

# Diari de Sabadell

Dijous 14 i Divendres 15 de setembre del 2023

1,90 euros Núm. 837

[www.diaridesabadell.com](http://www.diaridesabadell.com)

@diaridesabadell    



Oci i cultura P13

## Recorregut per les obres de la gran Fina Miralles

Ciutat P08

## L'oposició, crítica amb la ronda Nord soterrada

OCI I CULTURA

# Tot a punt per al espectacle

**Nova temporada** Quasi una vintena d'espectacles, entre musicals i obres de teatre, per al curs que comença a la Joventut de la Faràndula i al Sant Vicenç / P04-05

Diners P12

L'atur entre els sèniors creix i ja arriba al 17,5% a Sabadell



Vallès P14

Mor un home en precipitar-se d'una atracció a la FM de Castellar



**Avui:**

Especial Posa't en forma amb tots els consells per recuperar el ritme després de l'estiu!

CRIDA A APROFITAR ELS NEXT GENERATION PER REHABILITAR HABITATGES P07 | EL CARRER CAUCAS SERÀ D'UN SENTIT P08

9 772444 061008



# el nostre Sabadell

Redacció del D.S.

Amb la màxima motivació, la **Joventut de la Faràndula** estrena la temporada teatral **23/24**. L'objectiu és acostar la cultura, la fantasia i la il·lusió a espectadors petits i grans. Entre el 28 d'octubre i el 26 de maig estan previstes un total de 27 representacions. No faltaran a la cita **l'Aladí i Alexandra la Pirata** o els Pastorets amb una nova fórmula de direcció. Un any apassionant.

*ens hi hem fixat...*



No paren. El grup de la Maria de la Concòrdia continua fent història amb els seus viatges. Amb màxima energia i il·lusió, aquesta vegada el seu destí va ser el nord d'Itàlia. Fins i tot van gaudir de les temperatures baixes en un estiu especialment calorós a tot arreu. Els diferents llacs de la zona i els meravellosos paisatges que oferia els Dolomitas als Alps -un punt de muntanya estratègic del Giro d'Itàlia- van confirmar l'encert d'aquesta sortida / CEDIDES

*no ens agrada...*

## vandalisme a l'Artèxtil

La façana principal de l'Artèxtil ha estat víctima d'una pintada vandàlica que serà esborrada els pròxims dies per l'Ajuntament. És un acte sense cap sentit que només serveix per embrutar i malmetre un edifici considerat com a patrimoni històric de la ciutat. L'Artèxtil és un símbol del passat industrial de Sabadell i serà la futura seu del Campus de Ciència de la Vida i de la Salut.

*retalls...*

### Missatge d'alerta

Aquest dijous, els telèfons mòbils intel·ligents rebran un missatge del sistema d'alertes de Protecció Civil. Cal tenir en compte que es tracta d'una prova, no una emergència real.

### La mala sort de De la Cruz

El ciclista sabadellenc de nou s'ha vist obligat a abandonar una gran cursa. Aquesta vegada, per una inoportuna gastroenteritis. El seu historial de contratemps és llarg.

*tal dia com avui*

Fa 18 anys



El mes de setembre, després de les vacances d'estiu, sempre és un bon moment per fer canvis o millorar aspectes de la vida. Com posar-se en forma. Així ho explicava el Diari de Sabadell del 14 de setembre del 2005 amb diverses opcions. D'altra banda, la portada també explicava les inundacions patides al Vallès Occidental per una forta tempesta, que va afectar sobretot poblacions com Barberà, Ripollet i Santa Perpètua de Mogoda, amb carreteres tallades.



avui  
preguntem...

Com valorem  
el traçat  
proposat de la  
ronda Nord?



Montse Rico

“És una zona  
verda molt  
utilitzada”

**“M’informo sobretot per la gossa.** Sé que una possibilitat és que el bosc es faci més petit, i això ens preocupa perquè és un espai de passeig molt utilitzat per la gent”, detalla Montse Rico, veïna del barri de Can Deu. “D’una banda, estic en contra de la ronda i genera dubtes per la qüestió mediambiental”. De l’altra, creu que seria positiu per “modernitzar” l’indret. “És veritat que aquesta zona de Sabadell està antiquada en alguns aspectes i és normal que s’aposti per millorar la mobilitat”, argumenta. Ella confia que els progressos en matèria tecnològica permetin tirar endavant la via soterrada. “Crec que seria positiu si es pot arribar a executar per sota”, sosté.



