

viu[®]

Terrassa & Matadepera

Nº 6 · ANY I · ABRIL 2024
www.viuedicions.com

EXPERTS EN DEPILACIÓ LÀSER

LASER DÍODE D'ALTA POTÈNCIA

La depilació làser més efectiva

RESULTATS DES DE LA PRIMERA SESSIÓ
SESSIONS SENSE ABONAMENTS
PROMOCIONS DE BENVINGUDA

NO SOM FRANQUÍCIA

TAMBÉ
A L'ESTIU

DEPILACIÓ
INDOLORA



Laser Factory[®]
man & woman

📍 Terrassa - Carrer Gavatxons, 11 - 08221 • 972 281 281

📷 @centres_laserfactory 📱 Laser Factory man & woman

www.laserfactory.cat



ENTRANTS

- 1 Amanida Michef
- 2 Amanida amb gambes
- 63 Alga marina amb sèsam i soja
- 3 Rotllet de primavera (6 p.)
- 4 Cresta fregida amb curry (10 p.)
- 5 Patates fregides a troços
- 5a Wan-tun fregit
- 5b Escorça de gambes
- 5c Patates fregides
- 17 Sopa de pollastre i xampinyons
- 18 Sopa agrepicant
- 19 Sopa Michef

ARRÒS I TALLARINES

- 6 Arròs fregit Michef
- 6B Arròs fregit tres delícies
- 7 Arròs fregit amb salsa de soja
- 7A Arròs fregit amb ànec pekin
- 8 Arròs fregit amb gambes
- 8B Arròs fregit amb pollastre
- 9 Tallarines fregits Michef
- 9A Tallarines fregits amb gambes
- 9B Tallarines fregits tres delícies
- 10 Tallarines fregits amb vedella
- 10B Tallarines fregits amb pollastre
- 11 Pa fregit
- 11A Shien Ló Pao (2 p.)
"Bollito" xinès farcit de porc i verdures
- 13 Arròs fregit amb curry i vedella
- 14 Arròs blanc
- 15 Fideus de soja fregits amb gambes
- 16 Fideus xinesos amb gambes a la planxa

GAMBES

- 21 Gambes al punt de sal picant
- 20 Gambes en salsa Michef
- 22 Gambes en salsa de bitxo
- 23 Llagostins fregits (8 p.)
- 24 Gambes sense salsa, amb curry i 5 especies
- 26 Gambes amb bambú i bolets xinesos

VEDELLA

- 30 Vedella en salsa Michef
- 30A Vedella en salsa d'ostres
- 31 Vedella en salsa de bitxo
- 32 Vedella amb pebrot verd
- 33 Vedella sichuan
- 34 Vedella amb xampinyons
- 35 Vedella amb bambú i bolets xinesos
- 36 Vedella amb ceba

POLLASTRE I ÀNEC

- 40 Pollastre en salsa Michef
- 40A Pollastre amb ametlles
- 41 Pollastre en salsa de bitxo
- 42 Pollastre sense salsa, amb curry i 5 especies
- 42A Pollastre amb salsa curry
- 43 Pollastre Gon Bao sense salsa amb picants
- 44 Pollastre amb salsa de llimona
- 45 Pit de pollastre arrebossada fregida
- 46 Aletes de pollastre barbaoca
- 47 Pollastre fregit amb arròs i salsa teriyaki
- 48 Pollastre amb xampinyons
- 49 Pollastre amb bambú i bolets xinesos
- 50 Ànec al punt de sal picant
- 51 Ànec rostit amb salsa especial
- 52M Ànec Pekín 1/2 ració
- 52 Ànec Pekín 1 ració
- 53 Ànec amb bambú i bolets xinesos
- 54 Ànec amb taronja

MENJAR JAPONÈS

- 61 Crestes de carn i verdures (5 p.)
- 62 Crestes de llagostí i verdures (5 p.)
- 64 Yaki udon fregit amb pollastre
- 64A Yaki udon de marisc
- 65 Cresta de pollastre amb curry fregida (5 p.)
- 66 Takoyaki (5 p.)
- 67 Yakisoba de pollastre
- 67A Yakisoba de marisc
- 68 Yakimeshi de pollastre
- 68A Yakimeshi de marisc

PLATS ESPECIALS

- 70 Pollastre a la planxa
- 71 Vedella a la planxa
- 72 Sípia en salsa de bitxo
- 73 Sípia amb pebrot verd
- 74 Assortiment variat "Família Felic"
- 75 Porc agre dolç
- 76 Bambú i bolets xinesos saltejats
- 77 Verdures saltejades
- 78 Sípia amb bambú i bolets xinesos
- 79 Sípia a la planxa
- 80 Arròs amb pollastre al curry
- 81 Gambes a la planxa
- 82 Pollastre estil Hong Kong
- 83 Pollastre fregit amb sèsam
- 84 Pit de pollastre a la planxa amb patates
- 85 Vedella saltejada amb patates fregides
- 86 Sípia fregida amb patates fregides

MENÚ 2A - 2 persones 100

- 1x Amanida Michef
- 1x Rotllet de primavera (6 p.)
- 1x Arròs fregit Michef
- 1x Pollastre amb salsa de llimona
- 1x Vedella amb salsa Michef

23,90€

MENÚ 2B - 2 persones 101

- 1x Amanida amb gambes
- 1x Gyoza (cresta de pollastre)
- 1x Ànec Pekín
- 1x Gambes sense salsa curry

27,90€

MENÚ 3A - 3 persones 102

- 1x Amanida Michef
- 1x Rotllet de primavera (6 p.)
- 1x Arròs fregit Michef
- 1x Pollastre amb salsa de llimona
- 1x Vedella amb salsa Michef
- 1x Tallarines fregides Michef
- 1x Llagostins fregits (8 p.)

37,90€

MENÚ 3B - 3 persones 103

- 1x Amanida amb gambes
- 1x Gyoza (cresta de pollastre)
- 1x Ànec Pekín
- 1x Gambes sense salsa curry
- 1x Arròs fregit Michef
- 1x Tallarines fregides Michef

39,90€

MENÚ 4A - 4 persones 104

- 2x Amanida Michef
- 2x Rotllet de primavera (12 p.)
- 1x Arròs Michef
- 1x Arròs amb salsa de llimona
- 1x Vedella amb salsa Michef
- 1x Vedella amb bambú i bolets
- 1x Llagostins fregits (12 p.)
- 1x Assortiment variat "Família Felic"

45,90€

MENÚ 4B - 4 persones 105

- 2x Amanida amb gambes
- 1x Gyoza (cresta de pollastre)
- 1x Ànec Pekín
- 1x Gambes sense salsa curry
- 1x Arròs fregit Michef
- 1x Tallarines fregides Michef
- 1x Pollastre amb bambú i bolets

46,90€

MENÚ DEL DIA des de **9,55 €**

Inclou beguda i postre.
Preus vàlids per a l'establiment.



廚師長

MI CHEF
MENJAR XINÈS



SERVEI A DOMICILI⁽¹⁾

Comandes **931 425 925** i també a **michef.cat**

CONSULTA
LA NOSTRA
CARTA



Carrer Colom, 34 · Terrassa · @michefterrassa

Horari de dilluns a diumenge de 12:00 a 16:00 i de 19:30 a 23:30 hores.

⁽¹⁾Zones de repartiment: TERRASSA (comanda mínima de 18,00 € + 1,00 € de servei d'entrega a domicili). CAN PARELLADA, LES FONTS I CAN TRIES (comanda mínima de 23,00 € + 1,80 € de servei d'entrega a domicili). MATADEPERA (comanda mínima de 25,00 € + 2,30 € de servei d'entrega a domicili). ⁽²⁾Forma de pagament: targeta de dèbit o crèdit, efectiu o tiquet restaurant. ⁽³⁾Consulta condicions a l'establiment.

ENTREGA AQUEST RETALLABLE
AL REPARTIDOR I ET REGALEM

3€ DE DTE.⁽³⁾

*Vàlid només per a comandes a domicili.



Viu® Terrassa & Matadepera

DIRECCIÓ
Mikel Chumilla

DISSENY I MAQUETACIÓ
Pau Hernández

ADMINISTRACIÓ
Viu Edicions, S.L.

EDITA: Viu Edicions, S.L.
IMPRESSIÓ: Cevagraf, S.C.C.L.
DIPÒSIT LEGAL: B 19478-2023
ISSN EDICIÓ IMPRESA: 2938-6101
ISSN EDICIÓ INTERNET: 2918-611X

Et vols anunciar en aquesta revista?

605 560 642 (Mikel)
mikel@viuedicions.com

Revistes de VIU Edicions
Viu® Manresa
Viu® Terrassa & Matadepera

SEGUEIX-NOS A:
@viuterrassa

Viu Edicions, S.L. no es responsabilitza ni necessàriament comparteix les opinions dels seus col·laboradors i anunciants, les quals pertanyen exclusivament als seus autors.

Prohibida la divulgació, còpia o reproducció, total o parcial dels textos, articles, anuncis o imatges d'aquesta revista sense l'autorització expressa de Viu Edicions, S.L.

Exemplar gratuït, prohibida la seva venda.

www.viuedicions.com

REVISTA RECICLABLE. Està impresa en paper sostenible i tintes vegetals.



