

SANT BOI

Empiezan al fin las obras para reabrir el vial de acceso a Sant Boi desde la C-245

SANT CLIMET

Consenso a la hora de definir los nuevos usos de Cal Altisent, que irán enfocados a la promoción cultural

SANTA COLOMA DE CERVELLÓ

Los hombres de Santa Coloma rechazan la violencia de género

TORRELLES

Del 10 al 12 de noviembre el municipio celebra la Festa Major de Sant Martí

EL PRAT

Campaña de promoción de la práctica deportiva entre los jóvenes de la ciudad



Barcelona Premium Sant Boi



Motorrad

BMW Service

BMW Premium Selection



Concessionari Oficial · Ctra. del Prat, 15 - Sant Boi de Llobregat



www.barcelonapremium.bmw.es

www.redkomunica.com

**Dirección Editorial**

Laura Benítez García

Dirección Comercial

Juan Castilla Medina

Redacción y maquetación

Virginia Gutiérrez

Marta Varillas

Publicidad

Silvia Díaz

Contacto

93 015 33 61

info@redkomunica.com

prensa@redkomunica.com

Gestión y Distribución

Grupo OTO Media, SL

C. Lola Anglada, 1

08840 Viladecans

CIF: B-66171174

Depósito Legal

B 24.314-2014

**Publicación gratuita con
100.000 ejemplares en 5
ediciones, distribuidos en
buzones y comercios
Con CEI (Certificado de
ejemplares impresos)**



komunica

La publicidad que conecta

La Gasol Foundation i l' objectiu "Zero Obesitat Infantil" arriben a Sant Boi

**R. Gasol Foundation**

El passat 19 de setembre l'equip de la Gasol Foundation, amb en Pau i en Marc Gasol al capdavant, van inaugurar la nova seu mundial de la fundació a Sant Boi. L'acte va comptar amb l'alcalde de Sant Boi Lluïsa Moret, en Joan Roca per dur a terme un showcooking saludable amb infants de Sant Boi, amb en Manel Fuentes com a mestre de cerimònies i amb la presència d'amics i col·laboradors de l'entitat. Va ser una petita representació del que la fundació vol dur a terme a la ciutat: una intervenció comunitària on els infants i les seves famílies tinguin tot el protagonisme i on l'esforç coordinat d'entitats i institucions aconseguixi un impacte positiu en la salut de les noves generacions, tot promovent hàbits saludables per tal de reduir les xifres d'obesitat infantil.

**Obesitat Infantil: una epidèmia a nivell global**

Al nostre entorn existeix una problemàtica de salut i social que afecta a molts més infants dels que a vegades pensem. Estem parlant de l'obesitat infantil que la Organització Mundial de la Salut (OMS) ja fa anys alerta que s'ha transformat en una epidèmia a nivell global.

A Catalunya les dades ens alerten que entre la població infantil de 6 a 12 anys, un 19,1% presenta sobrepès i un 12,6% obesi, essent el percentatge d'infants amb excés de pes superior al 31%. A més a més les xifres d'excés de pes ja superen el 30% pels infants de menys de 6 anys evidenciant la necessitat d'actuar ja des de l'etapa preescolar*.

Davant d'aquesta realitat tots els esforços sumen per tal de crear entorns i comunitats que afavoreixin l'adopció i manteniment d'estils de vida saludables. Les institucions públiques, empreses privades, entitats del tercer sector i grups de recerca han de col·laborar per tal de donar una resposta eficient a la problemàtica. La Gasol Foundation neix de la mà dels germans Pau i Marc Gasol, santboians sensibilitzats amb els drets dels infants i que volen contribuir a la prevenció de l'obesitat infantil. L'alimentació equilibrada i saludable, l'activitat física quotidiana i regular, les hores i qualitat del descans i el benestar emocional són els quatre pilars sobre els quals l'entitat fonamenta els seus programes d'intervenció a Espanya i Estats Units.

La nova seu mundial: 400 m2 d'hàbits saludables

L'entitat és molt jove i ja té experiència en l'organització de programes que ofereixin les opcions saludables, durant el temps de lleure, a famílies i infants que resideixen a àrees de baix nivell socioeconòmic on l'epidèmia d'obesitat és més fre-

qüent. Coincidint amb l'establiment de la nova seu mundial de la Gasol Foundation a Sant Boi de Llobregat, l'entitat vol engegar progressivament programes que s'adrecin a les escoles bressol, escoles d'infantil i primària, instituts, centres de salut, centres de lleure i esportius, biblioteques i centres culturals, mercats i comerciants locals, empreses i productors agrícoles i en definitiva tot el teixit social i institucional que a nivell comunitari pot influir positivament en la promoció d'hàbits saludables que afavoreixin la salut i la qualitat de vida dels infants i les seves famílies. Les aliances amb les persones i entitats que ja fa anys que estan treballant en aquesta direcció en el territori són claus per aquesta entitat que arriba amb molta energia i amb la voluntat de lluitar contra l'obesitat infantil des d'una perspectiva integradora i holística.



Per assolir aquest objectiu la Gasol Foundation, gràcies a la cessió del local per part de l'Ajuntament de Sant Boi en el marc d'un conveni de col·laboració per impulsar Sant Boi com a "ciutat de la salut", utilitzarà aquestes noves instal·lacions com a centre d'operacions per dur a terme els seus programes de promoció d'hàbits saludables, on s'impartiran xerrades, sessions de treball, tallers d'alimentació saludable, d'activitat física i sobre la importància del descans i el benestar emocional englobats en una estratègia holística per promoure hàbits saludables i continuar endavant amb el repte "Zero Obesitat Infantil".

Us convidem a sumar esforços i seguir totes les activitats de la Gasol Foundation a: www.gasolfoundation.org. Entre tots i totes podem crear un entorn més saludable pels nostres infants!



EH, TU!

