).

Les activitats

Els campus es duran a terme de dilluns a divendres. Consulteu les setmanes i franges horàries, perquè trobareu propostes de 2 o de 4 setmanes, i propostes de matí o tarda.

UNREAL EDITOR FOR FORNITE

L'unreal editor for fornite (UEFN) es una eina que permet dissenyar continguts i crear videojocs fent servir el motor del conegut joc Fornite. Durant aquest campus els alumnes treballaran

les diferents disciplines necessàries de l'àmbit de la creació de videojocs, art, disseny i programació per construir els seus propis jocs dins del motor de Fornite.

Durada: (4 setmanes) del 26/6 al 21/7
Horari: de 15:00 a 19:00
Cost: 440€

PROGRAMACIÓ DE JOCS EN LINIA AMB ROBLOX

Roblox es una coneguda plataforma de jocs en línia que permet dissenyar nous jocs fent servir un entorn programable en llenguatge Lua. A aquest campus els alumnes treballaran l'scripting de jocs fent servir el llenguatge Lua dissenyant diferents jocs per a la plataforma Roblox.

Durada: (4 setmanes) del 26/6 al 21/7
Horari: de 9:00 a 13:00
Cost: 440€

DISSENY, CONSTRUCCIÓ I PROGRAMACIÓ D'UN ROBOT SUMO

Aquest campus de robòtica els alumnes hauran de dissenyar construir i programar robots de sumo. El disseny el faran fent servir l'eina de CAD onshape, per a la programació faran servir la IDE de Arduino, i els esquemes de circuits els visualitzaran fent servir eines com fritzing. Durant el campus els alumnes

hauran de posar en pràctica les seves habilitat de resolució de problemes per resoldre els diferents reptes plantejats.

Durada: (4 setmanes) del 26/6 al 21/7
Horari: de 9:00 a 13:00
Cost: 490€ (inclou materials per construir robot)

MODELATGE I ANIMACIÓ AMB BLENDER

Modelatge i animació amb blender. Blender es un dels



aparatus



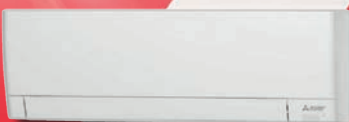
MITSUBISHI
ELECTRIC



DAIKIN
AIR CONDITIONERS

Panasonic
Haier

FUJITSU



SI, TE L'INSTAL·LEM!

AV. PUIG I CADAFALECH, 218 · 08303 MATARÓ · TEL. 930 029 129 · 606 369 321



software de modelatge i animació més usals actualment. A aquest campus els alumnes aprendran a fer servir blender aprendre i millorar la seva habilitat modelant personatges 3d i per animar-los posteriorment.
Durada: (2 setmanes) del 10/7 al 21/7
Horari: de 9:00 a 13:00

Cost: 220€

ANIMACIÓ 3D I CAPTURA DE MOVIMENT AMB MIKUMIKUDANCE

El software MikuMikuDance s'ha consolidat com una eina oberta per a la creació d'espectacles musicals virtuals. Amb aquesta eina els estudiants poden treballar els

diferents conceptes de l'animació dissenyant espectacles virtuals i animacions, i/o generar avatars virtuals que es mouen en directe fent servir eines de captura de moviment.

Durada: (2 setmanes) del 26/6 al 7/7

Horari: de 9:00 a 13:00

Cost: 220€

**PNEUMÀTICS
RODAMÓN**

C/MAJOR, 59, MATARÓ



631 732 442

ENCARREGA'L

**TOTES LES MIDES
EN PNEUMÀTICS NOUS
I D' OCASIÓ**



Amb moto d'aigua per Mataró, una aposta segura

Mataró compta amb una de les empreses de lloguer de motos d'aigua més ben valorades a Google: Jetski Mataró

Situada al Port de Mataró, Jetski Mataró presumeix de ser una de les empreses del territori dedicades al lloguer de motos d'aigua que millor experiència ofereix als seus clients. Amb més de 1300 ressenyes a Google, l'empresa mataronina acumula una nova global de 4.9 sobre 5. És a dir: quasi tots els seus clients han valorat l'experiència com a excel·lent. Amb unes tarifes competitives i sense la necessitat de tenir llicència, Jetski Mataró et permet connectar amb el mar de forma diferent. Us presentem una galeria d'imatges sobre com és pilotar una moto d'aigua per Mataró.



Experiència vibrant

Quan pensem en activitats emocionants i estimulants, ens imaginem sovint conduint una moto d'aigua a tota velocitat atravesant les onades del mar. Aquesta experiència única no només proporciona una dosi d'adrenalina, sinó que també aporta una sèrie de beneficis per a la nostra salut mental, física i emocional.

D'una banda, l'alliberament d'adrenalina que experimentem durant aquesta activitat ens ajuda a sentir-nos vius i a escapar-nos de la rutina diària, proporcionant-nos un impuls d'energia i eufòria.

Connexió amb la natura

El mar és un entorn natural fascinant i relaxant. Conduir una moto d'aigua ens

EN MATARÓ
ACUARIO



Restaurant
Pizzeria
Cafeteria

Menú:

Diario... 11.90€
Sábado... 15.70€
Festivo... 18.70€
(incluye arroz
caldoso con bogavante)

Especialidad
en tapas y pizzas.

Menú para grupos.

Horario de cocina:
De 9 a 24h

Puig i Cadafalch 205 · 937 586 436



permet submergir-nos en la bellesa del mar i apreciar la vastedat del seu paisatge. La sensació de llibertat i la connexió amb la natura que experimentem mentre solquem les onades ens brinda una profunda sensació de pau i harmonia, alhora que ens allunya de l'estrès i les preocupacions quotidianes.

Estimulació física

Aquesta activitat també té beneficis físics, ja que involucra que ajuden a tonificar els músculs i millorar la coordinació. Els moviments necessaris per mantenir l'equilibri sobre la moto d'aigua i maniobrar a través de les onades treballen el nucli, les extremitats i els músculs estabilitzadors,



brindant-nos un entrenament complet.

Reducció de l'estrès

El mar i la moto d'aigua generen també un efecte terapèutic a la nostra ment i al nostre cos. El so relaxant de les onades, la brisa marina i la sensació de llibertat contribueixen a reduir l'estrès i l'ansietat.