Yuri Atamanchuk

“Si es pot  
traslladar el  
trànsit sota la  
ciutat, millor”

**El projecte es troba en una fase embrionària.** “No està gaire clar com ha de ser, però fa molt temps que se’n parla”, explica el Yuri Atamanchuk. La proposta de l’Ajuntament convenç el veí. “Trobo que és una bona opció. Si s’han de gastar molts diners, millor que s’inverteixin en una infraestructura així. Ja passen molts camions per dalt, així que si es poden traslladar a sota de la ciutat, serà millor”, sosté. En el seu cas, considera que l’accés a Barcelona no canviaria tant per als sabadellencs del nord, però sí que beneficiaria els castellarencs, que reduirien el temps per entrar a la capital catalana i, a més, destensarien el trànsit pel centre. “Per exemple, nosaltres anem sovint a Castellar. Ara fem molta volta i si tinguéssim la nova via, aniria molt més ràpid”. I afegeix: “diuen que poden ser 10 anys, però qui sap...”, conclou.

Jesús Cánovas

“Tinc dubtes, però si  
serveix per millorar, hi  
estem a favor”

**Jesús Cánovas es mostra una mica reticent sobre la carretera, tot i que és favorable al progrés.** “Tinc dubtes, però si serveix per millorar, hi estem a favor”, diu. “Visc a l’altra banda del camp, però no tinc por de les obres. Ja van fer els Ferrocarrils i no ens va afectar gaire”, recorda. “Diuen que seran deu anys, sent optimistes. Però no crec que ho assolixin en aquest temps. Fa moltes dècades que la qüestió està sobre la taula. Per l’elevat preu, segur que costarà de tirar endavant i tenir-ho tot llest. Si és per millorar, tant de bo es pugui fer de pressa”, reitera. Ell prefereix un traçat soterrat per mantenir el passeig com està.





## Avui parlem de noves temporades teatrals a Sabadell



### Et posem en context.

La Joventut de la Faràndula i el Teatre Sant Vicenç han presentat les seves temporades teatrals 2023-2024.



### Per què en parlem?

Per exposar quines són les principals novetats i les noves produccions que ompliran les cartelleres aquest nou curs teatral.



Un instant de l'espectacle 'El Teatre dels Somnis' per celebrar els 75 anys de la Joventut de la Faràndula /vc.

### La notícia

# Ja ho tenen tot a punt per apujar el teló: molta m\*\*\*\*!

La Joventut de la Faràndula i el Teatre Sant Vicenç han presentat les seves temporades teatrals 2023-2024, amb noves i flamants produccions que prometen “fantasia i emoció”, com ‘Pinocchio’ o ‘Cop de Rock’

Sergi G. Reginaldo · @sergigonzz #TemporadaTeatral2023-2024

2024 amb “el mateix compromís d’apropar la cultura, la fantasia i la il·lusió a espectadors petits i grans de sempre”. Així ho va fer saber la presidenta de l’entitat, Anna Vidal, en una roda de premsa al Casal Pere Quart, per atansar a la ciutadania les novetats d’aquesta nova temporada farandulera. “Que en són moltes”, va reblar Vidal.

L’entitat sabadellenca, guanyadora de la Creu de Sant Jordi i que recentment ha celebrat el seu 75è aniversari, enfila la temporada amb dues produccions noves – *Pinocchio* i *Rumors* – i amb musicals que a alguns sabadellencs ja els sonaran, com *Aladí* i *Alexandra la Pirata*, que repeteixen a la cartellera després de l’èxit durant la darrera temporada. “A més, com no podia ser de cap altra manera, tornem amb l’indispensable *Els Pastorets*; i ens fa molta il·lusió anunciar que *La Blancaneus i els set nans*, dirigida per Albert González, aterrarà el febrer al teatre Poliorama de Barcelona”, va afegir la directora de l’entitat.

Enguany, l’espectacle *Aladí* es representarà durant tres caps de setmana, i no dos com havia estat a les darreres dues temporades. A canvi, les representacions matinals quedaran anul·lades i se n’oferiran una de tarda els dissabtes i una de tarda els diumenges. A banda, “volem afegir que aquest any *Els Pastorets* estrena una nova fórmula de direcció, amb set persones al capdavant, que s’especialitzaran en àrees concretes de la producció”, va apuntar Vidal.