Tranquil, els teus pares ja saben
que si ensenyen aquest anunci
quan passin per caixa, tindran
10€ de descompte*

C.C. Alcampo

c/ Alberedes, 6-12

08830 - Sant Boi de Llobregat

DI a Ds, 9h a 21h

Sant Adrià

c/ Miquel Servet, 4

08930 - St. Adrià del Besòs

DI a Ds, 9:30h a 14h i 16:30h a 20:30h

Sabadell

c/ de l'Abat Otó, 7

08203 - Sabadell

DI a Dv, 8h a 14h i 15h a 19h.

Ds, 8h a 14h

Collblanc

c/ Francesc Layret, 1

08903 - L'Hospitalet de Llobregat

DI a Ds 9:30h a 14h i 16h a 20:30h.



jugueteriatoyssoutlet

* Descompte aplicable en comandes superiors a 60€. Vàlid un cupó per persona i dia. No acumulable amb altres ofertes. Promoció vàlida fins el 30/11/2017..

La veu i el saxo, protagonistes de la XXVI Mostra de Jazz

La 26a edició del certamen santboià apropa a la ciutat tota l'essència del jazz



R. Komunica-Press

Des del passat 20 d'octubre i fins al proper 24 de novembre, el jazz és el protagonista de la l'agenda cultural de la ciutat. La XXVI Mostra de Jazz de Sant Boi fa enguany un homenatge a la veu i al saxòfon, dos imprescindibles en aquest gènere musical. Després que l'any passat arribés al quart de segle, la mostra amplia l'oferta amb més espectacles musicals i activitats paral·leles.

En aquesta ocasió el certamen tornarà a comptar amb la veu de Charmin Michelle (17 de novembre, a Cal Ninyo), acompanyada del músic i saxofonista santboià Toni Solà. El saxo tenor de Harry Allen Quartet serà el convidat internacional (10 de novembre, al Casal de Camps Blancs).



A banda de sis concerts als casals, la programació inclou algunes activitats paral·leles com ara els dos espectacles musicals "There was a fiesta! at Carnegie Hall" (dia 12, a Can Massallera) i "Històries del Jazz" (dia 26, al Casal de Casablanca), que formen part de la Temporada d'Arts Escèniques.

La programació es completa amb activitats que volen fer arribar un coneixement més ampli del jazz al públic familiar. Com a preludi de la Mostra, el passat dia 14 van tenir lloc cercaviles d'ixieland, amb el grup Gumbo Jass Band, als mercats de la Muntanyeta i Ciutat Cooperativa. El dia 2 de novembre al Mercat de Torre de la Vila va acollir una altra cercavila, i abans, el 21 d'octubre, el Spai Carioca va organitzar un concert de bossa-jazz a la plaça del Mercat Vell.

Referent musical

La Mostra de Jazz va néixer l'any 1992 per fer arribar aquest gènere musical a tots els públics. Des d'aleshores s'ha convertit en una cita musical molt esperada que ha sabut crear un públic fidel i entusiasta que omple cada edició els diferents auditoris de Sant Boi.

Reportaje

Legal

ANDRÉS MORANTE
Abogado



Andrés Morante Valverde
Abogado
Rda.Sant Ramón nº120 B
Sant Boi de Llobregat
Tel. 936 303 876
andres@morante.es
www.morante.es

LA LIQUIDACION DEL PATRIMONIO COMUN CON OCASIÓN DEL PROCEDIMIENTO DE SEPARACIÓN O DIVORCIO

Los hechos de transcendencia económica y fiscal que pueden darse con ocasión de una separación o divorcio son diversos. Así, establecer una pensión o prestación económica a favor de un cónyuge y a cargo del otro; las cantidades que deben abonarse en concepto de pensión de alimentos a favor de los hijos y las adjudicaciones de bienes del matrimonio.

Una de las consecuencias que se derivan de todo procedimiento de separación o divorcio es la extinción del régimen económico matrimonial. Con la liquidación del régimen matrimonial se pretende repartir los bienes que los cónyuges hayan adquirido durante el matrimonio. Es lo que se suele llamar adjudicación de los bienes.

Resulta aconsejable proceder a la liquidación del patrimonio común con ocasión del

procedimiento de separación y divorcio, ya que fiscalmente es más ventajoso. La adjudicación de los bienes por separación o divorcio, si se cumplen ciertos requisitos, está exenta de los siguientes impuestos: impuesto sobre la renta, plusvalía municipal e impuesto de transmisiones patrimoniales.

En primer lugar, por lo que hace referencia al impuesto sobre la renta, el artículo 33.2 LIRPF establece que no hay alteración de patrimonio (y por lo tanto no se tributa por IRPF) en la disolución del régimen de gananciales o de participación, así como en la extinción del régimen de separación de bienes si no hay ganancia patrimonial.

Lo mismo sucede respecto a la plusvalía municipal, estando no sujeta a dicho impuesto las adjudicaciones de bienes derivados

de un procedimiento de nulidad, separación o divorcio matrimonial, sea cual sea el régimen económico matrimonial.

Por lo que hace referencia al impuesto de transmisiones patrimoniales, la Ley declara exentas las adjudicaciones que se verifiquen con ocasión de la extinción del régimen económico de gananciales, vía separación o divorcio. Algunas dudas surgen cuando el régimen económico matrimonial es el de separación de bienes, régimen habitual de Cataluña. Ahora bien, tratándose de bienes que estaban en proindiviso, no debería haber ninguna tributación por transmisiones patrimoniales, a menos de que pueda ponerse de manifiesto algún exceso de adjudicación, que cuando afecta a un bien indivisible o a la vivienda habitual, no tributaría.



Productos Extremeños

Todos sus sabores aquí

Ar

Wolán Jacinto Vardaguir 192
Sant Boi de Llobregat
Tel. 93 630 50 83
www.productosextremos.com

VINE A BUSCAR
JAE L CAT À LEG
DE NADAL!



BLACK
~~FRIDAYS~~

FINS **60%** DTE.
MÉS 100 ARTICLES

NOMÉS DEL 18 AL 26 NOVEMBRE

SANT BOI DE LLOBREGAT: C/ Indústria, 17 (cantonada C/ Tres d'Abril (Davant ABACUS) • **VILADECANS:** C.C. VILAMARINA
CORNELLÀ DE LLOBREGAT: C.C. SPLAU • **CORNELLÀ DE LLOBREGAT:** C.C. LLOBREGAT

DRIM.ES

Empiezan las obras para reabrir el vial de acceso a Sant Boi desde la C-245



R. Komunica-Press

Las reivindicaciones institucionales al Ministerio de Fomento demandando soluciones para evitar los colapsos circulatorios que provoca la interrupción de las obras de la variante de la C-245 han dado sus frutos.