Estimulació mental

Per últim, de ben segur que

necessitarem tenir habilitat, concentració i presa de decisions ràpides. Mantenir l'equilibri sobre les onades i navegar amb seguretat a través de l'aigua ens desaflia mentalment i millora la nostra capacitat d'atenció i reacció. Aquesta estimulació mental no només és beneficiosa mentre som a l'aigua, sinó que també pot millorar les nostres habilitats cognitives en altres àrees de la vida quotidiana ■

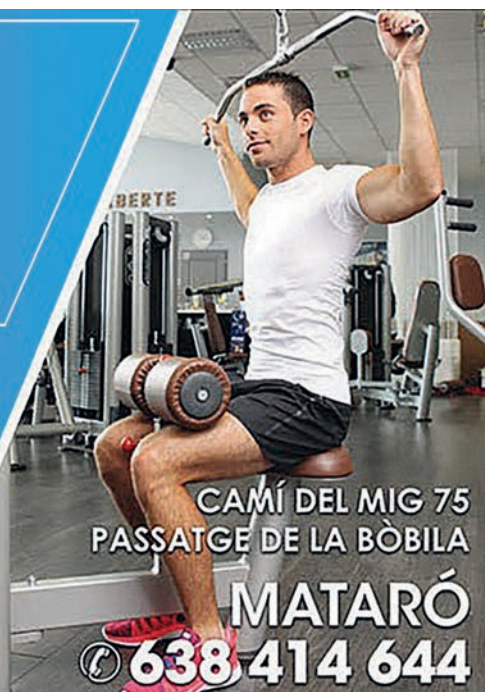
**Todo el verano
3 meses por**

90€

**Sin matrícula
Sin permanencia**

ACCESO ILIMITADO
de 6 A 24h - Todos los días

El deporte 100% low cost



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

MATARÓ

638 414 644

¡SÚPER OFERTA!

~~159€~~

69€/HORA



**JETSKI
MATARÓ**

WWW.JETSKI-MATARO.COM

644 905 770

Espo

Les millors d'Espanya: un títol històric pel Futsal Mataró

El Futsal Cartonajes Pans Futsal Mataró, conjunt amfirió de la fase final del Campionat d'Espanya cadet femení, va guanyar 5

a 0 davant el LBTL Futsal Alcantarilla a les semifinals i a la final va vèncer per 2 a 1 davant el CD El Ejido Futsal. Aquests dos triomfs proclamen les mataronines com a campiones d'Espanya, sumant un títol històric per a l'entitat davant la seva afició. L'actualitat del Futsal Mataró es completa amb les renovacions d'Uri Lupi, Isaac, Pol Novo, Pipa,



Alagi i les arribades de Marc Ponce (Ripollet) i Ricardinho (Cerdanyola). Biel Martí i Aniol Caparrós fan el salt al primer equip ■

Mataró té un campió del món: Lluís Gámez triomfa a Argentina

El patinador mataroní Lluís Gámez s'ha proclamat campió de la final de la World Skate, després de realitzar dos grans programes. La competició es va celebrar aquest passat

mes de juny a Argentina, amb la presència dels millors patinadors cadets del món. Lluís Gámez competeix representant el CPA Santvi de patinatge artístic ■



La força de la Kings League arriba a Mataró

El CE Mataró ha tancat un acord amb un equip la Kings League per dur el seu campus esportiu al Municipal del Centenari. Es tracta dels Saiyans, l'equip que presideix The Grefg. El campus inicia el 26 de juny, va dirigit a nens i nenes d'entre 6 a 17 anys i comptarà amb la participació de jugadors destacats de la Kings League. En total seran cinc setmanes de campus, fins a finals de juliol. L'actualitat futbolística del CE Mataró es completa amb



les incorporacions de Kilian Cabero, Arnau Campos i Massimo Campana, la renovació de Jordi Mola, Miki Garcia i d'Alba i Carla López

amb el femení. Cristina González, jugadora groc-i-negre, ha guanyat la medalla de bronze al campionat d'Europa de futbol platja ■

El Boet avança les plantilles i Juanola renova amb la UE Mataró

Moviments als despatxos del CB Boet Maresme Mataró i de la UE Mataró. El femení del Boet tornarà a intentar l'ascens a la LF Challenge el curs vinent, renovant Blanca Garcia i Queralt Coll. El fitxatge de Nairin de la Torre

suposa una garantia pel bloc d'Enric Cervera. Pel que fa al masculí de Mario Lousame, ha incorporat Imanol Martínez, Pol Bassas i Gerard Rodríguez pel projecte a EBA. A les files de la UE Mataró, l'MPV Jordi Juanola (20 punts per partit el



curs de l'ascens a LEB Plata) seguirà sent groc-i-negre ■

Instants



Entrevista d'en
Lluís parlant sobre
com es va crear
el Desvetllament
Bellugós

Glòria a en Lluís: un llegat Santero etern

Fotos: Lluís Rugama, Manel Subirats & Ramon Casacuberta

**Lluís Hugas ens ha deixat de forma prematura:
diem adéu a un membre històric de la
cultura popular de Mataró**



**Campaner major de Santa Maria i fundador de la
Momerota, els Botargues o la Vella Quaresma**





En Lluís era el geganter més conegut de la Família Robafaves i amb Joan Fradera van canviar el signe de les Santes als anys setanta, revolucionant la colla



També va tirar endavant l'Estrena i va ser qui va crear un dels grans actes de la festa, el Desvetllament Bellugós



Hugas era també una de les ànimes de l'Agrupació Científico-Excursionista de Mataró i un enamorat del Nepal

Estrenes

La recomanació de la setmana



Mira el tràiler
de la sèrie



Los días

Cinema i sèries: Bernat López

'Los días', la brutal sèrie japonesa de Netflix que et recordarà 'Chernobyl' sobre un dels desastres més grans del nostre temps: l'accident nuclear de Fukushima I. Basada en una investigació meticulosa, la sèrie consta de vuit episodis d'uns 55 minuts de durada que presenten un drama de múltiples trames. L'accident és descrit des de tres perspectives diferents amb tot luxe de detalls, abordant la història real de set intensos dies en què es mostra el que realment va passar tenint en compte els punts de vista del govern, la corporació i les persones que van arriscar les seves vides in situ. Una aposta que es podria convertir en la gran sorpresa del catàleg de sèries de Netflix.