L’entitat també estrena el projecte *Apostes en Escena*, un espai per a socis i sòcies que volen iniciar-se en la direcció d’un espectacle, que s’acabaran estrenant a l’escenari de l’Espai Agora de Sabadell. “Volem recordar que actualment la nostra formació teatral creix any rere any: actualment tenim 156 alumnes del Taller de Teatre Infantil, 75 alumnes a l’Aula Jove i 40 més al taller de Teatre per Adults”, va puntuar la presidenta de la Joventut de la Faràndula.

### La temporada al Sant Vicenç

“Encetem la temporada 105; i després de tants anys continuem amb la mateixa energia de sempre”, va anunciar Jaume Pont, president del Centre Parroquial Sant Vicenç, a tall d’obertura de l’acte de presentació de la nova temporada. Un nou curs teatral que compta amb 69 representacions – amb possibilitat de pròrroga – dividides en nou produccions diferents; i que donarà protagonisme al segell característic de la casa, les apostes musicals de gran format. El muntatge *Cop de Rock* de Dagoll Dagom, que va seduir generacions senceres fa més de 10 temporades a Barcelona, pujarà a l’escenari del ‘Santvi’ “amb un planter increïble i mantenint la producció musical de Xasqui Ten i Toni Ten i la direcció coreogràfica de Cristina Allande”, va anunciar Jordi Brunet, membre de l’equip de direcció. I per la seva banda, la producció *Els Descendants*, també dins de l’àmbit del te-

### Els uncix la bogeria pel teatre

–l’eterna i sana rivalitat– i ens fan el favor immens d’apropar-nos a tots els sabadellencs i les sabadellenques la cultura de producció més local. Ens contagien les ganes d’anar al teatre. Un any més, la Joventut de la Faràndula i el Teatre Sant Vicenç han presentat les produccions que portaran a escena aquesta nova temporada 2023-2024. En total, quasi una vintena d’espectacles, entre musicals i obres de text, que ens regalaran un nou curs teatral ple de sorpreses i novetats. Agafeu-vos ben fort a la butaca i recordeu apagar els telèfons mòbils, que l’espectacle és a punt de començar!

### La temporada a la JF

Un total de 27 representacions entre el 28 d’octubre i el 26 de maig de 2024. La Joventut de la Faràndula enceta la temporada teatral 2023-





'El Gran Showman' del Teatre Sant Vicenç / DAVID CHAO

atre musical de gran format, obrirà la temporada amb un equip de més de 80 persones.

Per Nadal, l'entitat tornarà amb el clàssic *Els Pastorets*, enguany amb el paper de Satanàs interpretat per dones com a principal novetat; i amb *Nomicidi*, una comèdia de text per espremer la nit de Nadal. Finalment, la temporada la tancarà amb el drama psicològic *Qui dels 4*.

"Aquest any seguim donant continuïtat a les Nits al Vestíbul, que ens permeten fer un joc de polivalència i oferir obres de petit format o lectures dramatitzades fora de la sala gran", va comunicar el president de l'entitat, que va afegir que "oferirem la tercera temporada del cicle de teatre d'autor, aquest cop al voltant de Josep Maria Benet i Jornet amb les obres *Soterrani* i *Dues dones que ballen*." La cartellera al vestíbul l'acabaran d'adobar *Cosmètica de l'enemic* i *Revisió anual*, les dues ambientades en espais petits i amb pocs personatges.

Finalment, el Sant Vicenç agafa aquest nou curs un compromís sòlid amb la llengua catalana i "ho fem perquè l'any 2024 Sabadell serà capital de la cultura i com a part de l'activitat teatral de la ciutat volem conservar, difondre i treballar la dramaturgia en català", va reblar Carlota Gorgori, responsable de comunicació del Centre.

### L'agenda dels espectacles

El calendari dels espectacles que ofereixen aquesta temporada les dues entitats.