Recordamos que las obras de la variante (conexión entre la Ronda Litoral y la autopista A16) llevan más de 2 años paradas por diferentes problemas administrativos y presupuestarios. El último, la entrada en concurso de acreedores de la empresa adjudicataria, Isolux-

Corsán, que impedía la reanudación de los trabajos a corto plazo hasta iniciar una nueva licitación.

Ante esta situación, el pasado mes de julio los municipios, la Diputación de Barcelona y la Generalitat de Cataluña enviaron al Ministerio de Fomento una carta reivindicativa conjunta que exigía la reapertura del vial de acceso a Sant Boi antes inicio del curso escolar, para poder recuperar la situación inicial a la espera de que las obras de la variante se puedan reemprender. Después de muchas conversaciones y reuniones, los trabajos para la reapertura del vial se han iniciado esta tercera semana de octubre. Según el Ministerio de Fomento, la obra implicará la demolición de un muro provisional en el lateral de la carretera y la excavación del terreno para meter el nuevo ramal y eliminar el desnivel existente, y finalizará con la pavimentación de la conexión de la carretera con el vial de acceso al núcleo urbano.

De acuerdo con los planes ministeriales, las obras durarán un máximo de dos meses y tendrán una incidencia mínima y muy puntual en la circulación de vehículos. Por tanto, el vial debería poder reabrirse al tráfico hacia mediados del mes de diciembre. Ahora quedará pendiente otra de las peticiones de los municipios: que el Ministerio de Fomento les entregue un programa de actuación y un calendario sobre el nuevo proceso de licitación de la variante, una infraestructura que ha sufrido, ya desde los JJOO de Barcelona, décadas de retrasos, incidencias y paralizaciones.

Mientras tanto, el Ministerio y la Diputación trabajan para hacer realidad la firma de un convenio para ejecutar el proyecto de desdoblamiento del ramal de conexión entre la BV-2002 y la autovía A2 y el proyecto de ampliación y mejora de la rotonda de Sant Vicenç dels Horts que conecta con estas dos infraestructuras y con la B-23.

Hàbits saludables en l'adolescència

R. Aj. Sant Boi

L'Ajuntament posa en marxa **Connecta't a l'esport**, una oferta de lleure esportiu per lluitar contra el sedentarisme i l'obesitat i per promoure l'activitat física i els hàbits saludables entre els joves de 12 a 16 anys.

La nova oferta, que es posarà en marxa el proper 2 de novembre, consisteix a oferir l'ús de diverses instal·lacions esportives de la ciutat i diverses activitats dirigides, en horari de tarda (de 15.15 h a 17 hores) fora de l'horari escolar. Amb aquesta iniciativa, el consistori vol contribuir a reduir els índexs de sedentarisme i obesitat detectats en les persones joves d'aquestes edats. Les activitats tindran lloc als poliesportius municipals de Can Massallera i La Parellada i al Complex Esportiu Pau Gasol. La inscripció tindrà un cost de 10 € al mes i s'haurà de fer als mateixos centres esportius. En el marc del projecte es recomanarà als nois i les noies una bona alimentació i els menús més adequats de carmanyola o "tupper" per a l'escola o per a després de fer esport.

NUEVAS PROMOCIONES

VILADECANS · ZONA RAMBLA
PISOS DE 2-3 HABITACIONES
PARKING OPCIONAL · TRASTEROS INCLUIDOS
DESDE 179.000€

CORNELLÀ · ZONA CENTRO
PISOS DE 2-3 HABITACIONES
CON TERRAZAS PRIVADAS
DESDE 220.000€

CORNELLÀ · ZONA RIERA
ÚLTIMOS PISOS
DE 2-3 HABITACIONES
DESDE 185.000€

GAVÀ · ZONA AYUNTAMIENTO
PISOS DE 2-3-4 HABITACIONES
PARKING OPCIONAL
DESDE 195.000€



CORNELLÀ
667 649 495 / aincatcornella.es

GAVÀ
663 952 377 / aincatgava.es

SANT BOI
672 281 836 / aincatsantboi.es

VILADECANS
667 649 494 / aincat.es

ESPECTACLE DE DANSA

VEUS CONTRA LA VIOLÈNCIA MASCLISTA

*a càrrec de les escoles
de dansa santboianes*

L'Estudi i Loida Grau

**26 de novembre
a les 12h**

*amb la col.laboració
d'Isabel Oller*

i l'Associació Cultura F

Jardins de Can Castells

*(Centre d'Art. c/Lluís Castells, 1)
Sant Boi de Llobregat, 2017*



www.aixonoesamor.cat



AJUNTAMENT DE
SANT BOI DE LLOBREGAT



Diputació
Barcelona
xarxa de municipis



Generalitat
de Catalunya



Culmina amb ampli consens el procés participatiu per definir els usos de l'edifici de Ca l'Altisent



R. Komunika-Press

La Sala de Plens de l'Ajuntament va acollir aquest mes d'octubre la presentació pública de les conclusions del procés participatiu per definir els usos de l'equipament cultural que es crearà properament a l'edifici de Ca l'Altisent i del que han participat més de 200 persones. Al llarg de l'últim any i mig es treballava en una actuació, tutelada des de la Diputació de Barcelona, que des de l'equip de govern es considerava prioritària i de la que, a més de la ciutadania en el seu conjunt, han pres part entitats, tècnics o regidors tant de l'equip de govern com de l'oposició.