8



16



22



30

Sumari **Abril 2024**

7/12 **GASTRONOMIA**

8 El celler del vi
Abadal Mandó de Celler Abadal

10 Viu el Mercat de la Independència
Comprar al Mercat

13/35 **ESTIL DE VIDA, SALUT & ESPORT**

16/17 Història de Terrassa
Can Llobet de Terrassa, d'oliveres i conreu a plaça

18 Benestar
El benestar emocional

22 Salut
Medicina regenerativa contra l'artrosi

30/31 Parlem amb...
Maite Lopez propietària de Natura Centre Dietètic

34/35 Actualitat

36/46 **MOTOR, LLAR & SERVEIS**

38 Motor
5 beneficis de comprar un vehicle de segona mà

42 Llar
5 consells per triomfar en la reforma de la teva cuina

47/51 **CULTURA & OCI**

48/48 Agenda d'activitats culturals
Terrassa i Matadepera

50 Estrenes de pel·lícula



34



38



42



50

Som molt més
que una editorial.

Som la teva agència de publicitat!

REVISTES PUBLICITÀRIES · REVISTES CORPORATIVES
EDICIÓ DE LLIBRES · DISSENY I IMPRESSIÓ DE FLYERS,
CATÀLEGS, TARGETES... · DISSENY GRÀFIC ONLINE I
OFFLINE · DISSENY DE LOGOTIPS · GESTIÓ DE XARXES
SOCIALS · ACCIONS DE MÀRQUETING · PACKAGING
MERCHANDISING · RELACIONS PÚBLIQUES · AGÈNCIA
DE PUBLICITAT I MÀRQUETING · I MOLT MÉS...

Demana'ns més informació:
605 560 642 (Mikel) · mikel@viuedicions.com

viu
Edicions



GASTRONOMIA

El celler del vi

Abadal Mandó

Abadal - D.O. Pla de Bages

Anyada: 2021

Tipus: Vi negre

Varietats: 100% Mandó

Elaboració/envelliment:

12 mesos de criança (en bota de roure i en gerra d'argila).



Color violaci de capa baixa. Brillant.



Un vi que mostra aromes florals, de garrofa i sotabosc, i un fons especiat, de regalèssia i de fruita madura.



La boca és equilibrada, llaminera i rodona, amb un final que recorda la tipicitat aromàtica d'aquesta varietat, la mandó, i una acidesa viva que li confereix llarga vida a la copa. Frescor, elegància i identitat varietal.



Celler ABADAL

08279 Santa Maria d'Horta d'Avinyó

www.abadal.net · @vinsabadal

Botiga, wine bar i visites.

Ruta del Vi
DO PLA DE
Bages

Un espai únic a només 15 min. de Manresa. El celler ofereix experiències enoturístiques conscients, amb els cinc sentits, en perfecte simbiosi amb el paisatge. Hi destaquen activitats com la visita Gourmet, 10 copes, 10 vins, el Brunch Entre Vinyes o el Silenci Entre Vinyes. Servei de Wine Bar.

Informació i reserves:

www.abadal.net · visita@abadal.net · 666 732 969



Secció patrocinada per:



Cofixpres

BAR · RESTAURANT · CAFETERIA



ESMORZA AMB NOSALTRES

Cafè + croissant - 2,40 €

Cafè + donut - 2,00 €

Mini variat + cafè 2,80 €*
*Canvia el cafè per un refresc,
cervesa o aigua per 3,30 €

DISSABTE L'HORA DEL VERMUT

Refresc, vermut o cervesa
i et posem una tapa gratis!*

*Consulta condicions a l'establiment

MENÚ DIARI 11,90 € · MIG MENÚ 8,50 € (plat + beguda + postre o cafè i pa)



C/Salmeron, 238 · Terrassa

RESERVES: 601 570 911

De dilluns a divendres de 7:30 a 17:00 hores

Dissabte de 8:30 a 14:00 hores i dinars amb reserva prèvia

**RESERVA EL LOCAL
PER PETITS ESDEVENIMENTS
O CELEBRAR UN ANIVERSARI!**
Informa't: 601 570 911

Viu el Mercat de la Independència

COMPRAR AL MERCAT

Viu el Mercat de la Independència es una guía que et vol apropar a les parades del mercat municipal. Fruiteries, carnisseries, xarcuteries, peixateries, gastronomia... Tot un món comercial, amb 115 anys d'història, al centre de Terrassa. Descobreix-lo.

Horari d'obertura: De dilluns a dimecres de 7:30 a 14:00 hores // Dijous de 7:30 a 14:00 i de 17:00 a 20:00 hores
Divendres de 8:00 a 20:00 hores // Dissabte de 7:30 a 14:00 hores

Parada 13



LA HUASTEQUITA
PRODUCTES MEXICANS

DEMANA PELS NOSTRES PRODUCTES ELABORATS

De dimecres a dissabte en l'horari habitual del Mercat

747 496 759 (Juana) · www.lahuastequita.es
@lahuastequitadeterrassa

Parada 103-104



L'ENXANETA
Xarcuteria del Mercat

OFERINT QUALITAT I SERVEI DES DE 2009

SELECCIÓ DE FORMATGES, PRODUCTE DE PORC FRESC, IBÈRIC I CURAT, EMBOTITS DE QUALITAT

684 24 02 43 · @l_enxaneta

Parada 6-7



ORIGEN
Cafeteria del Mercat

Cafeteria · Degustació i venda de cafè a granel
Entrepans amb producte de la nostra xarcuteria
Brioixeria · Terrassa exterior

Des de 1999 al Mercat, 25 anys amb vosaltres!

938 548 906 · @origenterrassa · www.origenterrassa.com



MERCAT DE LA
INDEPENDÈNCIA
DE TERRASSA



Aquesta primavera Viu el Mercat
i els seus productes de temporada

Segueix-nos a Instagram: [@mercatindependencia](https://www.instagram.com/mercatindependencia)

Contacta'ns via WhatsApp: **608 975 004**

Horaris i més informació: mercatdelaindependencia.cat

Ajuntament  de Terrassa

CCAM
Consorci de Comerç,
Artisanat i Mòdel
de Catalunya

 Generalitat
de Catalunya

BAR · CAFETERIA

Ets un **artista** o vols fer una petita **exposició de fotos, pintures, escultura** o llegir un tros d'alguna **obra teva?**

Posa't en contacte amb nosaltres! **664 773 922**

Tasta el nostre **café sol** o amb llet per només

1€

La Dolceta

FEM GALETES I BROWNIES PER ENCÀRREC!

Personalitzem l'etiqueta i les emboliquem individualment.

Ideals per a fer un regal o detall de casament, comunió o bateig.

Plaça Comte Guifré, 10, local B (davant de la Policia Nacional) · TERRASSA · **644 773 922**
 @la_dolceta_ · Horari de dilluns a divendres de 8:30 a 17:00 h.

La Paladar
RESTAURANT

Descobreix els nostres **irresistibles plats!**

CARTA · TAPES
 MENÚ DIARI 14,90 €
 TERRASSA OBERTA
 TOT L'ANY

**Paella segons reserva prèvia.*

Passeig de Lluís Muncunill, 5 · TERRASSA · Reserves: 93 428 79 20 · Segueix-nos: @lapaladar1516



**ESTIL DE VIDA,
 SALUT, ESPORT
 & MASCOTES**

Egara

Perruquers

CUIDEM DE TU
I DEL TEU CABELL
DES DE 2015



C/Jacint Badiella, 5, Terrassa · @egaraperruquers
De dimarts a divendres de 10 a 13 i de 16 a 19 h.
Dissabte de 10 a 13:30 h. · Dilluns tancat.

**PÀRQUING
GRATUÏT**

DEMANA LA TEVA CITA: **930 330 038** · **639 410 661**

ENS TROBARÀS DINS LES INSTAL·LACIONS DEL CLUB EGARA



CMB CENTRE
MÈDIC
BUSQUET

PROMOCIÓ
PRIMAVERA
ESTÈTICA FACIAL

**Pack
Rejoeniment IPL**

5 sessions

480€

**Pack
Neuromodulador**

3 zones

290€

**Pack
Àcid Hialurònic**

Ulleres 300€
Codi de barres 300€
Llavis 300€



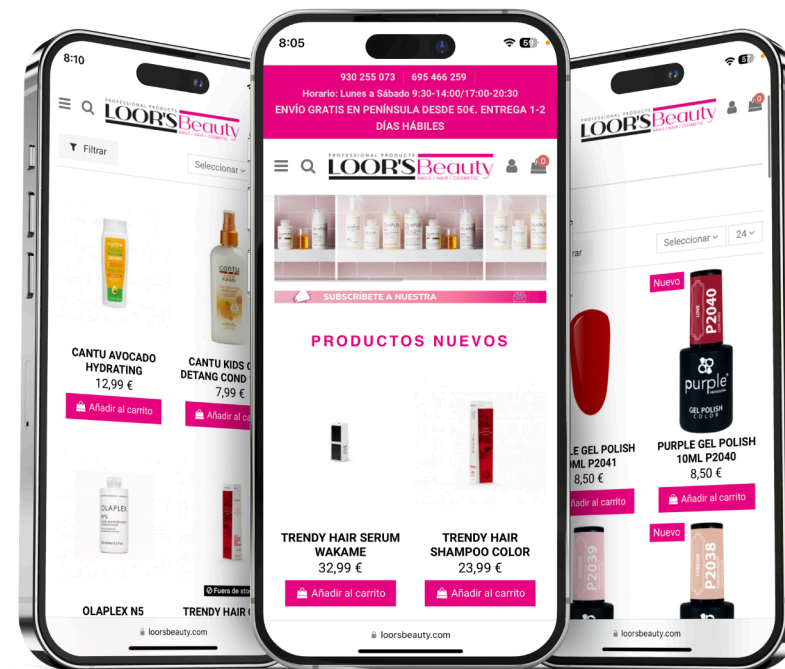
Dra. Neus Busquet Duran
Dra. Sandra Martínez Somolinos

Carrer de Galileu, 280 baixos
08224 Terrassa, Barcelona

93 788 18 59
cmb@newgen.cat

centre_medic_busquet
www.centremedicbusquet.cat

PROFESSIONAL PRODUCTS
LOOR'S Beauty
NAILS / HAIR / COSMETIC



DESCOBREIX LA NOSTRA BOTIGA ONLINE:
WWW.LOORSBEAUTY.COM
TOT EL QUE NECESSITES, EN UN SOL CLICK!