Data d'estrena i plataforma

Disponible des del juny a Netflix

Sinopsi

L'11 de març del 2011, un terratrèmol a la costa nord-est del Japó va fer que els reactors actius de la central nuclear Fukushima Dai-ichi apaguessin automàticament les seves reaccions de fissió. Quan el subministrament elèctric va fallar, els generadors dels reactors van començar automàticament a funcionar. Va ser aleshores quan el tsunami de 15 metres d'alçada provocat pel moviment sísmic va superar el dic de contenció de la central, inundant els terrenys inferiors de la planta. El desastre va conduir tres fusions de nucli, tres explosions d'hidrogen i l'alliberament de contaminació radioactiva. El nivell de gravetat de l'incident va ser el mateix que va assolir l'accident de Txernòbil del 1986. Aquesta és la història dels seus protagonistes ■



Unicornios

L'Isa ho té tot. És intel·ligent, maca i segura de si mateixa. Quan en Guillem li proposa ser una parella monògama, la seva relació es trenca.

Direcció: Àlex Lora.

Intèrprets: Greta Fernández.

93 min



Nada

Pierre Anthon i els seus companys acaben de començar el curs quan ell declara que la vida no té sentit i s'enfila a dalt d'un arbre d'on es nega a baixar.

Direcció: Trine Piil Christensen.

Intèrprets: Trine Piil Christensen.

87 min



Últimas voluntades

La Manuela i la Rosario són dues germanes que, després d'anys sense parlar-se a causa d'un secret familiar, es retroben a l'aniversari dels seus néts.

Direcció: Joaquín Carmona.

Intèrprets: Fernando Tejero.

94 min



Repostero y chef

Yazid, que ha crescut en famílies d'acollida, s'ha forjat un caràcter indomable. Per tenir èxit en el món de la pastisseria haurà de superar els seus traumes...

Direcció: Sébastien Tulard.

Intèrprets: Marwan Ameské.

110 min



Un verano con Fifi

Tractant d'escapar-se del seu problemàtic entorn familiar, Sophie, aprofita l'oportunitat d'aconseguir un joc de claus de casa de la seva adinerada amiga Jade.

Direcció: Jeanne Aslan.

Intèrprets: Quentin Dolmaire.

105 min



La jauría

Eliú és empresonat en un centre experimental de menors al cor de la selva tropical colombiana, per un crim que va cometre amb el seu amic El Mono.

Direcció: Andrés Ramírez Pulido.

Intèrprets: Jhojan Estiven.

86 min

A genda

La vida simfònica de Beethoven

L'Orquestra de Mataró, amb prop de trenta músics sota la batuta de Clàudia Dubé, presenta un viatge cronològic per les diverses simfonies de Beethoven, per copsar l'evolució simfònica del compositor, des dels seus inicis fins a la cèlebre Novena Simfonia. El concert està organitzat amb motiu del 25è aniversari de la mort de Jordi Arenas

1 de juliol a les 19:30h | Ca l'Arenas



Si toca
orquestra de
Mataró

EXPOSICIONS

MIRANDA PASTOR. VERDOR

Fins al 7 de juliol

La DestiHeria

L'exposició Verdor, de Miranda Pastor consisteix en una sèrie d'imatges i idees al voltant de la natura i el paisatge contemporani.

IMATGES CONTRA L'OBLLIT

Fins al 8 de juliol

Ateneu Centre Cultural

Diverses persones de la comunitat

palestina a Catalunya obren casa seva per relatar com van haver de fugir "amb el que duïen posat".

LA MISSA DE LES SANTES DE MOSSÈN BLANCH. 175 ANYS

Fins al 22 de juliol

Museu Arxiu de Santa Maria

L'exposició mostra la història de la interpretació de la Missa de les Santes des de l'el 1848 fins a l'actualitat, que arriba als 175 anys.

RÀFOLS CASAMADA

Fins al 24 de setembre

Nau Gaudí

Exposició antològica del pintor Albert Ràfols Casamada amb obres de la col·lecció Bassat.

EXPEDIENT 2619. ART EN DIPÒSIT

Fins al 22 d'octubre

Ca l'Arenas

L'Expedient 2619 identifica dos lots arribats al museu l'11 de maig i 2 d'agost de 1944. Obres de Masriera, Rusiñol, Galwey, monedes, medalles i altres objectes.



La leyenda del beso

A càrrec de Lírca de Sant Andreu i Rafató Teatre. Una tribu de gitanos arriba a un castell ubicat en terres castellanes amb la intenció de demanar al senyor del castell que els deixi acampar a les seves terres, com ja els ho va concedir 20 anys abans el seu pare. Mario, el senyor del castell, que acaba d'arribar d'una cacera, no hi posa inconvenient, però queda tan impressionat per la bellesa d'Amapola —una de les gitanes que viatja amb la tribu— que, a canvi, els demana visitar el seu campament l'endemà i que preparin una festa per a ell i els seus amics, oferint-los els seus cants i danses populars

2 de juliol a les 18h | Teatre Monumental | 11-18-20-20 euros





**SERVEI DE NETEJA
PERE I ANGEL S.L.**

**+ 40
ANYS**

**NOU
SERVEI**

**Neteja i
Desinfecció
Covid Free**

Interior
Exterior



- Desembussos
- Fosses sèptiques
- Netejes 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



Cultura

Comença el compte enrere per Les Santes: el programa, al detall

Cultura: Bernat López

La programació s'iniciarà el dimecres 19 de juliol a la tarda amb l'Estrena i la Proclama a càrrec de mossèn Robert Baró i Cabrera. Però enguany tenim una altra efemèride destacada: fa 40 anys que es va començar a celebrar el Desvetllament Bellugós. Per commemorar aquest aniversari s'instal·laran 15 panots de corten de 60 x 40 cm des de davant de l'Ajuntament a la plaça de Santa Anna.

El dia 22 a la tarda la plaça de Santa Anna tornarà a viure una gran actuació casteller amb la participació de tres de les grans colles del país: els Capgrossos de Mataró, els Castellers de Vilafranca i els Minyons de Terrassa. L'Encesa es veu afectada per la convocatòria d'eleccions i passa a

celebrar-se el mateix dissabte 22 de juliol a les 21h.