Ca l'Altisent és un edifici de 375 m2 que inicialment s'ampliarà fins els 675 m2 mantenint el seu estil noucentista i preservant molts dels elements representatius d'aquesta edificació. Les conclusions presentades ahir mostren un ampli consens pel que fa als usos que hauran de tenir els diferents espais amb els que comptarà

l'equipament. Així la planta baixa acollirà la **Sala de Lectura** del municipi amb l'objectiu de que esdevingui una zona intergeneracional en la que convivin infants i famílies amb d'altres col·lectius com la gent gran. Pel que fa a la primera i la segona planta aquestes esdevindran espais polivalents dotats tècnicament per a rebre activitats de diferents característiques relacionades amb la cultura com poden ser presentacions de llibres o petites representacions teatrals.

Finalment el procés participatiu també tenia en compte els jardins de Ca l'Altisent. Aquests seran un espai que puguin acollir activitats culturals i en el que es trobin arbres autòctons amb cartells informatius i educatius sobre les espècies que es trobaran allà representades.

Un cop culminat el procés, l'alcalde, Isidre Sierra, ha volgut destacar l'orgull per "l'alta implicació que hem aconseguit. Els climentons i les climentones hem demostrat no només que ens preocupa el futur del nostre municipi, sinó que estem disposats a implicar-nos en ell. Aquest és un projecte clau per a Sant Climent ja que ens servirà per crear un pol d'interès cultural que unirà el Museu d'eines del pagès, la sala de lectura, els propis jardins de Ca l'Altisent i la futura zona d'equipaments que està prevista a la plaça del Llogat Comú".

Reportaje

Bucal



Clínica Dental Gemma Tondo
C/Riera Basté nº3
08830 Sant Boi del Llobregat
Telf. 93.6528359
clínicaht@hotmail.com
FB: dentalherraetzondo

LAS ENCÍAS PUEDEN CAMBIAR TU SONRISA

El agrandamiento gingival es el aumento anormal de las encías. Puede producirse por el acúmulo de sarro por una mala higiene oral, o como respuesta a la toma de algunos medicamentos, entre otras causas. Este trastorno de las encías puede dificultar la masticación y afectar a la estética ya que las encías cubren los dientes haciendo que se vean más pequeños y cuadrados.

curre técnicas quirúrgicas de gingivectomía.

La gingivectomía es un procedimiento quirúrgico que consiste en la eliminación del crecimiento excesivo de las encías. Es una técnica sencilla que se realiza en el gabinete dental bajo anestesia local y no precisa de puntos. El postoperatorio no es doloroso, las molestias se controlan bien



Mantener unos buenos hábitos de higiene dental devuelven a las encías, en la mayoría de casos, su estado saludable. Sin embargo, en algunas situaciones puede persistir la inflamación excesiva de las encías, lo que dificulta aún más mantener una buena limpieza de los dientes. En estos casos se re-

con unos analgésicos, y no interfiere en la rutina diaria del paciente.

La cicatrización completa se produce a las pocas semanas.

Esta cirugía mejora la apariencia de los dientes y de las encías, y devuelve una sonrisa armoniosa.



Dra. Mª Gemma Tondo



Dra. Eva Mª Tondo



Dra. Laura Aguilar



Dra. Katherine Vargas



lisclean
jardinería y limpieza

SERVICIOS DE JARDINERÍA
LIMPIEZA DE COLECTIVIDADES
COMUNIDADES

Pide tu presupuesto sin compromiso.
En Lls Clean disponemos del mejor servicio de limpieza y jardinería para cubrir sus necesidades.



MANTENIMIENTO **JARDINES & PISCINAS** COMUNIDADES

C/ LLUÍS COMPANYS, 19 VILADECANS 649 118 508 · 93 637 58 69 WWW.LISCLEAN.ES

Rebuig a la violència de gènere a la 3a Roda d'Homes



R. Aj. Santa Coloma

Una cinquantena de persones van assistir el passat 25 d'octubre a la 3a Roda d'Homes que es va celebrar al municipi per manifestar el seu rebuig a la violència envers les dones. L'acte va consistir en la lectura del manifest, i es va retre homenatge a les víctimes de la violència masclista amb un minut de silenci. La roda d'homes l'organitza el Grup d'Homes Igualitaris, creat al juliol amb l'objectiu de sensibilitzar sobre temes d'igualtat de gènere. També hi col·laboren el Punt Omnia i la regidoria d'Igualtat de l'Ajuntament. El 25 de novembre es presentarà un fotomuntatge amb les imatges dels homes que s'han fotografiat amb el cartell de la roda d'homes com a mostra de rebuig a la violència de gènere. Trobareu més informació sobre el projecte a www.homesigualitarisscc.blogspot.com.es

Reportatge

Psicologia



Gisela Matas i Montse Guarro
CENTRE DE PSICOLOGIA
CLÍNICA MG
C/ Francesc Macià, 46 1-1
08830 Sant Boi de Llobregat
Telf: 936306586 - 678604546
centredepsicologiaclinicamg@gmail.com
www.centrepsoicologiainmg.com

APRENDRE A ESTUDIAR

Ara ja portem unes setmanes d'escola i alguns ja són veterans en això de fer deures i estudiar a les tardes, però per a d'altres aquest serà el seu primer curs. En aquest nou article us proposem algunes de les pautes més bàsiques a l'hora de fer front a les tasques escolars.

El primer tret que hem de tenir presents és l'actitud que tenen els nostres fills davant les seves tasques escolars. La motivació, el compromís, l'esforç, la flexibilitat i la tolerància a l'error són trets bàsics per fer front a l'estudi. Els estudiants amb millors resultats acostumen a ser els alumnes amb un bon mètode d'estudi, motivats, que confien en les seves possibilitats, que treballen amb compromís i que s'esforcen per superar-se. Potenciar des de casa aquests valors ajudarà als nostres fills a sentir-se segurs i responsables a l'hora d'afrontar qualsevol tasca acadèmica.

Hi ha molts recursos que poden ajudar als nostres fills a tenir un rendiment acadèmic adequat, com ara una bona planificació de la tasca, que els beneficiarà en guanyar temps i en millorar els resultats. Per poder planificar-se de manera apropiada cal fer ús de l'agenda escolar. És necessari apuntar cada dia els deures, els exàmens, treballs, excursions...

sobretot, mirar-la cada tarda i organitzar-la per saber quin serà l'ordre de treball. Si s'apunten els exàmens i després els subratllen amb uns colors fluorescents els resultarà més fàcil identificar-los i així poder preveure quan temps necessiten per estudiar. És important no voler recordar totes les tasques de memòria, ja sabem que de vegades ens pot fallar.