Descobreix les nostres marques



OLAPLEX



MOROCCANOIL

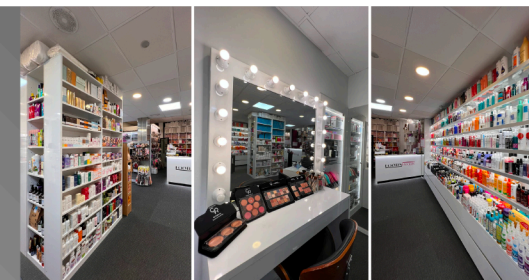
OLIVIAGARDEN

MONTIBELLO

L'ORÉAL

purple

kukit



PRODUCTES PROFESSIONALS DE BELLESA

XAMPÚS, CONDICIONADORS I MASCARETES · STYLING · SÈRUMS · TRACTAMENTS
COLORACIÓ · BARBERIA · UNGLES · ESTÈTICA · MATERIAL DE PERRUQUERIA

Vine i t'assessorem!

Rambla Francesc Macià, 75 · Terrassa · 930 255 073 · 695 466 259 · @loorsbeauty



Can Llobet de Terrassa, d'oliveres i conreu a plaça

Fins a finals dels anys 50 del segle XX, més amunt del pont de la Renfe de la Rambla on ara és l'avinguda de Josep Tarradellas, era la riera del Palau sense cobrir. A la dreta, un camí que vorejava la riera, portava fins a la carretera de Rellinars, passant pel costat de una llarga paret que acantonava l'antic camp de futbol de l'empresa Agut, tal com ens ho recorda l'historiador Joaquim Verdguer en el seu blog.

A l'esquerra de la riera, un altre camí portava a Can Llobet. Aquest mas estava situat al bell mig d'on ara hi ha la plaça Lluís Companys de Terrassa. Era una masia contemporània que era propietària de la majoria de camps de la riba de la riera. Terrenys d'oliveres, de conreu i l'horta al voltant de la masia. Als anys 30 el propietari era Jaume Llobet Rovira.

AIXÍ ERA ELS ANYS 70 DEL SEGLE XX

I sí així era la plaça Lluís Companys de Terrassa als anys 30, fem un salt fins als anys 70. En aquesta imatge captada per Cristóbal Castro podem veure una gran plaça de ciment que ocupava la major part de l'espai i la qual servia perquè infants i adults passessin una bona estona fent esport o fent-la petar:



© Plaça de Lluís Companys els anys 70 · Cristóbal Castro/AMAT.

A finals dels anys 50, es van vendre a l'empresa Agut, una part de terreny de dalt de la carena a tocar de la via del tren, i hi van construir un grup de pisos pels seus treballadors. La necessitat d'ampliar l'empresa va fer desaparèixer el camp de futbol. Les instal·lacions esportives (camp de futbol i pista de bàsquet) es van traslladar a la part alta de la carena, a continuació del grup de pisos. Poc a poc, el mas Llobet va anar venent els seus camps davant la pressió immobiliària del moment. Més al nord es van construir, entre l'any 1966 i 1973 els pisos de Gibraltar, així com l'extensió dels camps d'oliveres entre els pisos de l'Agut i la riera, també es van omplir de edificacions.

Amb la canalització de la riera es va urbanitzar un gran vial que se l'anomenà carrer de Gibraltar. L'any 1988 es va canviar el nom per avinguda de Josep de Tarradellas. Finalment, can Llobet quedà restringit a la masia i les hortes properes, fins que a principis dels anys 70 el mas es va enderrocar i l'espai va quedar com un descampat, del qual els veïns reivindicaren la seva conservació com a plaça. Amb l'entrada de l'Ajuntament democràtic es va remodelar l'espai el qual se l'anomenà plaça Lluís Companys.

Secció patrocinada per:

MonTerrassa
GrupMon

Més notícies a:





El benestar emocional

El benestar emocional és un aspecte fonamental de la nostra salut general que moltes vegades passem per alt. No obstant això, cuidar les nostres emocions i mantenir un equilibri emocional és fonamental per a viure una vida plena i satisfactòria.

El benestar emocional es refereix a la capacitat de gestionar les nostres emocions de manera saludable, permetent-nos experimentar sentiments positius, construir relacions significatives, i afrontar els desafiaments de la vida de manera efectiva.

Per a aconseguir un benestar emocional òptim, és important parar esment a les nostres emocions, identificar i expressar-les de manera adequada, i buscar ajuda professional quan sigui necessari. A més, és fonamental cuidar-nos i adoptar hàbits saludables que promoguin la

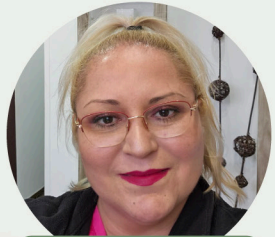
nostra salut emocional, com la pràctica regular d'exercici, l'alimentació balancejada, el descans adequat, i la cerca d'activitats que ens generin plaer i benestar.

La meditació i la relaxació també són eines molt útils per a mantenir l'equilibri emocional, així com l'establiment de límits saludables en les nostres relacions i la pràctica de la gratitud i el perdó.

El benestar emocional és un aspecte clau de la nostra salut general que requereix la nostra atenció i cura constant. En adoptar hàbits saludables i aprendre a gestionar les nostres emocions de manera saludable, podem gaudir d'una vida més plena, satisfactòria i equilibrada. No descuideu el teu benestar emocional, és essencial per a la teva felicitat i qualitat de vida!



Despertares
BY JAZMIN SALOMON
CENTRE DE TERÀPIES MANUALS

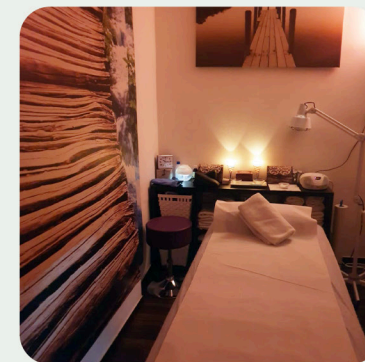


JAZMIN SALOMON



El teu benestar, la nostra prioritat!

OSTEOPATIA · QUIROPÀXIA · QUIROMASSATGE · ESTÈTICA
ESPECIALISTES EN FIBROMIÀLGIA, ARTROSIS, OSTEOPOROSIS I EM



10%

DE DTE. EN MASSATGE D'ESQUENA DE 30 MIN. RELAXANT O DESCONTRACTURANT (LUMBAR O CERVICAL)

PRESENTANT AQUESTA BUTLLETA.
*Consulta condicions a l'establiment.

MASSATGE COMPLET · MASSATGE DESCONTRACTURANT · MASSATGE D'ESQUENA · MASSATGE ESPORTIU
MASSATGE DE CAMES CANSADES (CIRCULACIÓ) · MASSATGE ANTICEL·LULÍTIC · MASSATGE REAFIRMANT
HÈRNIA DISCAL (CONSULTAR) · MOLÈSTIA LUMBAR · TORTICOLIS · CERVICÀLGIA · VERTIGEN · BRUXISME (ATM)
ESQUINÇ · **ESTÈTICA: DEPILACIÓ AMB CERA · PEDICURA · HIGIENE FACIAL · HIDRATACIÓ FACIAL**

C/ Granollers, 3, Local 2 · Terrassa
f Jazmin Salomon
@jazmin.salomon.7

CITA PRÈVIA:

652 590 576

HORARI

De dilluns a divendres
de 10:00 a 19:00 hores



GIL-VERNET MAS

clínica dental



SOMRIU AMB GANES AMB LA NOSTRA ORTODÒNCIA INVISIBLE APTE PER A TOTES LES EDATS!

INVISIBLE Les fundes més transparents del mercat.

IMMEDIATA Resultats des de les primeres setmanes.

CÒMODE No notaràs cap molèstia.

REMOVIBLE No suposa cap impediment per gestionar el nostre dia a dia.

SEGURA Material hipoal·lèrgic i biocompatible.



**LA TEVA CLÍNICA DENTAL AL CENTRE DE TERRASSA
AMB MÉS DE 30 ANYS D'EXPERIÈNCIA.**

TERRASSA · Pl. del Progrés, 13 · 937 890 903 | SALLENT · C/Àngel Guimerà, 18 · 938 371 528
info@gilvernetmas.cat · www.gilvernetmas.cat · @gilvernetmasclinicadental

FINANÇAMENT SENSE
INTERESSOS

PRIMERA VISITA
GRATUÏTA

ATENEM
MÚTUES

Truca'ns al: **937 890 903**

ODONTOLOGIA GENERAL · PERIODÒNCIA · ODONTOPEDIATRIA · ORTODÒNCIA INVISIBLE I CONVENCIONAL
PRÒTESI COMPLETA, FIXA O REMOVIBLE · IMPLANTS CONVENCIONALS I DE CÀRREGA IMMEDIATA EN 24-48 H.
ESTÈTICA DENTAL · CARILLES DENTALS · TRACTAMENTS AMB ÀCID HIALURÒNIC

Medicina regenerativa contra l'artrosi

Quan parlem de **regeneració**, fem referència a la capacitat que té el cos per a **reparar-se a si mateix, substituint cèl·lules velles o danyades per cèl·lules noves i funcionals**. Aquest procés, en molts casos, és una mostra de la complexitat i eficàcia del sistema biològic humà.