El dia 24 serà el torn de la Gegantada que recorrerà diversos carrers de la ciutat amb el lluïment de gegants i nans d'escoles, entitats i col·lectius de la ciutat i de la Família Robafaves.

El dia 25 el tradicional concert de l'Agrupació Musical del Maresme es trasllada al nou espai dels Jardins de l'Escorxador. A continuació les Colles insitucionals es dirigiran Cap a la Crida a l'Ajuntament. L'alcalde farà la Crida a la festa major adreçada a tots els mataronins i mataronines. Com cada any, a les 23.30h la Família Robafaves iniciarà el Desvetllament Bellugós, ballant al ritme del Bequetero fins a la Plaça Santa Anna.

Seguidament l'Escapada a Negra Nit, omplirà els carrers de la ciutat amb el foc de Les Diablesses, la Momerota i el Drac acompanyats de diferents colles de foc d'arreu del país: els Diables de La Llàntia i els Diables Atabalats de Cerdanyola de Mataró, els Diables de Tordera, els Diables Mansuets de Vilassar de Mar, els Diables banyuts de Llavaneres, La Serrallenca (Víbria de Tarragona) i la Lloba de la Madella de Bigues i Riells. La nit no acabarà com és tradició amb la Ruixada, que s'anul·la amb motiu de la sequera. En el seu lloc al Parc Central vell hi haurà la música de l'Orquestra Gira-sol, amb l'espectacle "Fins que surti el sol".

El 27 de juliol comptarà amb l'estructura tradicional del dia

de les santes patrones iniciant-se amb les tradicionals **Matinades** des de diferents punts de la ciutat, a continuació l'**Anada a Ofici**, la **Desfilada** i la **Passada** i acabarà amb el tradicional **Castell de focs** que, davant la bona acollida de l'any passat, es dispararà des de tres punts per tal d'arribar al màxim de gent possible: el **Passeig Marítim** i els barris de **Cerdanyola** i **Vista Alegre**.

La programació musical

Les Santes tornaran a oferir un ampli ventall de propostes musicals, d'estils diversos, amb la intenció d'arribar a tota mena de públic. Es podrà gaudir d'una quarantena de conjunts musicals, tant de Mataró com d'altres punts del país. El front marítim tornarà a ser un dels punts claus dels concerts de la Festa Major amb un gran escenari ubicat a la platja del Varador, al costat del Centre de Natació Mataró (Escenari Espigó). Aquí hi tocaran els mataronins la nit del 27, després dels focs, **The Tyets**, autèntic fenomen musical després de l'edició del seu nou disc. En aquest mateix escenari hi sonarà les havaneres dels grups **Boira** i **Mar Endins**, i els **Gospelsons** (24), l'**Orquestra de Mataró** (22), la **Big Band jazz del Maresme** (26) i l'**Agrupació Musical del Maresme** amb els **Barcelona Gospel Messengers** (29). També acollirà la Festa a la Platja de la nit del 25 de juliol,



que enguany comptarà amb tres discjòqueis femenines, **DJ Enka**, **DJ Jackie-D** i **Chica B DJ**, i que allargaran la festa fins a les 6h. El dissabte 22 se celebrarà la 10a edició de **Les Dissantes**, que torna a la seva ubicació original, el Parc Central vell. La festa solidària que organitzen conjuntament l'Ajuntament i la Fundació El Maresme oferirà 15 hores d'activitat i més de vuit hores de música amb **El Pony Pisador** com a cap de cartell, els mataronins **Boom Boom Fighters & Cookah P**, els maresmencs **Sabana** i el grup de versions **Angangas**. **Les Dissantes** començaran ja a les 11 h amb els **jocs d'en Santi**, a les 19.30 h es farà la festa d'aniversari d'en Santi i a les 20.30 h serà el torn de la tradicional **flashmoob** amb la nova cançó de la festa escrita per **Boom Boom Fighters & Cookah P**. **Durant** tota la jornada hi haurà un mercat

social i food trucks. El Parc Central vell serà un altre dels escenaris amb gran capacitat i és on s'hi farà el concert de l'**Orquestra Gira – sol** (25), la **Revetlla de Festa Major** amb **Hotel Cochambre**, **Les que faltaband** i **The Aguateques** (26)), els **Requisits de Festa Major** amb **La Principal de la Bisbal** (28), el concert de Festa Major amb **La Selvatana** i l'**Espetec Final** amb **La Selvatana** i **La Tribut FM** (29). El nou espai dels Jardins de l'Escorxador acollirà el tradicional **Concert de Banda de l'Agrupació Musical del Maresme** (25) i els concerts de les corals mataronines **La Nota** (23) i el **Cor Madrigalista de Mataró** (26). També s'hi farà el concert de **Barram** el dia 26 amb l'**Orquestrina Trama**. Els Capgrossos de Mataró, després del darrer assaig del dia 21, organitzen el concert de castells amb **Figa Flawas** i **Dj Lin** ■



L'Hospital de Mataró, pioner en laparoscòpia via vaginal, una tècnica que revoluciona la cirurgia ginecològica

Salut: Bernat López

El Servei d'Obstetrícia i Ginecologia de l'Hospital de Mataró va iniciar aquest tipus d'intervencions ara fa un any, i és un dels pocs centres catalans on es realitzen. Es tracta de la tècnica V-Notes, un mètode que combina la cirurgia vaginal amb la laparoscòpica, fent-la encara menys invasiva, i que permet que les pacients no tinguin cicatrius visibles, ja que no es fa cap tall a l'abdomen i les úniques incisions que es realitzen són a l'interior de la vagina. Els principals beneficis són una recuperació postoperatoria més ràpida i amb menys dolor, i la disminució de possibles complicacions com infeccions i



adherències. Pau Carabias, cap del Servei d'Obstetrícia i Ginecologia, destaca que es tracta d'una tècnica que "ha revolucionat la cirurgia ginecològica, ja que permet que una intervenció com la histerectomia, que suposa

l'extirpació de l'úter i que és una de les intervencions ginecològiques més freqüents, pugui passar a ser una cirurgia ambulatoria". En l'últim any, a l'Hospital de Mataró s'han realitzat 22 cirurgies d'aquest tipus ■