Un altra element bàsic és el lloc on estudien els nostres fills. Cal que sigui una habitació on SE sentin còmodes i que sigui silenciosa, ja que d'aquesta manera els serà més fàcil concentrar-se i treballar. De la mateixa manera és millor treballar sense música, mòbil ni TV. És molt important una bona il·luminació, a poder ser llum natural. La taula ha de ser gran i la cadira còmode, ja que la posició AL seure influeix en la nostra concentració. Damunt la taula només hi haurien de tenir el material necessari per treballar i no elements que els distreguin. Hauriem d'acostumar als nostres fills a treballar sempre en el mateix lloc per evitar distracció i per poder generar una rutina d'estudi. Si a casa hi ha moltes distraccions, És recomanable anar a una sala d'estudi o biblioteca.

Doncs, per estudiar de manera adequada cal:

planificació i constància. Per arribar ben preparats als exàmens no poden deixar l'estudi pel dia abans; cal que la preparació sigui una tasca continua des de principi de curs. Hem de recordar quela millor manera d'anar assimilant els continguts és treballant-los dia a dia i això també farà que puguin seguir millor les classes. Si només estudien el dia abans, potser aproven però la matèria se'ls oblidarà al cap de pocs dies. Una part important de tot aquest procés és fer descansos, aquestes pauses han de ser breus i controlades, d'una durada de 5 minuts. No serà convenient que durant aquest temps es connectin a Internet ni mirem la TV, ja que després els resultarà molt complicat tornar a l'estudi. És millor aprofitar per anar al bany, explicar el que estàs fent als pares... Un cop hagin acabat les tasques escolar, serà el moment per poder-se dedicar a l'oci.

Evidentment, no existeix la fórmula màgica per estudiar, el que és important és que cada alumne tingui el seu mètode eficaç. Alguns els va bé fer resums, d'altres esquemes, uns necessiten explicar-ho en veu alta, altres prefereixen que un cop han repassat els hi preguntin el tema, o bé, fer un simulacre d'examen... de mètodes n'hi ha molts i tots són vàlids. Hem de tenir clar que llegir-se el tema moltes vegades i aprendre-se'l de manera mecànica no acostuma a funcionar, ja que sovint acaben sense entendre el que estudien.

Tenir un bon mètode d'estudi és bàsic pel procés d'aprenentatge present i futur dels nostres fills. Hem de tenir en compte que aquestes tècniques es poden aprendre a qualsevol etapa de la vida i que l'ajuda d'un professional pot proporcionar els recursos que encaixin millor en cada estudiant.



BAÑO COMPLETO

- Derribos y desescombros
- Repaso de instalaciones
- Cerámica de primera calidad en paredes y suelos
- Inodoro, bidé y bañera o plato de ducha
- Grifería monomando

..... **3.950€**
De 3 a 4 m²



CAMBIO DE BAÑERA

Sustitución bañera por plato de ducha hasta 1,20cm

OFERTA BÁSICA..... **585€**
(No incluida la mampara)

OFERTA ESTRELLA..... **999€**
(Incluida la mampara)



COCINA.....ELIJA SU MOBILIARIO DE NUESTRA EXPOSICIÓN ENTRE ESTAS 3 OPCIONES:

- Derribos y desescombros
- Repaso de instalaciones
- Alicatado de paredes y suelos con cerámicas de primera calidad
- Grifería Monomando
- Encimera de granito nacional

..... **5.990€**
De 4 a 5 m²

· GAMMA MEDIA..... **960€***

· GAMMA MEDIA-ALTA..... **1.280€***

· GAMMA ALTA..... **1.998€***

(*Precios para 3mt lineales de altos y bajos, incluyendo remates)

SERIN
SERVICIOS E INSTALACIONES

www.serin128.com

**INSTALADOR AUTORIZADO · SEGURO DE RC EN TODOS LOS SERVICIOS
FINANCIACIÓN A 12 MESES 0% INTERESES**

Tel. 936 308 190 · Fax: 936 308 187 · C/ Rosellón nº128 Bajos
(Ed. Lauro Clariana) 08830 Sant Boi de Llobregat · serin128@hotmail.com

DIVISIÓN DE CLIMATIZACIÓN

CALDERA CONDENSACIÓN..... **1.195€**
(Ariston, Roca, Ferroli)

AIRE ACONDICIONADO PANASONIC de 3000frig. INVERTER..... **895€**

INSTALACIÓN INCLUIDA EN TODOS NUESTROS PRODUCTOS

DIVISIÓN DE INSTALACIONES

Electricidad, Fontanería, Gas
Tratamientos de agua (Osmosis, descalcificadores),
Proyectos de iluminación tipo LED



Torrelles celebra la Festa Major de Sant Martí

Del 10 al 12 de novembre, el municipi gaudirà de la seva Festa Major menuda



R. Komunica-Press

Torrelles celebra un any més la Festa Major de Sant Martí del 10 al 13 de novembre, on la cultura popular és la protagonista indiscutible. Aquesta Festa Major es tira endavant gairebé íntegrament amb la participació directa de les associacions i col·lectius del municipi, apostant per la col·laboració, el voluntariat i l'esperit de comunitat ciutad.

S'anirà escalfant motos el divendres amb la IV edició del Correquintos amb Xaranga, organitzat pel col·lectiu Èxit-Sortida d'Emergència i

amb la Discoteca jove a l'Ateneu Torrellenc (a partir dels 16 anys), a partir de la mitjanit.

Dissabte se celebrarà un dels actes més esperats: el gè Correbous, l'espectacle pirotècnic amb el bou 'Carrasquet' i la vaca 'Galejada' que organitza Els Tres Tombs de Torrelles. A més, els torrellencs i torrellenques podran gaudir amb exhibicions, la Fira de l'intercanvi, el Mercat de Segona Mà, tallers i animació infantil, xocolatada, etc... La jornada de dissabte es clourà amb un sopar popular i el 7è Ball d'envelat amb el grup de versions Tancat per vacances.