No obstant això, en ocasions, aquestes capacitats innates del cos poden ser superades per malalties més greus o per circumstàncies que el cos no pot controlar totalment. Aquí és on intervé la medicina: **en l'última dècada, la medicina regenerativa ha anat guanyant terreny i ofereix noves esperances en el tractament de diverses malalties.**

Teràpies com l'ús de cèl·lules mare, citocines, factors de creixement o altres avenços tecnològics ofereixen noves vies per a millorar la capacitat del cos per a regenerar-se.

A CEMU apliquem aquestes teràpies, amb un percentatge d'èxit molt elevat, en patologies com:

- **L'Artritis i Artrosi**, que causen dolor crònic en les articulacions.
- **Lesions òssies o musculoesquelètiques**, com les lesions esportives o altres lesions agudes que poden conduir a dolor persistent.
- **Dolor postoperatori**. Després de procediments quirúrgics, per controlar el dolor durant la recuperació.
- **Dolor després d'una lesió traumàtica**, com en el cas de lesions a l'esquena o altres lesions físiques.

Els tractaments no necessiten hospitalització, es fan a la pròpia consulta, i en sortir es pot continuar les activitats diàries normalment, amb la limitació de no forçar durant uns dies la zona tractada.



Dr. Miquel Utset i Badiella

Secció patrocinada per:



Plaça del Comte Guifré, 1 (Vapor Gran) · Terrassa
Tel. 937 885 395 · 663 177 417
info@cemu.cat · www.cemu.cat

Segueix-nos:



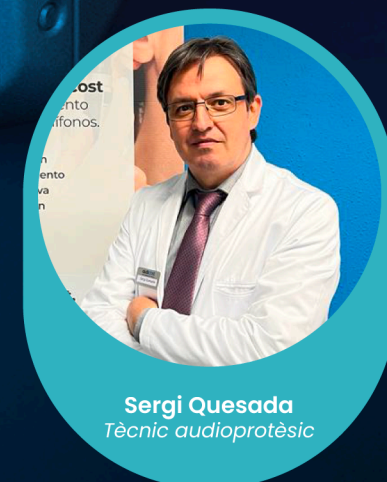
audicost

experts en audiòfons,
líders en preu

* 30 dies amb tu canviaran la teva vida

Prova gratis els **teus audiòfons**
sense cap compromís

- Revisió clínica totalment gratuïta.
- Prova els teus audiòfons 30 dies sense compromís de compra.
- Finançament fins a 24 mesos sense interessos.
- Descomptes directes per a pensionistes i jubilats.
- Minusvalíes: Assessorament en subvencions de la Generalitat. IVA reduït.



Sergi Quesada
Tècnic audioprotèsic

TERRASSA · C. Prat de la Ribba, 4
www.audicostaudiofonos.com

Demana la teva cita
936 697 857

30 ANYS
D'EXPERIÈNCIA EN EL SECTOR

(*) Prova gratuïta d'audiòfons, sense desemborsament inicial amb total garantia de devolució. Termini màxim fins a 30 dies. Durant les revisions de prova, l'audiòleg decideix quan l'audiòfon està ben adaptat, i per tant finalitza el període de prova. Més informació al centre.

PEUCAM

— moda íntima i complements —

Amb tu des de
1985



Primeres marques dona i home

DKNY
DKNY PARISIAN NEW YORK

**PRIMA
DONNA**

BOSS

GUESS

BIKKEMBERGS

Avda. Josep Tarradellas, 60 · 93 789 14 56
@peucam.aurelia · Peucam

P 30 min. gratuïts amb la teva compra
a l'aparcament de la plaça Lluís Companys



*"El meu objectiu es ajudar-te
a trobar aquella peça o accessori
que et faci sentir feliç, maca i
especial, que et faci brillar."*

Molarda

Avda. Josep Tarradellas, 60, Local 2
TERRASSA · 668 583 856
@star_maca_
www.starmacamoda.com



M'agrada quan entro a la botiga i em coneixen

SOC 100% LOCAL

terrassacentre
Impulsem el comerç i els serveis del centre

terrassacentre.com

Ajuntament de Terrassa
Generalitat de Catalunya

Nº1 EN
DEPILACIÓ LÀSER!



Laser Factory®
man & woman

Experts en depilació làser díode

Làser díode d'alta potència

DEPILACIÓ
INDOLORA

TAMBÉ
A L'ESTIU

Packs de Benvinguda

PER NOUS CLIENTS

PACKS DONA

20€ ~~35€~~

Aixelles, engonals i pubis

30€ ~~45€~~

Aixelles, engonals, pubis
i perianal

40€ ~~60€~~

Aixelles, engonals, pubis,
perianal, mitges cames i peus
*CARA O LÍNIA ALBA DE REGAL

50€ ~~70€~~

Aixelles, engonals, pubis,
perianal, cames senceres i peus
*CARA O LÍNIA ALBA DE REGAL

PACKS HOME

50€ ~~70€~~

Abdomen, pit, espatlles
i clatell

60€ ~~80€~~

Abdomen, pit, espatlles,
aixelles, clatell, esquena,
braços i glutis

70€ ~~90€~~

Abdomen, pit, espatlles,
aixelles, braços, cames
senceres i peus

*Promoció vàlida per nous clients en la seva
primera sessió. Consulta condicions al teu
centre Laser Factory més proper.

La depilació làser més efectiva

Resultats des de la primera sessió



Aconsegueix
amb aquest
cupó **5€** addicionals
en el teu Pack!

*Mostra aquest cupó i et fem 5€ dte. addicionals en el Pack Benvinguda que escullis. Vàlid per nous clients, per packs a partir de 45€, zona íntima masculina no inclosa. Vàlid fins al 31/05/24 al centre Laser Factory Terrassa. No acumulable a altres promocions. Consulta les condicions al centre o trucant al 972 281 281.

SENSE ABONAMENTS

PACKS PERSONALITZATS

Terrassa - Carrer Gavatxons, 11 - 08221 • 972 281 281

@centres_laserfactory Laser Factory man & woman

www.laserfactory.cat

1 + a casa



ROBA DE NADONS I COMPLEMENTES

PRODUCTE DE PROXIMITAT



TALLES DE 0 A 4/5 ANYS
PECES DE COTÓ ORGÀNIC
CANASTRETES, REGALS BONICS I DE QUALITAT



DESCOBREIX ELS NOSTRES PRODUCTES COSMÈTICS NATURALS I ORGÀNIC!

Avda. Jaume I, 346, Terrassa · 930 087 940 · 616 291 771 · @pasapas1mesacasa
De dilluns a divendres de 10:00 a 13:30 i de 17:00 a 20:00 hores · Dissabte de 10:00 a 13:30 hores



NATURA
CENTRE DIETÈTIC

+35 anys d'experiència

Mai és tard per cuidar-te
tant per dins com fer fora!



Herboristeria i fitoteràpia



Alimentació eco i natural



Suplementació esportiva



Cosmètica bio



Iridologia i naturopatia



Massatges corporals, facials i tractaments



Servei de dietètica i nutrició

Informa't del servei que millor s'adapta a tu!

C/Amadeu de Savoia, 105, Terrassa
937 890 420 · 618 084 222

www.naturacd.com
@naturacentredietetic

P 30 minuts d'aparcament gratuït al pàrquing de la plaça de Lluís Companys

COMPRA I GUANYA!

Compra i guanya!

Per cada 20€ de compra, et posarem un segell i un cop plena obtindràs 10€ de dte.!*
*Consulta condicions a l'establiment.

ANUNCIA'T: 605 560 642 · mikel@viuedicions.com

TERRASSA

Parlem amb...



Maite Lopez propietària de Natura Centre Dietètic

Com i quan va néixer Natura Centre Dietètic? Des de sempre a casa els avis i pares havien utilitzat les plantes medicinals. El meu germà gran fa 48 anys va posar un herbolari a Terrassa i em vaig enamorar de les teràpies naturals i els beneficis que comportaven a la gent.

Jo estava de secretària a una empresa tèxtil i vaig començar a estudiar botànica medicinal i dietètica. Després d'acabar els estudis, junt amb el meu marit, que també va estudiar Naturopatia, Dietètica, Nutrició i Iridologia, entre d'altres, vam decidir obrir el nostre propi centre a Terrassa. D'això fa ja 36 anys.

Quin tipus de serveis i productes ofereu? Disposem d'un ampli assortit de productes naturals, fitoteràpics, d'herbolari, alimentació bio, suplementació esportiva i cosmètica natural. A més, tenim consulta de Naturopatia, Iridologia i Dietètica i Nutrició. També

ofereix serveis de massatges i tractaments amb productes naturals.

Creus que cada cop més està canviant la tendència en el consum de productes naturals? Cada vegada la gent és més conscient de la importància de cuidar-se, però sí que hi ha encara molta desinformació del que la medicina natural pot fer per prevenir i tractar moltes malalties.

Què és la naturopatia i que la diferencia respecte a la medicina tradicional? La Naturopatia és una forma de medicina no convencional que cerca equilibrar el funcionament de l'organisme amb mitjans considerats naturals i seguint els 5 principis de la doctrina Hipocràtica (no ferir l'organisme amb efectes secundaris, la natura ens aporta productes curatius, identificar i tractar causa, desintoxicar i purificar l'organisme i aprendre de la natura).