L'Hospital s'especialitza com a centre formador

La cirurgia laparoscòpica vaginal requereix una sèrie d'habilitats i de tècniques especials i els ginecòlegs s'han de formar específicament per poder fer aquest tipus d'intervencions. El mes de maig, el Servei d'Obstetrícia i Ginecologia de l'Hospital de Mataró va organitzar un curs sobre "Cirurgia Ginecològica Laparoscòpica Avançada" on es combinava una sessió teòrica amb l'entrenament pràctic al quiròfan amb la realització de dues histerectomies laparoscòpiques via vaginal. Van assistir, entre altres, ginecòlegs de l'Hospital de Calella i de l'Hospital de Viladecans ■

L'empresa mataronina Minoryx Therapeutics, entre les startups del sector salut que més finançament van aixecar el 2022

Salut: Bernat López

Les startups de salut de Catalunya van captar l'any passat finançament per 445 milions d'euros, un 87% més que el 2021, esquivant la crisi financera que afecta el sector a tot el món, segons un informe realitzat per la consultora EY per a la patronal CataloniaBio & HealthTech. L'activitat a Catalunya es va sostenir per tres grans rondes: a l'empresa de tecnologia mèdica Impress (122 milions) i a les biotecnològiques Minoryx Therapeutics i SpliceBio, amb més de 50 milions cadascuna. Sense aquestes operacions, la inversió captada s'hauria reduït un 6%. L'any passat es van tancar 35 rondes, una menys que el 2021 i set



menys que el 2020, però les inversions a cada ronda són més grans. Minoryx Therapeutics té la seu al TecnoCampus i centra la seva activitat en el desenvolupament de fàrmacs per a malalties minoritàries.

Èxit internacional

El passat novembre, Minoryx Therapeutics i el grup Neuraxpharm van anunciar un acord de comercialització a Europa per al fàrmac

estrella de la startup, la leri-glitzazona. L'acord suposa un pagament de fins a 258 milions d'euros per a l'empresa dirigida per Marc Martinell. També rebrà royalties graduals de doble dígit. La investigació de Minoryx ha demostrat que aquest principi actiu és capaç de combatre la X-ALD, una patologia neurodegenerativa hereditària minoritària que afecta tant homes com dones en edat adulta ■



DENTAL 2
clínica dental

PRECIOS 3ª EDAD

Primera visita y
radiografía con
escaner 3D
GRATIS

**ORTODONCIA INVISIBLE
SIN BRAKETS**

**TRATAMIENTOS
DESDE 1.365€**

ACEPTAMOS MUTUAS

FINANCIAMOS

Tel. 937 985 592 · 634 162 472 · @dental2tga · Riera de Cirera, 24 bxs · Mataró

NUEVO TRATAMIENTO

Dr. Joan Caballeria

ÀCIDO HIALURONICO

- Perfilado de labios
- Aumento de labios
- Surco naso geniano

- Código de barras
- Arrugas marioneta
- Mesoterapia facial con vitaminas

***El TecnoCampus
facilita que
empresaris i
empresàries de
gran trajectòria
assessorin de forma
altruista a projectes
empresarials que
tot just comencen***

Dinàmics

Gaudeix del
reportatge en
vídeo



CreixPlus +, el programa on directius sènior ajuden noves start-ups a créixer

Dinàmics: Bernat López

Dins del competitiu món empresarial, les empreses de nova creació s'enfronten a nombrosos desafiaments i obstacles en el seu camí cap a l'èxit. Tot i això, una valuosa estratègia que ha demostrat ser altament efectiva és l'assessorament de directius sènior amb una àmplia experiència en el món empresarial.

Aquests professionals veterans ofereixen coneixements i perspectives úniques que poden marcar la diferència entre creixement i estancament. En aquest sentit, el TecnoCampus compta amb el programa CreixPlus +, iniciativa impulsada per l'ASEN-CAT a través de la qual directius/ves de gran trajectòria

assessoren de forma altruista a projectes empresarials que tot just comencen.

Experiència

Un dels avantatges principals de comptar amb l'assessorament de directius sènior és la seva experiència acumulada al llarg dels anys. Han enfrontat una àmplia



varietat de situacions empresarials i han superat desafiaments similars als quals s'enfronta una empresa de nova creació. El seu coneixement i experiència poden proporcionar una guia inestimable per abordar obstacles i evitar errors comuns. A més, aquests directius poden compartir pràctiques i estratègies que han demostrat la seva eficàcia en el passat, brindant a l'startup un avantatge competitiu.

Contactes

Un altre benefici significatiu de l'assessorament de directius sènior és la seva extensa xarxa de contactes. Aquests professionals han construït

relacions sòlides al llarg de la seva carrera i tenen accés a una xarxa de contactes valuosos. Ja sigui per cercar finançament, establir aliances estratègiques o explorar oportunitats de mercat, l'accés a una xarxa de contactes ben establerta pot obrir portes i accelerar el creixement de l'empresa de nova creació.

Mentoria

L'assessorament de directius sènior no només es tracta de rebre coneixements i contactes, sinó també de comptar amb un mentor experimentat que ofereix orientació i suport. Aquests directius poden actuar com a mentors per als líders de les empreses

assessorades, proporcionant una visió a llarg termini.

Credibilitat

L'associació amb directius sènior amb una reputació sòlida i trajectòria empresarial també aporta un gran valor en termes de credibilitat i confiança. L'experiència i el prestigi d'aquests professionals transmeten un missatge clar a socis potencials, inversors i clients: l'empresa compta amb el suport i el suport de líders respectats al sector. Això pot marcar la diferència en la construcció de relacions comercials sòlides i en l'obtenció de la confiança necessària per a l'èxit empresarial a llarg termini ■



Llar

L'estil Farmhouse Chic

Llar: Eva Remolina - amic.cat

LL'estil de decoració "farmhouse chic" o "granja elegant" és una combinació d'elements rústics i sofisticats que evocuen la sensació d'una casa de camp amb un toc d'elegància. Aquest tipus d'estil s'inspira en les llars de les granges

tradicionals estatunidenques, molt similar a l'estil Shabby Chic. La decoració farmhouse chic proporciona un ambient tranquil, casolà, ple d'encant, però amb aquests tocs de modernitat. Aquestes són les característiques clau

de l'estil de decoració farmhouse chic:

S'utilitza una paleta de colors suaus i neutres, com a tons de blanc, crema, grisa i beix. Aquests colors ajuden a crear una sensació de lluminositat i amplitud en els espais. S'empren materials



naturals com la fusta desgastada, la pedra, el vímet i el lli. Aquests materials aporten calidesa i textura als espais, i reforcen la connexió amb la naturalesa. Els mobles usats són de fusta massissa amb un aspecte desgastat o envellit, sovint amb acabats envellits o pintura saltada. Els mobles solen tenir línies senzilles i funcionals, però amb detalls decoratius. Els elements més vintage o antics són comuns en la decoració farmhouse chic. També poden incloure llums d'aranya vintage, miralls antics,

rellotges de paret antics o accessoris decoratius retro. Aquests detalls afegeixen caràcter i encant a l'espai. Els tèxtils són còmodes i acollidors, com a coixins de cotó, mantes de llana, cortines de lli i catifes de jute. Aquests tèxtils afegeixen calidesa i suavitat als espais. Els detalls decoratius d'estil rústics, com a gerros de ceràmica, cistelles de vímet, objectes de ferro forjat o marcs de fusta desgastada, entre d'altres, ajuden a completar l'estil farmhouse chic. Aquests elements aporten

un toc rústic i autèntic a l'espai. Encara que l'estil farmhouse chic té una estètica rústica, incorpora com hem anat veient elements elegants i sofisticats per a equilibrar l'aspecte de tota la sala ■



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



L'estil nàutic a la decoració

Llar: Eva Remolina - amic.cat

L'estil de decoració Navy, també conegut com a estil nàutic, s'inspira en la mar i la vida marinera. Es caracteritza per l'ús de colors i elements relacionats amb l'oceà, creant una sensació de frescor i tranquil·litat en els espais interiors.

Colors:

Els colors principals en la decoració Navy són el blau marí, el blanc i el vermell. El blau marí ha de ser el to predominant en les parets i els mobles, mentre que el blanc s'utilitza per a detalls i contrastos.

Ratlles i patrons nàutics:

Les ratlles són un element distintiu. Pots incorporar-les en cortines, coixins, catifes o fins i tot en les parets mitjançant paper pintat.

Fusta i elements naturals:

La fusta és un material comú en la decoració Navy, sigui en mobles, paviments o accessoris decoratius. Busca mobles d'aspecte rústic o desgastat per a donar-li un toc mariner.

Tèxtils i materials:

Opta per teles naturals com el

lli o el cotó en cortines, coixins i roba de llit. Aquests materials solen ser lleugers i frescos, la qual cosa s'ajusta a l'estil nàutic.

Accessoris decoratius:

Utilitza accessoris que evocuen la vida en la mar, com a fanals, salvavides, petxines, quadres de vaixells, mapes nàutics.

Il·luminació:

Tria llums que s'assemblin a fanals marins o llums penjants que tinguin forma de boies ■



MINGO

Verticales 1971 S.L.

reformas integrales



- OBRAS EN GENERAL
- TRABAJOS EN ALTURA
- RESTAURACIONES DE BAÑERAS
- REHABILITACIONES DE FACHADA
- PINTURAS EN GENERAL
- IMPERMEABILIZACIONES

✉ mingoverticales@gmail.com

☎ 647 235 314 - 659 230 587



L'estil de decoració Wabi Sabi

Llar: Eva Remolina - amic.cat

Wabi Sabi és un terme japonès que es refereix a una forma d'estètica i filosofia que celebra la bellesa de l'imperfecte, l'incomplet i l'efímer. Aquest corrent de pensament té un fort arrelament en la cultura japonesa, i ha inspirat la decoració d'interiors de moltes cases modernes a tot el món. La decoració Wabi Sabi és un enfocament minimalista i simple que es basa en la idea que la bellesa es troba en la simplicitat i en l'apreciació de la naturalesa i dels objectes que la componen. Es tracta de crear espais que siguin tranquils, relaxants i que

convidin a la reflexió. Els elements clau de la decoració Wabi Sabi consisteixen en la utilització de materials naturals, com la fusta i el bambú, els tons terrosos i neutres, i la incorporació d'elements que mostrin signes de desgast o deterioració, com les esquerdes, les taques i els arraps. Els objectes simples i sense adorns també són fonamentals en la decoració Wabi Sabi, ja que promouen l'atenció al detall i el valor de la simplicitat. Un exemple de la decoració Wabi Sabi és la utilització d'una taula de fusta massissa amb una patina natural, acompanyada

per cadires de bambú. En les parets es poden mostrar obres d'art abstractes o fotografies emmarcades que reflecteixin la bellesa de la naturalesa. Els tèxtils, com les cortines, els coixins i les catifes, poden ser teixits a mà o de fibres naturals com el lli o el cotó. La il·luminació natural és fonamental en la decoració Wabi Sabi, per la qual cosa en la mesura que sigui possible s'han d'evitar les llums artificials i fomentar l'entrada de llum natural. A més, és possible fer ús de les espelmes, que a causa de la seva tènue llum, afegiran un toc càlid i acollidor a l'espai ■

La Màquina del temps

30/06/2022 ▶

30/06/2018 ▶

30/06/2013 ▶



◀ Fa un any...

Mataró posa en marxa un nou servei de serenos

L'alcalde, David Bote, el regidor de Seguretat Pública, Juan Carlos Jerez i el regidor d'Ocupació, Sergi Morales, han presentat el nou servei de serenos. Es tracta d'una prova pilot que té per objectiu millorar la convivència i la percepció de confiança a l'espai públic. L'equip d'agents cívics nocturns (serenos) estarà format per 12 persones contractades per l'Ajuntament.

Fa 5 anys... ▶

Organistes reconeguts mundialment tocaran al Festival Internacional d'Orgue de Mataró

El Festival Internacional d'Orgue Mataró-Barcelona Jaume Isern reunirà una vegada més a destacats organistes de prestigi internacional. La setena edició del Festival (6-19 de juliol) oferirà cinc concerts i altres activitats com visites guiades a l'orgue de Santa Maria i un taller de cant gregorià, entre altres activitats. També es programa un concert al Convent de les Carmelites Descalces.