Diumenge arrencarà amb un taller d'estelladors per preparar-se pel concurs de Sant Pau i continuaran amb una diada castellera, torneig infantil d'slot i teatre.

Podeu consultar tota la programació al web municipal www.torrelles.cat.



Reportaje



Fotografia

Marc Nogué
20cm Studio
Tlf: 620 25 92 15
marc@20cmstudio.com
www.20cmstudio.com

Foto de producto

Joyerías, tiendas de electrónica, restaurantes, ópticas, fábricas, farmacéuticas y un largo etc. Todos estos negocios venden sus productos, cara al público, a través de su web o a través de canales internos para sus clientes. Y todos ellos tienen algo en común: para vender su producto, primero tienen que mostrarlo. ¿Y cuál es la manera más rápida para mostrarlo a un mayor número de potenciales clientes? Usando una buena fotografía del producto. Una buena foto puede significar el "sí" del cliente para comprarlo.



No se trata sólo de poner el producto encima de la mesa y apretar el botón. Un fondo neutro que no reste protagonismo al producto, una buena composición, la iluminación adecuada y otros muchos factores son los que marcan la diferencia.

Hoy en día, con el comercio electrónico como base de venta i exposición para

muchísimos negocios, las fotografías de producto se han convertido en algo esencial.



La contratación de un buen fotógrafo de producto debe ser algo a tener en cuenta para conseguir mostrar los productos en su forma más óptima.

En 20cmStudio llevamos más de 15 años fotografiando productos para nuestros clientes. Desde joyería, hasta comida, pasando por piezas de automoción, metalurgia, gafas, herramientas o productos de laboratorios farmacéuticos.

Si tienes productos para vender, sea cual sea su categoría, no dudes en contactar con nosotros y te informaremos de nuestros servicios sin compromiso.




Canal Olímpic de Catalunya

MÉS INFO A: ESTADES.EQUACAT@GENCAT.CAT, AL 674 84 85 16 O AL 93 636 28 96

CASAL DE NADAL

CANAL OLÍMPIC DE CATALUNYA





27, 28 I 29 DE DESEMBRE // 2, 3, 4 I 5 DE GENER

CASAL INFANTIL - CASAL JÚNIOR - CASAL DE PÀDEL


Generalitat de Catalunya

esportcat

INSCRIPCIONS A: WWW.CANALOLIMPIC.CAT O AL A RECEPCIÓ DEL CENTRE

El Prat incentiva la pràctica esportiva entre els joves

R. Komunika-Press

L'Ajuntament del Prat de Llobregat vol promoure l'esport durant l'adolescència, així com l'accés en igualtat d'oportunitats a les instal·lacions i activitats esportives de la ciutat. Mitjançant el programa **Club Esport Jove**, facilita tarifes socials perquè, a partir de 20 euros a l'any, els joves del Prat d'entre 12 i 18 anys puguin practicar exercici físic. Aquesta quota de 20 euros anuals permet accedir durant tot el curs escolar als Centres Esportius Municipals (CEM) Estruch i Sagnier entre les 15 i les 18 h, la franja horària amb menys afluència per part de la resta d'usuaris d'aquests equipaments.

Als CEM, els joves poden practicar exercici de forma lliure (futbol, frontó, piscina, sala de fitness, pista poliesportiva, rocòdrom...), o bé participar de les activitats dirigides. També, com a novetat, el programa contempla la possibilitat de realitzar activitats i tallers d'hipica, pàdel, skate o dances urbanes, pagant una quota addicional 15 euros trimestrals.



Reportaje

Inmobiliaria



Elisabeth Niubó
Directora de Oficina
C/ Tres de Abril 23-25, local 3
08830 Sant Boi de Llobregat
Tl. 672.281.836
M. 629 061 411
eliniubo@aincat.com

¿Tienes tu inmueble en venta o alquiler y todavía no tienes el certificado energético? ¡SOS!

Es posible que tengas tu vivienda en venta o alquiler, que estés llevando la comercialización de la venta a nivel particular o que hayas contratado una agencia inmobiliaria para que se encargue de la gestión. El caso es que **sea como sea que quieras llevar su gestión, debes saber que hay obligaciones que debes conocer y asumir sus consecuencias en el caso de no cumplirlas.**

Desde el 1 de Junio de 2013 es obligatorio que todo inmueble, ya sea vivienda o local, disponga de un certificado de eficiencia energética. Esta obligación de mostrar el certificado energético está **regulada en España por el Real Decreto 235/2013**. Esta normativa de certificación energética procede de la Directiva Europea.

La responsabilidad de obtener este certificado es del propietario de la vivienda, quien debe contratar el servicio de un técnico certificador para

obtener su certificado energético.

Esta etiqueta es muy parecida a la de los electrodomésticos, e indica las calificaciones de emisiones y de consumo del inmueble y que ha obtenido con su certificado energético, en una escala que va de la A, la más eficiente, a la G, la menos eficiente.

En la venta de un inmueble, el propietario debe entregar el certificado energético al comprador. Además, el certificado energético debe incluirse en el contrato de compraventa. Y en el caso de alquiler, se debe entregar copia de este certificado al inquilino y también adjuntarlo al contrato de arrendamiento a la hora de depositar la fianza en el organismo oficial que corresponda.

Las multas por alquilar o vender sin el certificado energético suponen una infracción y está sancionado con multas que oscilan entre los 300 y 600 Euros.

La Ley 8/2013 de 26 de Junio, establece las sanciones por incumplimiento de la normativa de certificación energética. Estas sanciones se dividen en tres grupos según la gravedad de la infracción.

Podrías pensar que ya lo tramitarás cuando encuentres un comprador o un inquilino pero debes saber que **no deberías publicar tu vivienda si no dispones de este certificado**, ya que están habiendo inspecciones y corres un riesgo del todo innecesario.

También puedes pensar que puedes **utilizar la excusa del desconocimiento** y/o que el "profesional" inmobiliario no te informó debidamente; pero el desconocimiento de la ley **no exime de su cumplimiento**.