No es tracta d'anar en contra o bé no utilitzar la medicina tradicional, sinó que la Naturopatia ens serveix per complementar-la i utilitzar-la a nivell més preventiu.

Està documentat que ja des de temps ancestrals es feia servir l'ús de plantes medicinals amb fins terapèutics. Què ens pots dir sobre la fitoteràpia? Quins usos i beneficis té? Les plantes medicinals van ser la primera eina que va fer servir l'home per a quan no es trobava bé. Per instint, va aprendre a distingir les plantes tòxiques de les que tenien efectes terapèutics.

Avui dia, gràcies als avenços científics, sabem més sobre elles i de les seves aplicacions terapèutiques. A més, tenim l'avantatge de poder fer-les servir en diferents formats més concentrats, com són extractes, xarops, comprimits, etc.

Però hem de ser conscients, que les plantes medicinals també poden tenir interaccions amb altres medicaments i contraindicacions, com per exemple en embarassos, lactància, etc., per això és molt important està ben informat i assessorat.

És important cuidar-se tant per dins com per fora, quins tractaments de bellesa i teràpies ofereu al centre? Oferim tractaments facials i corporals amb productes 100% naturals.

També sou experts en Iridologia, potser no és un servei tan conegut pel públic en general, però a nosaltres ens sembla fascinant. Explica'ns què és i què ens pot indicar. La Iridologia és la ciència que revela els desequilibris patològics i funcionals de l'organisme per mitjà de línies, taques i decoloracions que afecten la trama de l'iris.

L'iris és la part pigmentada del globus ocular, connectat directament a l'encèfal. És per aquest motiu que els trastorns orgànics es reflecteixen a l'iris, ja que estudia la relació de l'iris amb la resta de l'organisme, com una zona reflectida ("tot està en tot").

Molts cops la Iridologia pot semblar estranya i fins i tot màgica, però tot té una explicació nerviosa concreta.

A la trama iridiana podem observar diferents senyals o signes, que seran mostra de la puresa de l'iris, la constitució i la fortalesa. Per exemple, segons la constitució podem saber les debilitats que la persona pot tenir i l'evolució de la malaltia. Entendrem així, que l'iris és la pantalla on s'enregistra tot el que passa al nostre cos.

En un món cada cop més digitalitzat, quines mesures heu adoptat per tal de mantenir-vos al dia? Tenim pàgina web amb botiga online, on ofereix un servei molt eficient i ràpid, ja que amb 24/48 hores es pot tenir la comanda a casa. (www.naturacd.com).

També tenim xarxes socials, com Instagram i Facebook on publiquem informació dels diferents produc-

tes i consells. (@naturacentredietetic). I disposem de servei de WhatsApp per qualsevol dubte o consulta.

A Internet no hi ha fronteres, us arriben comandes d'arreu del país a través de la vostra pàgina web? Sí, de tot el país i inclús ens han arribat a escala d'Europa.

Natura CD té la seva pròpia línia de productes. Parla'ns una mica sobre la vostra marca pròpia. Vàrem apostar per tenir una marca pròpia en diferents productes naturals per oferir la màxima qualitat al millor preu als nostres clients. En tenir menys intermediaris podem tenir uns preus molt competius.



Cada cop més persones són conscients dels beneficis que suposa mantenir uns bons hàbits alimentaris. Des de Natura CD que podeu oferir en aquest àmbit? Comptem amb un Nutricionista especialitzat, que és l'encarregat d'assessorar i planificar uns bons hàbits dietètics per qui ho necessiti.

I per als/les més esportistes? Als esportistes els podem assessorar sobre quin tipus de productes els pot ajudar a millorar el seu rendiment esportiu, depenent del tipus d'esport que facin. A més, el Nutricionista també pot oferir dietes adaptades a les seves necessitats i requisits.

I per acabar, quins consells donaries a algú que vol iniciar un estil de vida més natural i saludable? Sobretot tenir en compte l'alimentació, deixar hàbits tòxics, fer esport i estar ben informat i assessorat per professionals.

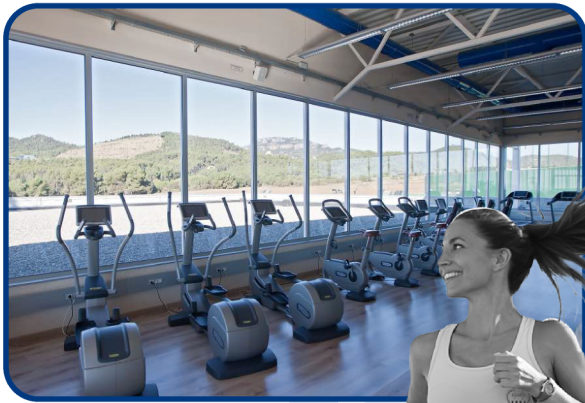
L'equip de Viu Terrassa



ESPORT, SALUT I FAMÍLIA

T'HO POSEM FÀCIL!

- ✓ MATRÍCULA GRATUITA
- ✓ WELCOME PACK
- ✓ CONDICIONS ESPECIALS PER A NOUS SOCIS



Terrassa busca els nens desapareguts en la riudada del 62



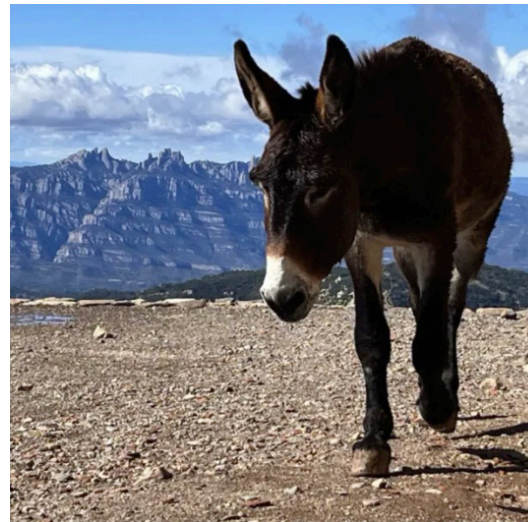
Terrassa inicia el procés de recerca dels nens desapareguts durant la riuada de 1962. Serà la primera vegada que l'Ajuntament entoma la seva responsabilitat amb el que va passar aquella nit tràgica i afronta de cara i sense embuts que la ciutat va viure, molt probablement, la desaparició forçosa de canalla aprofitant el caos que hi havia.

Sota l'empara que dona "la Llei estatal de Memòria Històrica per emprendre processos d'aquestes característiques", es col·laborarà amb l'associació "Niños desaparecidos" per tal de continuar treballant a fons i atraure nous testimonis, declaracions i pistes que puguin derivar en processos de reclamació judicial i investigació.

Es busca, en primer lloc, determinar quants casos de nens i nenes podrien haver estat sostrets i adoptats de manera fraudulenta -es calcula que podrien ser mig centenar- i, més enllà, oferir a les famílies que van perdre un menor la possibilitat de tancar una ferida sabent què va passar realment.

Tota la informació que es reculli es posarà a disposició de les famílies implicades, perquè puguin portar a terme els processos legals, si així ho desitgen, amb les autoritats competents.

Què se n'ha fet de les mules de La Mola?



Una de les preguntes que es feia tothom quan es va tancar el restaurant de La Mola és què passaria amb els animals que dia sí i dia també pujaven el menjar, la beguda i els materials i que baixaven les escombraries. Ja tenim la resposta, que ens arriba de Xavi Gimferrer, un dels responsables del restaurant que ha funcionat 57 anys al cim més alt del Parc de Sant Llorenç.

Tots ara estan col·locats en granges i centres d'animals, a diversos municipis de Catalunya. L'últim que ha trobat casa ha estat el Trabuc. El darrer habitant permanent de La Mola. Va néixer, fa 17 anys, a la quadra de sota els menjadors del restaurant. I probablement, amb el temps s'ha convertit en el guarà Català més fotografiat del país. Ara el podem trobar a la casa de les Oliveres de Sant Llorenç Savall.

La resta de les mules estan repartides. La Barrufa, que està jubilada i fins ara vivia a la finca de Can Cadafalch de Castell del Vallès, el més probable és que vagi al final a una hípica on fan teràpia amb animals, a tocar de Sentmenat. La Morena, la Nina i l'Orus s'han d'adaptar a un centre d'animals situat a Cabrera de Mar (comarca del Maresme), al mas Vinyals.

L'Alaska i el Mario, que eren els més nous i que van arribar a La Mola junts i agermanats, no s'han volgut separar: "No podíem fer-ho, no volíem fer-ho", i s'han traslladat a la Finca Zarcos, ubicada entre els municipis de Sabadell i de Sentmenat, al Vallès Occidental.

la C-16 de Terrassa a Manresa, gratuïta per qui vagi i torni en 24 hores



La c-16 en el tram entre Terrassa i Manresa passarà a ser gratuïta per a tots els vehicles que la facin servir d'anada i tornada durant el mateix dia. És a dir, es podran beneficiar d'aquesta gratuïtat aquells usuaris que creuin d'anada i tornada la mateixa barrera del peatge (la troncal o lateral de Sant Vicenç de Castellet) en un interval màxim de 24 hores.

Aquesta bonificació del 100% està pensada per a les persones que viuen en una comarca (Bages o Vallès Occidental) i treballen a l'altra. Això sí, els usuaris hauran de registrar-se prèviament (de forma gratuïta) i hauran d'utilitzar un sistema de pagament dinàmic (Via-T o App gratuïta Satelise) per beneficiar-se'n. I només serà de dilluns a divendres laborables.