◀ Fa 10 anys...

Mataró ofereix àpats gratuïts a persones grans necessitades

L'Ajuntament i la Residència Geriàtrica Laia s'han adherit a la campanya "Compartint taula" que té per objectiu oferir àpats, de manera temporal, a persones grans necessitades. A la campanya "Compartint taula" s'hi han sumat 155 serveis de Catalunya que durant el 2013, a través dels menjadors de les residències i centres adherits, oferiran fins a 1.000 àpats diaris gratuïts a gent gran que tinguin necessitats socials i econòmiques.

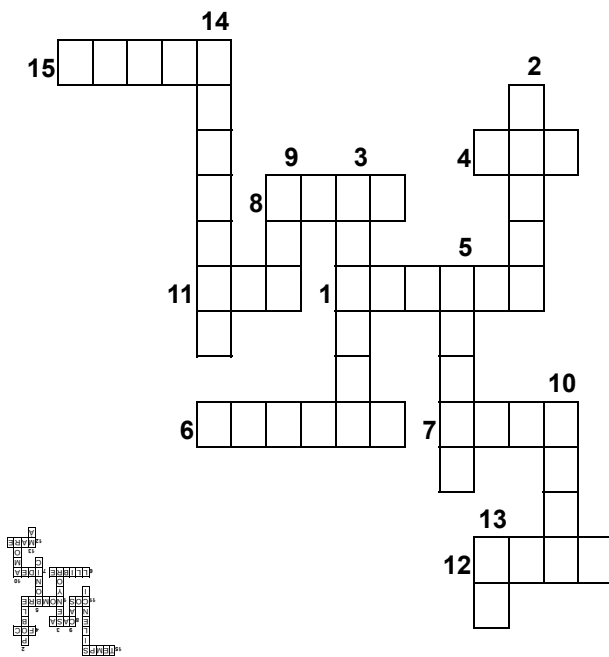


Passatemps

Passatemps facilitats per amic.cat

Mots encreuats

1. Guarisme d'una o més xifres.
2. Població petita. Població. 3. Caballero. Terme de cortesia.
4. Combustió. 5. Agradable de veure. Bell, valent, premiat de certa proporció i bellesa. 6. Conjunt de fulls manuscrits o impreses i reunides formant un volum. Volum, tom.
7. Representació mental d'una cosa. 8. Habitatge. 9. Succés, esdeveniment. 10. Afecte íntim. 11. Substància material.
12. Mama. Femella respecte del seu fill o fills. 13. 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. 14. Manca de soroll. 15. Ordenació cronològica, estat atmosfèric.



Sudokus

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

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

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

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

Horòscops

Horòscop per Roser Bona- amic.cat |



Àries (Del 21/3 al 20/4)

Si vius lluny de la família, projectes un viatge per retrobar-vos. Vols pintar i canviar mobles de casa. Pots coincidir amb un amic de la infantesa de manera molt casual.



Taure (Del 21/4 al 20/5)

La conjunció Venus/Mart pot portar una mica d'impaciència i també que et sentis més actiu. Bon moment per començar una pràctica esportiva. Retrobament amb un amic o germà.



Bessons (Del 21/5 al 20/6)

Si actualment tens dubtes o vius una situació confusa, el teu objectiu serà tenir més certeses. L'economia et preocupa i cerques solucions. Fas alguns canvis dietètics.



Cranc (Del 22/6 al 21/7)

Per molts anys! El Sol entra al teu signe i la Lluna estarà Creixent. És moment de nous començaments. Assoleixes un grau més de maduració i deixes enrere el que ja no et satisfà.



Lleó (Del 22/7 al 23/8)

Període per plantejar-te analitzar alguns errors del passat, sobretot pel que fa al sector de la parella. Sedueixes i no manquen les persones que se senten atretes per tu.



Verge (Del 24/8 al 23/9)

Vols conèixer més gent, ampliant el cercle d'amics i t'apuntes a grups o activitats. Deixa les coses clares i posa atenció als detalls perquè hi ha tendència als obllits.



Balança (Del 24/9 al 23/10)

El Sol transita per Casa X i et poses les piles en el terreny professional. Si fa temps que has decidit ser pare, en aquest període tens més probabilitats d'aconseguir-ho.



Escorpió (Del 24/10 al 22/11)

Estàs cansat de la rutina i necessites vacances. Pots tenir un moment tens o un malentès amb algú de la família política. Reps un bon consell d'una persona d'edat avançada.



Sagitari (Del 23/11 al 21/12)

Pots conèixer algú amb qui es donarà una ràpida connexió i confiança. Reps notícies d'uns diners que et deuen. Cerques fer activitats lúdiques per allar-te dels problemes.



Capricorn (Del 22/12 al 20/1)

Temps de moviment en l'àmbit social i bon moment per exposar el teu treball o els teus talents als altres. Si no tens parella, pots conèixer algú amb intencions serioses.



Aquari (Del 21/1 al 19/2)

A les nits pots experimentar intensos somnis que revelen claus interessants. Si tenies una molèstia de salut sense atendre, et decideixes a cercar un metge o terapeuta.



Peixos (Del 20/2 al 20/3)

Podries conèixer una persona compatible i iniciar una relació sentimental. Si tens fills, compartiu temps de lleure i us divertiu plegats. El teu ànim és més optimista.



**Inserta el teu
classificat online**

Anuncis per paraules

IMMOBILIARIA

Alquilo habitació a señor jubilatado 603 346 840

TREBALL

MATARO: Falta masagista erotica. 936893249

VARIS

COMPRAMOS libros, juguetes, cromos, antigüedades, plumas, puros, licores, conyac, objetos

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

religiosos. Restos pisos, casas. Pago al momento. José Miguel. 679-736-491.