Así pues, puedes hacer oídos sordos, o bien pedir el asesoramiento de un verdadero profesional inmobiliario. El caso es que lo mires por donde lo mires, **como propietario estás obligado a tramitar este certificado y previo a la puesta en venta o alquiler del inmueble**.

En Aincat Inmobiliaria estamos a tu disposición para asesorarte de este y otros trámites que debes tener en cuenta para comercializar la venta o alquiler de un inmueble.

3 DESEMBRE
I CURSA BARCELONA
en marxa contra
EL CÀNCER

PARC DEL FÒRUM

10K

10:00h

5K

11:00h

2,5K

11:15h



CREUA LA META
contra el càncer

INSCRIU-T'HI:
aectenmarxabarcelona.org



SANT BOI

- 15**
Dc

Cinema: Dumiendo con su enemigo. VI Cinefòrum Salut Mental

15-11-2017
18:00 pm
Cal Ninyo
Carrer Major, 43
- 18**
Ds

Música. 3ª edició ACOMPASA'T. Trobada de de grups de percussió

18-11-2017
18:00 pm
Cercavila de Pl. Ajuntament a Pl. Catalunya
- 24**
Dv

Taller infantil. La plastilina fa llum. Juguem amb la electricitat

24-11-2017
12:00 am
Biblioteca J. Rubió i Balaguer
Carrer Baldri Aleu, 6
- 29**
Dc

Xerrada. Fes unes pràctiques professionals a l'estranger amb la Garantia Juvenil

29-11-2017
18:00 pm
Can Massallera
Carrer Mallorca, 30



playmobil
11 i 12 de Novembre
1a Fira lúdica i de col·leccionisme
Poliesportiu La Parellada
+1000 m2 d'exposició i activitats
Totes les activitats són gratuïtes

© PLAYMOBIL/ geobra Brandstätter Stiftung & Co KG. Esta exposició no està organitzada per © PLAYMOBIL/ geobra Brandstätter Stiftung & Co KG.

SANT CLIMENT

- 09**
Dj

Taller Jove per a la igualtat

09-11-2017
18:00 pm
Espai Jove
Taller gratuït.
Inscripcions limitades
- 11**
Ds

Activitat musical per a la gent gran

11-11-2017
19:00 pm
Casal de Cultura
Pau Casals, 1
- 18**
Ds

Sortida cultural. Castell de Peralada i Roses

18-11-2017
08:00 am
Plaça de la Vila
Informació: 696 30 30 18
- 23-26**

Festa Major d'Hivern

23 al 26-11-2017
Durant el dia
Carrers de la ciutat
Sant Climent de Llobregat

SANTA COLOMA DE CERVELLÓ

- 17**
Dv

Taller de Pirogravat

17-11-2017
17:00 pm - 19:00 pm
Centre Cívic Can Baruta
Inscripcions al Centre Cívic
- 19**
Dg

Jugatecambial: Construcció d'estructures amb Canyes

19-11-2017
11:30 am - 13:30 pm
Parc de Can Lluç
inscripcions:
activmuseucienccies@bcn.cat
- 24**
Dv

Club de lectura infantil "Top secret": Violet Park

24-11-2017
17:15 pm
Biblioteca Pilarín Bayés
C/ Josep Ferrer, 4
- 26**
Dg

5ª Marxa El Baix Llobregat Contra la Violència Masclista

26-11-2017
11:00 am
Caminada des de diferents punts de la comarca i arribada al Parc de Torreblanca

TORRELLES

- 09**
Dj

Sessió de curtsmetratges de terror

09-11-2017
17:30 pm
Can Pinyons -Espai d'entitats
www.torrelles.cat
- 10**
Dv

4t Correquintos

10-11-2017
20:30 pm
Plaça Sant Martí (i carrers del centre del pobre)
- 16**
Dj

Curs: Tècniques Feng Shui per millorar en el treball, la salut i l'amor

16-11-2017
09:15 am
Biblioteca M. Pompeu Fabra
Carrer Major, 8
- 30**
Dj

Club de lectura: La rebel·lió dels animals, de George Orwell

30-11-2017
19:00 pm
Biblioteca M. Pompeu Fabra
Carrer Major, 8

EL PRAT

- 11**
Ds

Migas populars

11-11-2017
11:00 am
Centre Cívic Jardins de la Pau
Jardins de la Pau, s/n
- 12**
Dg

3ª Cursa solidària Cornellà - El Prat/ Running 1900

12-11-2017
09:30 am - 12:30 pm
Llera del Riu
www.xipgroc.cat
- 14**
Dm

L'hora dels nadons "Concert de percussió" amb perQuixalla

14-11-2017
17:30 pm
Biblioteca Antonio Martín
Pl. de Catalunya, 39-41
- 18**
Ds

Linkafesta

18-11-2017
16:00 pm
Centre Cívic Jardins de la Pau
Jardins de la Pau, s/n



SANT BOI / Ronda Sant Ramón

NOVA PROMOCIÓ A LA VENDA



T. 93 474 22 44
www.r5r.es



R5R GRUP IMMOBILIARI

Rocío Soler – Fundadora de Luces Solidarias

#1vida5respuestas

“Decidí fusionar mi pasión por la música con mis ganas de ayudar y así organicé mi primer Concierto Benéfico”

Con tan solo 20 años, esta joven barcelonesa estudiante de Música Moderna en el Liceo y de Music Business en SAE, ha conseguido con su proyecto Luces Solidarias recaudar más de 34.000€ para la investigación del cáncer infantil.

1 ¿Cuando y como nació Luces Solidarias?

Luces Solidarias nació hace 2 años. Empecé primero de carrera en el Liceo de Barcelona y a la vez empecé a ser voluntaria del Hospital de Sant Joan de Déu en la planta de oncología infantil. Cuando entré por primera vez en el hospital, supe que tenía que hacer algo para ayudar a la investigación de esta enfermedad tan grave y fue entonces cuando decidí fusionar mi pasión por la música con mis ganas de ayudar y así organicé mi primer Concierto Benéfico.