La mesura se suma a la gratuïtat a la ronda de Manresa a la barrera lateral, amb origen o destinació al nord, amb el registre previ de la matrícula del vehicle o qualsevol mitjà de pagament dinàmic (Via-T o App gratuïta Satelise). I es complementarà amb l'homogeneïtzació de la resta de descomptes en dia laborable (de dilluns a divendres no festius) en una bonificació del 40,5 % al tram Manresa-Terrassa per als trajectes en hora punta -de 6,30h a 10:30h i de 17h a 21h, per a totes les categories tarifàries, amb pagament dinàmic.

El Parc de la Desinfecció acollirà una zona per a gossos

Nova zona de lliure circulació d'animals al Parc de la Desinfecció. Terrassa veu néixer un nou espai destinat al lleure dels gossos. Els jardins de Coll i Bacardís, ubicats al barri de Roc Blanc, passaran a ser a partir d'ara territori d'esbarjo també per als de ciutadans de quatre potes.

Es tracta d'una mesura acordada amb usuaris de la zona verda -i que compta amb el vistiplau de l'Associació de Veïns de Roc Blanc-, els quals reclamaven que el barri tingués una àrea en què els peluts poguessin córrer sense estar lligats i poguessin divertir-se. Finalment, s'ha pogut coordinar la mesura amb els diferents serveis municipals implicats.

Això sí, Duque alerta que no serà un "pipican", les 24 hores del dia. Hi haurà un horari restringit -com ja passa amb altres zones de lliure circulació. Així, restarà habilitat amb aquesta finalitat de 7 a 10 del matí i de 7 a 10 de la nit.

Des del govern municipal donen resposta així a la demanda i s'afavoreix que el recinte tingui unes condicions aptes i habilitades per fer-ne aquest ús. "És un parc tancat, en què hi conviuen persones de totes les edats i, també, animals.

D'aquesta manera, els gossos podran anar lliures durant aquesta franja horària, sempre sota la responsabilitat dels seus humans", explica el tinent d'alcalde Noel Duque.

El regidor desitja que es compleixi amb les obligacions i amb les normatives establertes -per exemple, recollir els excrements, perquè així tothom pugui treure el màxim profit de l'espai i generar bona convivència.

Secció patrocinada per:

MonTerrassa
GrupMon

Més notícies a:





ALARXA MOTO *PONS*

Quan es tracta de
la teva moto, no hi ha
marge d'error.

Alarxa, el teu taller
de confiança.



Mecànica integral



Equipament de
diagnosi de tota mena
de motocicletes



Revisió Pre-ITV



Venda de
motocicletes
noves i d'ocasió



Venda i canvi
de pneumàtics



Venda de productes
per al manteniment
de la motocicleta



Accessoris per
a la motocicleta



Recollida a domicili
de la motocicleta



Servei de rènting
per a empreses



MOTOR, LLAR & SERVEIS

Ctra. de Montcada, 153 · TERRASSA

☎ 660 227 593 · alarxamoto@hotmail.com

📱 alarxamotopons

HORARI

De dilluns a divendres de 9:00 a 13:30
i de 15:30 a 19:30 h.



5 beneficis de comprar un vehicle d'ocasió

Comprar un cotxe de segona mà pot ser una excel·lent opció per a aquells que busquen un vehicle en bon estat a un preu més accessible. Et presentem alguns dels beneficis d'optar per un cotxe d'ocasió:

1. Preu més assequible.

Un dels principals beneficis de comprar un cotxe de segona mà és el preu més baix en comparació amb un cotxe nou. Això et permet estalviar una gran quantitat de diners.

2. Menor devaluació.

Els cotxes nous tendeixen a perdre valor ràpidament en els primers anys, mentre que els cotxes de segona mà ja han experimentat aquesta devaluació inicial. Per tant, quan compres un cotxe de segona mà, és menys probable que perdis molt valor en poc temps.

3. Varietat d'opcions.

En comprar un cotxe de segona mà, tens una varietat d'opcions per a triar, ja que hi ha una àmplia gamma de models, marques i estils disponibles en el mercat de vehicles utilitzats.

4. Millor relació qualitat-preu. Quan compres un cotxe de segona mà, pots accedir a models més equipats i amb característiques avançades que, d'una altra manera, et costarien molt més si comprassis un cotxe nou de la mateixa gamma.

5. Historial conegut. En comprar un cotxe de segona mà, generalment es té accés a l'historial complet de manteniment i reparacions del vehicle, la qual cosa et permet conèixer el seu estat i qualsevol possible problema que pugui tenir.

Comprar un cotxe de segona mà pot ser una excel·lent alternativa per a aquells que busquen un vehicle en bon estat a un preu més accessible. Amb una àmplia varietat d'opcions disponibles i la possibilitat d'obtenir una millor relació qualitat-preu, aquesta opció és cada vegada més popular entre els compradors d'automòbils. No dubtis a considerar l'opció d'adquirir un cotxe de segona mà la pròxima vegada que estiguis buscant un nou vehicle!



**EL TEU CONCESSIONARI
D'OCASIÓ DE CONFIANÇA
A TERRASSA**

**Mai ha estat tan fàcil,
comprar o vendre un cotxe!**

VOLS VENDRE EL TEU VEHICLE?

PAS 1: ESCULL UNA OPCIÓ DE TAXACIÓ

Fem la proposta de taxació per WhatsApp, a través del formulari web o presencialment, tu tries!

PAS 2: AGENDA UNA CITA AL NOSTRE CONCESSIONARI

Agenda una data per venir presencialment al nostre concessionari per tramitar la gestió.

PAS 3: ESCULL L'OPCIÓ DE VENDA QUE MILLOR S'ADAPTI A TU

Et proposem dues opcions per gestionar la venda. Informa-te'n.



VOLS RENOVAR EL TEU VEHICLE?



VARIETAT

Descobreix la gran varietat de vehicles que s'adapten a totes les teves necessitats.



CONFIANÇA

Amb la confiança dels nostres clients, RPM Coches s'enorgulleix de poder ajudar-te a escollir el teu vehicle.



FINANÇAMENT

Oferim solucions de finançament adaptades a tu, garantint un procés àgil i sense complicacions.

**COMPRA I VENDA DE VEHICLES · TAXACIÓ EN 15 MINUTS · PAGAMENT A L'ACTE
CANVIS DE NOM · GESTIÓ DE VENDA · LLOGUER DE VEHICLES · FINANÇAMENT A MIDA**

VISITA'NS A Avinguda Béjar, 399 · TERRASSA · **DUBTES? TRUCA'NS AL 690 052 313**
rpmcoches@rpmcoches.com · **WWW.RPMCOCHES.COM** · @rpmcoches



Constructiva del Vallès

CONSTRUCCIÓ · REHABILITACIÓ · REFORMES

PROJECTES · OBRA NOVA · REFORMES INTEGRALS
 REHABILITACIÓ DE TOT TIPUS D'EDIFICIS · BANYS · CUINES · FAÇANES · PISCINES
 PAVIMENTS · MURS DE FORMIGÓ · ESTRUCTURES · MOVIMENTS DE TERRA

Ctra. de Rubí, 451 · Les Fonts, Terrassa · **93 015 14 71** · **646 878 299**
 @constructiva_del_valles · www.constructivadelvalles.es

Perve Aluminios



FUSTERIA D'ALUMINI · MURS CORTINA
 MOSQUITERES · MAMPARES · PORTICONS
 FAÇANES VENTILADES · FAÇANES DE COMPOSITE
 SOSTRES D'ALUMINI · TANCAMENTS D'ALUMINI
 BARANES I REIXES D'ALUMINI

Pressupost sense compromís!
930 151 471
636 796 343
 Ctra. de Rubí, 451 · Les Fonts, Terrassa

lògic interiors

aigua · llum · reformes · fusteria · alumini · terrats · cuines · banys · humitats · pintura

REFORMES INTEGRALS

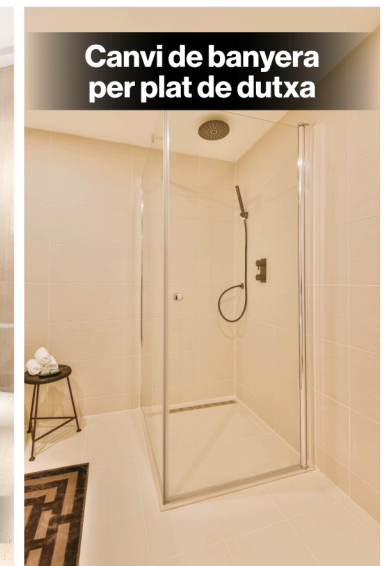
Pensant en fer **REFORMES** a casa teva?



Cuines



Banys



Canvi de banyera per plat de dutxa

Informa't sense compromís: **629 252 956**

QUÈ NECESSITES?

- Penjar un quadre, cortines, mirall, prestatgeries,...
- Canviar bombetes, interruptors, el bombí del pany d'una porta, una frontissa,...
- Arreglar o canviar una aixeta,...
- Arreglar persianes
- Col·locar parquet, accessoris del lavabo,...
- Reparar una cisterna
- Segellar banyeres per evitar humitats
- Substituir banyeres per plats de dutxa
- Desembossar canonades
- Solucionar humitats i goteres
- Impermeabilitzar terrats
- Polir paviments
- Restaurar i recuperar pedra, fusta i ferro

SERIOSITAT · DEDICACIÓ
 OFICI · QUALITAT · ADAPTACIÓ
 POLIDESA · RESOLUCIÓ
 INTUÏCIÓ · EXIGÈNCIA

Carrer Ample, 35 · 08225 Terrassa
629 252 956 · logicinteriors.in@gmail.com

Llar

5 consells per a triomfar en la reforma de la teva cuina

La cuina és un dels espais que més usem dins de la llar i alhora és dels més difícils de resoldre.