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

Reparatot: Reparaciones y Reformas rapidas. 936 893 249

Mudanzas económicas Maresme. 692 021 141

AMISTATS

FRANQUICIA: Su Agencia matrimonial llaves en mano en 15 dias. 936 893 249

AG. MATRIMONIAL SOL Desde 1995. Seriedad y eficacia. 688290791

EXTASIS. LA BOMBONERA y LA MAR SALADA Tres lugares idilicos para pasarlo bien. CAMI

RAL 613 MATARO 688290791

MES MASSATGE Therapeutics, Esportius i Especials. Bons preus i bones mans!! Cami Ral 613. Mataro. 936893249

PALETA PARTICULAR. Reformas en general. 25 años experiencias. Limpio, rápidos. Precios económicos. 699 20 40 45 www.totreformesmaresme.com

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

ECONÓMICO
670-232-977




**CLASSES DE
BALL
MASSATGES
UNISEX**


**688 290 791
TENIM LA SEVA
PARELLA**


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

Vist a xarxes

◀ **Lull mataroní**

Sortida del Sol des de l'espigó del Port

Foto: Enric Planas.

Font: Grup 'Fotos de Mataró'
a Facebook



◀ **Lull mataroní**

Plaça d'Espanya als anys 70

Foto: Javier Fossas

Font: Grup 'Fotos de Mataró'
a Facebook



Personal

Manuel Cuyàs

L'observador més murri



Testimonis de
valor parlen sobre
Manuel Cuyàs

Bernat López

La secció 'Personal' de la Revista lluro està dedicada a relatar la història de vida de diferents persones, personalitats i personatges interessants de Mataró. En l'edició d'aquest mes de juny ens hem pres la llicència de fer quelcom diferent. Un 'Personal' pòstum. Per què? Us preguntareu. Doncs simplement perquè creiem que, de tant en tant, està bé recordar aquelles persones que han deixat empremta a la nostra ciutat; que han passejat la bandera del 'mataronisme' amb orgull i que han aixecat el més difícil de tots els edificis: el del llegat. Fa 3 anys de la mort d'en Manuel Cuyàs. Sí, ja en fa tres! El temps avança més ràpid que les bales d'una guerra, i per això mateix creiem

positiu fer una aturada a port, respirar, observar d'on venim i dir: Cuyàs, et seguim recordant i et seguim pillant! Un mestre dels bons consells, enamorat de les patates fregides i de les converses intel·ligents, a en Manuel se'l recordarà sempre a Mataró pel seu ritual d'observador murri. Assegut al Bar lluro, amb el seu cafè i aigua amb gas de rigor. Amb això i un diari, en Cuyàs en tenia prou per convertir la seva cadira del bar en una mina d'articles i notícies. Llegia el diari, observava els veïns i veïnes de Mataró passar i vinculava les situacions quotidianes amb elements de més pes global. Després d'observar, pujava cap a casa i fluïa per redactar articles que gairebé li brotaven



sols de les mans. Feia un periodisme de les coses senzilles, tot i ser un gran especialista a l'hora d'explicar el Mataró del restabliment de la democràcia. Tant en podia parlar de la desaparició del xurrer, com de la Missa de les Santes, com d'una cabina telefònica que uns brètols es dedicaven a destrossar dia sí i dia també. Sempre amb la canya a punt, com el més murri dels davanters i amb pura ironia com a segell ■

Mataroní pels quatre cantons

En Manuel era mataroní pels quatre cantons, i en presumia, fins i tot fent referència al many del seu crani i al malnom de 'Capgrossos' amb el qual es coneix als habitants de Mataró. Com a curiositat, dir que en els seus inicis a El Punt, va començar a signar els seus articles com a Emmanuel Cuyàs. Companys seus de l'època diuen que ho feia per diferenciar-se del seu pare, el gran dibuixant Manuel Cuyàs. A El Punt, de seguida es va convertir en un 'mestre de vida' per a molts joves periodistes. Era un xerraire inesgotable i, sobretot, tenia la capacitat d'explicar les coses sempre diferent de la resta. Especialista a portar la contrària, en Cuyàs també era un apassionat del cinema. La seva infantesa va transcórrer, en gran part, en una butaca veient pel·lícules. Ho sabia gairebé tot de Hollywood i de la seva idealitzada Audrey Hepburn. A mi, personalment, hi ha una referència que em sembla mort encertada sobre en Cuyàs, a l'hora de definir-lo com a autor, cronista i periodista. Alguns companys de la premsa li deien el Julio Camba català, per la seva increïble capacitat de fer un article sobre l'element més insignificant. El que l'importava era usar la llengua amb llibertat, precisió i harmonia. El seu sentit de l'humor li permetia no prendre's massa seriosament ell mateix i posar un cert distanciament amb els pronunciaments precipitats i categòrics tan freqüents en l'ofici de periodista. Volem que aquestes línies serveixin de record i per reivindicar la seva figura. En Cuyàs sempre serà present a Mataró, i no per la famosa pintada de 'Cuyàs pillaràs' que en el seu dia va aparèixer al carrer Sant Josep. Als lectors, en Manel ens va fer la vida agradable i, sobretot, ens va ensenyar a descobrir com la curiositat és un element innegociable cap a la felicitat plena ■



Un narrador versàtil

Cuyàs fou cofundador del setmanari 'El Maresme' (1977-82) i de la revista 'Mataró Escrit' (1986-94). Va començar a col·laborar al Punt Diari el 1987 com a articulista d'opinió i en va ser un columnista de referència. Tenia un estil molt personal, ja que acostumava a començar les columnes amb una vivència personal, que li feia de falca per a tractar un tema més general. Quan el Punt del Maresme va aparèixer, el 2 de febrer de 1995, va esdevenir-ne el director editorial. També va treballar de gestor cultural a l'Ajuntament de Mataró i a l'Olimpíada Cultural. El 2001 va ser designat director de l'edició Catalunya del Punt. Com a escriptor, en Cuyàs va publicar una desena de llibres, alguns dels quals van ser traduïts en múltiples llengües. Una de les seves obres més llegides han estat les memòries del president Jordi Pujol i 'El nét del pirata', una autobiografia que parlava de la seva infantesa i s'acabava amb el final de la dictadura franquista. El seu èxit com a autor el va dur a publicar una antologia d'articles que va titular 'Enamorats de l'Audrey Hepburn', amb evocacions de caràcter costumista, referint-se a la gastronomia, les festes populars, el cinema, els viatges, l'ideari femení... ■

Vin Can Margarit



Racó d'en
Margarit



El xiringuito del Maresme

Passeig del Callao, 15 Platja de Mataró

T. 93 790 61 01 · www.canmargarit.com · @can_margarit.com