2 Sois un grupo de gente muy joven, ¿verdad?

Sí, yo soy la fundadora y el miembro más joven. Ahora tengo 20 años pero empecé con 18 y los demás tienen entre 21 y 23 años. En mi caso y según mi experiencia he visto como los jóvenes se han implicado en el proyecto de Luces Solidarias, tanto

los miembros del equipo como los cientos de jóvenes que han venido a nuestros conciertos. Además siempre he percibido una gran admiración por su parte hacia el proyecto. Creo que se debería confiar más en la gente joven. No tenemos experiencia, pero tenemos intactas nuestras ganas y nuestra motivación.

3 En menos de un año habéis conseguido recaudar más de 34.000€. ¿Esperabais este éxito?

No esperábamos este éxito porque todo era nuevo para nosotros y no sabíamos muy bien cómo iba a reaccionar el público que viniera a nuestro concierto y las empresas que lo patrocinaran. Lo que sí que esperábamos era dar el 100% de nuestro esfuerzo, intentar superarnos e ir más allá de nosotros mismos.

4 ¿Nos puedes explicar a donde va destinado el dinero?

Los primeros dos años hemos donado el 100% al Laboratorio de Investigación del Cáncer Infantil del Hospital SJD, este último año convirtiéndonos en el equipo más joven de España en recaudar más dinero para el cáncer infantil en un solo acto. El año que viene, destinaremos todos los fondos a la construcción de un orfanato en Mozambique (África). Este pasado mes de Julio estuve allí con 200 niños huérfanos junto con la Fundación NEPP y ahora hemos unido nuestras fuerzas para intentar conseguir 40.000€ en el próximo Concierto Benéfico.

5 ¿Qué te ha aportado la creación de Luces Solidarias? ¿Qué has aprendido de cara a los próximos conciertos?

Luces Solidarias me ha aportado muchísimas cosas, principalmente autoconfianza, seguridad y madurez. Han sido meses de grandes aprendizajes y ha sido a través de los errores que hemos cometido



durante el proceso. Es importantísimo creer en uno mismo y creer en lo que estás haciendo, para mí es condición indispensable para que las cosas salgan bien. Y de cara a los próximos conciertos seguiremos trabajando con toda nuestra ilusión y seguiremos haciéndolo en equipo escuchándonos los unos a los otros, que es fundamental.

Mil i una idees deco per al Nadal!

10€ DE REGAL
en un val,
per la compra d'un avet natural*

DEL 22 NOVEMBRE
AL 10 DESEMBRE 2017

*Oferta vàlida a Jardiland Gavà per la compra d'un avet natural de mínim 14,95 €. Val de compra vàlid del 2 al 31 de gener de 2018 a partir de 30 € en una sola compra presentant el tiquet de la compra de l'avet. Val no acumulable amb altres promocions u ofertes fidelitat en curs. No es pot bescanviar per diners en efectiu.

Jardiland a Gavà
C-32 - Sortida Gavà - Platja - Tel.: 93 662 20 50 - Horari: de dilluns a dissabte de 10 a 21h. Diumenges i festius de 10 a 20:30h.

www.jardiland.es
f t in p y

Jardiland
CULTIVA EL TÈR BENESTAR

Ofertes vàlides del 3 al 30 de novembre del 2017.

Decoració Nadalena



u.
4,99

Ampolla LED

5 llums. Ø 7 x 30 cm. Disponible en groga i taronja. Funcionament a piles. 25489532* / 25488788*



29,95

Estel de acer LED

21 llums. Efecte desgastat. 37 x 37 cm. Funcionament a piles. 24708261



Des de
44,90

Arbre lluminós LED

225 llums. 72 x 100 cm. 25488210 **44,90**
300 llums. 89 x 125 cm. 25488201 **59,-**

Calefacció



Fabricada al Japó

89,-!

Qlima

Estufa de parafina de 2,7 kW

'R 7127 TC'. Superfície calefactable fins a 38 m². Consum màxim 0,28 l/h. Sensor de temperatura. Sistema antibolcada. Botó d'apagada. Filtre de dipòsit. 22931593



Llum LED efecte flama
Amb revestiment

249,-!

VOIETOMAT
HEATING
Només a BAUHAUS

Xemeneia elèctrica '2.000 W'

Potència de 2.000 W. Amb 2 posicions. Amb termostàt i protecció contra el sobreescalfament. Mides: 112 x 101,5 x 40 cm. 22813752



T'ho portem i
t'ho instal·lem!
Consulta's les condicions al teu
centre BAUHAUS

Sistema combustió Flow Matic
Comandament a distància
Interior de vermiculita

729,-!

Estufa de pèl·lets 'Bilbao'

Potència nominal de 9,85 kW. Eficiència mitjana: 89,14 %. Dipòsit: 15 kg. Superfície calefactable: 75 m². Consum: 0,82 - 2,45 kg/h. Pes: 87 kg. Mides: 99 x 45 x 45 cm. 25534894

Qualitat professional



600 W

89,-

Trepant percussor de 600 W

GSB 13 RE. Potència 600 W. Revoluciones 0-2.800 rpm. Pes: 1,8 kg. Perforació màx.: en fusta 25 mm, acer 13 mm i formigó 13 mm. 24786081



1.400 W
Disc de 190 x 30 mm

189,-

Serra circular de 1.400 W

GKS 190. Potència de 1.400 W. Revoluciones 5.500 rpm. Disc de 190 x 30 mm. Tall màx.: Ø 70 mm, 45° 50 mm. 24789415



18 V Li.
2 bateries

199,-!

Tornavís percussor de bateria de 18 V Li

GSB 18-2. Potència de 18 V Li. Parell màx. 63/24 Nm. 0-28.500 ipm. Pes: 1,54 kg. Inclou 2 bateries. 25610688

www.bauhaus.es

BAUHAUS®

L'especialista per a la casa, el taller i el jardí

**Concessionari
BMW**



Barcelona Premium

T'agrada conduir?

BMW MAI NO HAVIA ESTAT TAN A PROP

BARCELONA PREMIUM SANT BOI

Barcelona Premium Sant Boi

Ctra. del Prat, 15

Tel.: 933 31 98 00

Sant Boi de Llobregat

www.barcelonapremium.bmw.es