Si estàs pensant a reformar la teva cuina, llegeix aquests 5 consells que t'asseguraran l'èxit:

La nova cuina ha d'adaptar-se a les teves necessitats, estil de vida, moment vital... Has de considerar la quantitat de vegades al dia que cuines, si ho fas sol o en família i per a quants comensals és cada menjar que prepares.

Tingues en compte les mesures de l'espai on està la cuina perquè la distribució s'adapti a elles. Les característiques i dimensions de l'espai condicionen la distribució de la cuina, no és el mateix una cuina quadrada o rectangular, tancada o oberta, amb finestra a un espai obert o a un celobert.

Pren atenció a la quantitat de portes que donen a la cuina, dues o més portes creen una línia de circulació dins de l'espai.

Estableix el pressupost destinat a la reforma. La quantitat de d'inversió influeix en l'abast de la reforma, que pot anar des de només canviar el mobiliari fins a donar-li la volta a la distribució per a aprofitar millor l'espai, incloent-hi canvis en la climatització (aire condicionat o terra radiant) i els tancaments (finestres a l'exterior o a l'interior).

Acudeix a un especialista perquè t'ajudi a treure el millor profit del canvi. Un professional preparat i amb experiència en reformes de cuina sap com distribuir l'espai segons les teves necessitats, el teu pressupost i l'espai amb el qual comptes. Aquesta persona és capaç de veure el diamant dins de la roca.

Obra't al canvi. La teva ment s'ha adaptat a la cuina que tens, encara que no sigui funcional, bonica o agradable, no tinguis por del canvi per a obtenir la millor versió que la teva cuina et pot oferir.

Jullye Haynes - Arquitecta



Secció patrocinada per:



Punt de Vista
Arquitectura de la llar



Pius XI, 16, local. 08222 Terrassa
93 693 39 88 | 616 21 09 86
info@punt-de-vista.com
puntdevistatienda.com



activa
serveis immobiliaris

NOVA
promoció
al CENTRE
de Terrassa

Promou

Diagonal
BARCELONA LYON

Comercialitza

activa
serveis immobiliaris

binomik.cat

DR. CABANES / CISTERNA



Habitatges adaptats
per moure't còmodament



Habitatges de **gran qualitat** de 2, 3 i 4 dormitoris amb garatge



Sistema sostenible de climatització i ventilació



Àmplies terrasses



Un futur amb **qualitat de vida**



Plantes baixes de 2 i 3 dormitoris adaptades per a persones amb mobilitat reduïda

93 783 73 36

info@activaserveis.com

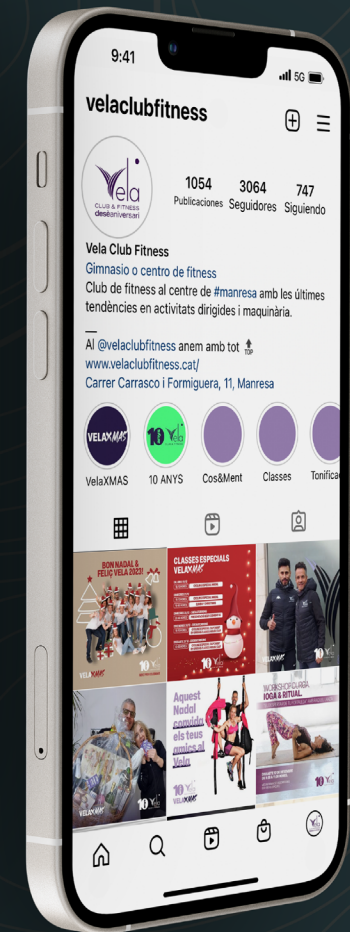
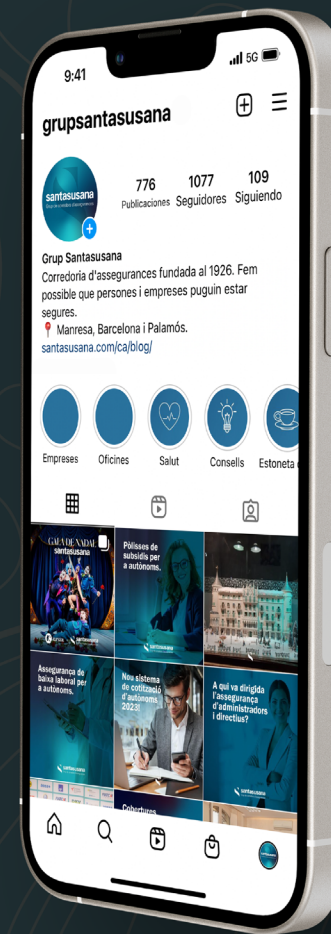
www.activaserveis.com

Pensant en renovar la imatge del teu negoci?

Som la teva *agència creativa!*

Disseny gràfic i web · Branding
Impremta Packaging · Merchandising
Community Màner

Hermz Social Media Plans, tot el que necessites per estar al dia a les Xarxes Socials!



Informa't sense compromís a info@hermz.es

M REFORMAS MALTSEV

TRUCA'NS I INFORMA'T
SENSE COMPROMÍS

633 142 148

carpintero100@hotmail.com (Dmitry)

REFORMES



BANYS · CUINES · RAJOLS · PINTURA
INSTAL·LACIÓ D'AIGUA I LLUM
CANVI DE BANYERA PER PLAT DE DUTXA

FUSTERIA



MOBLES A MIDA
INSTAL·LACIÓ DE PARQUET
PORTES · PORXOS I PÈRGOLES

NOVA WEB: WWW.REFORMASMALTSEV.COM

SEGUEIX-NOS: @REFORMASMALTSEV



ROC BLANC

Gestió de comunitats SL



ADMINISTRACIÓ DE FINQUES
ASSEGURANCES
COMPRA-VENDA I LLOGUER D'IMMOBLES
CANVI DE NOM DE VEHICLES
COMPTABILITAT D'AUTÒNOMS

Carrasco i Formiguera, 10, Local · TERRASSA
93 789 90 47 · 611 509 603 · alexroclanc@gmail.com

aicat
registre d'agents immobiliaris
de Catalunya

O'A
GESTORA
ADMINISTRATIVA
COL·LEGIADA

CULTURA & OCI

Terrassa

Divendres 5 d'abril 20:00 h.

Passió segons Sant Joan de Bach

La Passió segons Sant Joan és una de les obres més importants i transcendents del compositor alemany Johann Sebastian Bach. Escrita al segle XVIII, aquesta obra de música sacra retrata l'agonia, la mort i la resurrecció de Jesús.

Lloc: LaFACT Cultural - Rambla d'Ègara, 340

Preu: 20-28 €

Més informació i compra d'entrades:
www.lafactcultural.cat

Dissabte 6 d'abril 20:00 h.

Todos los ángeles

Todos los ángeles és un projecte de teatre comunitari que neix de la voluntat de mostrar realitats ignorades de Terrassa, la nostra ciutat.

Lloc: Teatre Alegria - Carrer de Gaudí, 15

Preu: Gratuït

Més informació i compra d'entrades:
www.terrassaartsesceniques.cat

Dissabte 13 d'abril 21:00 h.

Mayumama

Viu un viatge a través dels ritmes de la vida. Un còctel explosiu de ball, llums, música i humor amb artistes internacionals que aporten el seu talent extraordinari.

Lloc: LaFACT Cultural - Rambla d'Ègara, 340

Preu: 30-35 €

Més informació i compra d'entrades:
www.lafactcultural.cat

Dissabte 20 d'abril 20:00 h.

Pilobolus Dance Theatre

Quaranta anys després, la companyia americana torna a Terrassa. La prestigiosa companyia de dansa contemporània Pilobolus mira enrere i presenta re:CREATION; una col·lecció de coreografies reconegudes per haver alterat el panorama de la mateixa dansa i del teatre.

Lloc: LaFACT Cultural - Rambla d'Ègara, 340

Preu: 28-35 €

Més informació i compra d'entrades:
www.lafactcultural.cat

Dissabte 20 d'abril 20:00 h.

17 Veces Reloaded

El que queda de manifest a 17 Veces Reloaded és que Faemino i Cansado sempre fan el que els rota i ara, per la seva edat, amb més motiu.

Lloc: Teatre Principal - Plaça de Maragall, 2

Preu: 28 €

Més informació i compra d'entrades:
www.terrassaartsesceniques.cat

Dissabte 27 d'abril 18:00 h. i 21:00 h.

L'Auca del Senyor Esteve

Després de l'èxit del programa de TV3 'El Llop', l'actor i director teatral Àngel Liàcer ha fet una crida a tots els actors amateurs de Catalunya per crear una nova companyia que representarà 'L'auca del senyor Esteve', de Santiago Rusiñol.

Lloc: LaFACT Cultural - Rambla d'Ègara, 340

Preu: 20,00 €

Més informació i compra d'entrades:
www.lafactcultural.cat

Dissabte 27 d'abril 17:00 h.

La motxilla de l'Ada

Una història TRANSformadora i emocionant que ens TRANSportarà al món de l'Ada per veure i viure el seu TRÀNSIT.

Lloc: Teatre Alegria - Carrer de Gaudí, 15

Preu: 10,00 €

Més informació i compra d'entrades:
www.terrassaartsesceniques.cat

Diumenge 28 d'abril 18:00 h.

Abbey Road

Un espectacle en què combina la tecnologia amb l'essència dels Beatles. Un concert de dues hores acompanyat d'una exhibició de llums i projeccions que el converteixen en un espectacle únic a Europa que conquistarà totes les generacions.

Lloc: LaFACT Cultural - Rambla d'Ègara, 340

Preu: 20-28 €

Més informació i compra d'entrades:
www.lafactcultural.cat

FONTS D'INFORMACIÓ: www.lafactcultural.cat
www.terrassaartsesceniques.cat

Matadepera

Dissabte 6 d'abril 18:00 h.

Conferència: "Vida i càncer"

Una conferència que portarà per nom "Vida i càncer: aprendre a viure amb la sofrologia", i que anirà a càrrec del sofròleg Joan-Enric Puig. La xerrada anirà seguida de l'actuació del grup mariner Cantaqueix.

Lloc: Casal de Cultura - Pere Aldavert, 4

Preu: Gratuït

Més informació: www.matadepera.cat

Dimarts 23 d'abril 16:00 h.

Parades de llibres i roses

Com cada any, comerços, entitats i col·lectius del municipi posaran parades pels carrers del centre per vendre llibres i roses.

Lloc: Carrers del centre

Més informació: www.matadepera.cat

Divendres 26 d'abril 11:30 h.

Festa per a la gent gran de Matadepera

El programa d'actes inclourà la missa a l'Església Parroquial de Sant Joan (11.30h) amb l'actuació de la Coral Endavant, un dinar al Pavelló Primer d'Octubre (13.15h), i l'homenatge a les persones majors de noranta anys i als matrimonis que, al llarg de l'any, celebrin les noces d'Or. Els interessats que vulguin l'homenatge caldrà que ho avisin abans del dimecres 17 d'abril al Casal de la Gent Gran.

La festa és de franc per les persones majors de seixanta-cinc anys empadronades a Matadepera i sòcies de l'Associació de la Gent Gran de Matadepera. Acompanyants o persones que resideixin fora del municipi el preu del tiquet és de 24,20 €. Tant aquells que vagin al dinar de franc com els que l'hagin de pagar, caldrà que es recullin els tiquets al Casal de la Gent Gran del 8 al 17 d'abril de dilluns a dijous de 9.00h a 13.00h i de 15.30h a 17.00h, i el divendres de 9.00h a 13.00h. No es donaran tiquets fora d'aquests horaris.

Lloc: Parròquia de Sant Joan - Plaça de l'Església, s/n

Preu: Gratuït (majors de 65 anys i socis Gent Gran) i 24,40 € (acompanyants)

Més informació: www.matadepera.cat

FONTS D'INFORMACIÓ: www.matadepera.cat

Divendres 26 d'abril 19:00 h.

El gaudí porta la premiada "Saben aquell..."

El film que es projectarà serà el multipremiat "Saben Aquell" (David Trueba, 2022). Ambientada a la Barcelona de finals dels 60, Eugenio Jofra, un jove joier, coneix Conchita. L'atracció és instantània i tots dos comencen la història d'amor de les seves vides que culminarà quan Eugenio esdevingui un fenomen de l'humor underground de la ciutat. A poc a poc, entre tots dos aniran construint el personatge: les ulleres, la camisa negra, el tamboret, les cigarretes i el got de tub, que es convertirà en un èxit inesperat en una Espanya deprimida que busca desesperadament riure amb aquest singular còmic que comença tots els seus acudits amb "Saben aquell..."

Lloc: Auditori de l'Escola de Música Frederic Mompou Plaça de Sant Jordi, s/n

Preu: 4,50 € (general) i 3,00 € (amb descompte)

Més informació: www.matadepera.cat

Diumenge 28 d'abril 17:30 h.

Nova sessió del CineXic: "El viatge d'Ernest i Célestin"

Dirigida per Jean-Christophe Roger i Julien Chheng, on se'ns explica la història de l'Ernest i la Celestine, que tornen al país de l'Ernest per poder arreglar el seu preciós violí espatllat. Aleshores, descobreixen que la música ha estat prohibida a tot el país des de fa anys. Amb l'ajuda dels seus còmplices, entre els quals hi ha un misteriós justicier emmascarat, l'Ernest i la Celestine intentaran posar fi a aquesta injustícia, per poder tornar a portar l'alegria al país dels ossos.

Lloc: Auditori de l'Escola de Música Frederic Mompou Plaça de Sant Jordi, s/n

Preu: 4,50 € (general) i 3,00 € (amb descompte)

Més informació: www.matadepera.cat

Ets **una entitat** o **una associació** de **Terrassa** o **Matadepera** i vols que publiquem les **teves activitats** a la nostra agenda mensual?

Envia'ns un correu electrònic a terrassa@viuedicions.com i la publicarem gratuïtament.

Estrenes de pel·lícula



FREELANCE

5/4

DIRECTOR: Pierre Morel // **ACTORS:** John Cena, Alison Brie, Juan Pablo Raba, Alice Eve, Christian Slater, Marton Csokas, Molly McCann, Julianne Arrieta... // **GÈNERE:** Acció, Comèdia

SINOPSI: Un ex agent de les forces especials està atrapat en un soporífer treball d'oficina sense sortida (John Cena). A contracor accepta un encàrrec per a proporcionar seguretat privada a una periodista fracassada (Alison Brie) mentre entrevista a un desprietat - però impecablement vestit - dictador (Juan Pablo Raba). Just quan està a punt d'aconseguir la primícia de la seva vida, esclata un cop militar. Per a sortir amb vida, el peculiar trio ha d'esbrinar com sobreviure als assassins, a la selva i a ells mateixos.



MISIÓN HOSTIL

19/4

DIRECTOR: William Eubank // **ACTORS:** Russell Crowe, Liam Hemsworth, Milo Ventimiglia, Ricky Whittle, Luke Hemsworth, Daniel MacPherson, Gunner Wright... // **GÈNERE:** Acció, Thriller

SINOPSI: Reaper (Russell Crowe) és un pilot de drons de la Força Aèria que dona suport a una missió especial en el sud de Filipines. Després de veure moviment en la jungla durant el seu reconeixement aeri, la situació pren una bolcada inesperada. L'equip de terra, en el qual es troben el sergent Kinney (Liam Hemsworth) i els seus companys, és atacat de manera fulminant i són capturats per un grup d'insurgents. Reaper té 48 hores per a remeiar el que s'ha convertit en una salvatge operació de rescat d'alt risc.



EL ESPECIALISTA

26/4

DIRECTOR: David Leitch // **ACTORS:** Ryan Gosling, Emily Blunt, Aaron Taylor-Johnson, Stephanie Hsu, Winston Duke, Hannah Waddingham, Shakriya Tarinyawat... // **GÈNERE:** Acció

SINOPSI: És un doble d'acció, i igual que tots en la comunitat d'especialistes, surt volant, li desapareixen, s'estavella, es tira des de finestres i cau des de les altures més extremes, tot per al nostre entreteniment. Què podria sortir bé? Colt Seavers (Ryan Gosling) és un doble d'acció marcat per mil batalles, qui, havent deixat el negoci un any abans per a centrar-se en la seva salut física i mental, torna a ser contractat quan l'estrella d'una pel·lícula d'estudi de gran pressupost, dirigida pel seu ex, Jody Moreno (Emily Blunt), desapareix.



MAMÍFERA

26/4

DIRECTOR: Liliانا Torres // **ACTORS:** Maria Rodríguez Soto, Enric Auquer, Ruth Llopis, Anna Alarcón, Mireia Aixalà // **GÈNERE:** Drama

SINOPSI: Lola gaudeix d'una vida feliç amb la seva parella, Bruno, fins que un embaràs inesperat revoluciona tots els seus plans. Encara que Lola sempre ha tingut clar que això de ser mare no va amb ella, ara se sent qüestionada per les expectatives socials i s'enfronta als seus temors interns. Durant els tres dies que han d'esperar fins que arribi la seva cita en la clínica, Lola s'acosta a les seves amigues i la seva família amb la intenció de reafirmar la seva decisió. Bruno tampoc s'havia imaginat mai com a pare. Fins ara.

MOJITOS 2X1

LA TEVA MILLOR NIT, COMENÇA AQUÍ!



HIP-HOP · RNB · REGGAETON · DEMBOW
TRAP · DANCEHALL · BACHATA · COMERCIAL

Ctra. Montcada, 604, Terrassa
684 147 472 · @wknsterrassa

+18 Recomanem un consum responsable.
*Consulta condicions a l'establiment.

WKND'S
SHISHAS & LOUNGE



ASESORÍA COARES

**Compromís personal
amb els nostres clients!**



- Reclamacions per danys, responsabilitat civil i patrimonials a l'Estat
- Declaracions de renda i rendiments fiscals
- Procediments laborals: acomiadaments, eros...
- Dret de família
- Procediments d'incapacitat
- Nacionalitat i estrangeria
- Gestió i administració d'empreses i autònoms
- Pensions de la Seguretat Social, Europees i convenis bilaterals
- Tramitació d'herències i testaments

C/Francisco de Vitoria, 15, local D · Terrassa · 93 780 41 04 · 93 733 92 14
coares@asesoriacoares.com · www.asesoriacoares.com · @asesoriacoares

De dilluns a dijous de 9:00 a 13:00 i de 15:00 a 19:00 hores · Divendres de 9:00 a 13:00 hores