#### Joventut de la Faràndula

**'Aladí'**  
28 i 29 d'octubre i 4, 5, 11 i 12 de novembre. Teatre la Faràndula.

**'Els Pastorets'**  
16, 17, 23, 26 i 30 de desembre i 1, 7 i 13 de gener de 2024. Teatre la Faràndula.

**'Els Pastorets' (Versió infantil)**  
27 i 28 de gener. Sala Miguel Hernández.

**'Rumors'**  
25 de desembre. Teatre Principal.

**'La Blancaneus i els set nans'**  
11, 18 i 25 de febrer. Teatre Poliorama de Barcelona.

**'Alexandra la Pirata'**  
9, 10, 16 i 17 de març. Teatre la Faràndula.

**'Pinocchio'**  
18, 19, 25 i 26 de maig. Teatre la Faràndula.

#### Teatre Sant Vicenç

**'Soterrani'**  
17, 22, 29 i 30 de novembre.

**'Els Descendents'**  
8, 15, 22 i 29 d'octubre i 4, 5, 11 i 12 de novembre.

**'Cosmètica de l'enemic'**  
18, 19, 25 i 26 de novembre.

**'Els Pastorets'**  
16, 17, 23, 26 i 30 de desembre i 1, 6, 7, 14 i 21 de gener.

**'Nomicidi'**  
25 i 29 de desembre i 12, 13, 19, 20 i 28 de gener.

**'Revisió anual'**  
3, 4, 10 i 11 de febrer.

**'Cop de Rock'**  
24 i 25 de febrer i 2, 3, 9, 10, 16, 17, 23 i 24 de març i 6, 7, 13, 14 d'abril.

**'Dues dones que ballen'**  
19, 20, 21 i 26 d'abril

**'Qui dels 4'**  
4, 5, 11, 12, 18, 19, 25 i 26 de maig

### Més coses que has de saber

L'arrencada de les temporades ha vingut acompanyada d'altres notícies al voltant d'aquestes dues entitats de teatre de Sabadell.



### La Joventut de la Faràndula commemora els 75 anys amb una exposició

La primera cita del nou curs de la Joventut de la Faràndula no és un espectacle, sinó una exposició commemorativa dels seus 75 anys que ja es pot visitar al Casal Pere Quart. Es tracta d'una mostra en la qual els visitants poden connectar amb l'imaginari faranduler a través de material procedent dels seus muntatges com vestuari o peces d'escenografia. A més, és una exposició participativa perquè el públic pot provar el vestuari i participar en un concurs amb el seu telèfon mòbil. Es podrà visitar cada dia fins al 30 de setembre.



### L'emblemàtic Teatre Sant Vicenç de la Creu Alta rebateja el nom del seu carrer

El carrer del Teatre Sant Vicenç ja és una realitat. I els veïns del barri el van donar per inaugurat oficialment ahir a la tarda. El barri de la Creu Alta ha incorporat definitivament el nom al nomenclàtor, homenatjant d'aquesta manera un dels seus espais més emblemàtics, el Teatre Sant Vicenç. Antigament, el tram es va anomenar Llevant -abans que la Creu Alta s'annexionés a Sabadell- i als anys 60 va passar a ser el carrer de Montllor i Pujal. Un canvi de nom que es va aprovar el 2 de maig; i que s'ha efectuat amb la col·locació de la nova placa.



# Acord per ampliar l'oferta formativa a l'Aeroport

M. Camps R. · @campsmanel

#AeroportDS #CiutatDS

**AEROPORT** L'Aeroclub Barcelona-Sabadell i els Jesuïtes del Clot desenvoluparan el cicle superior en Manteniment Aeronàutic de motor a turbina i pistó. A l'aeròdrom sabadellenc s'hi durà a terme la part pràctica

**El Hub Aeronàutic creix.** Primer va ser l'escola de controladors aeris, SkyWay, després l'anunci de l'arribada de l'empresa de nanosatèl·lits, Celestia Aerospace, i des d'aquest dimecres, la posada en marxa del Cicle Superior en Manteniment Aeronàutic de motor a turbina i pistó, que de forma conjunta desenvoluparan l'Aeroclub Barcelona-Sabadell i els Jesuïtes del Clot, tal com van anunciar les parts implicades, ahir dimecres, durant l'acte de signatura protocol·lària. "Era la pota que ens falta: tenim la formació en l'àmbit de pilots -Barcelona Flight School-, tenim el taller, però tenim la manca de mecànics de pistó, i també de turbina. Estem fent un pas molt important cap al futur", va assegurar el president de l'Aeroclub Barcelona-Sabadell, Pere-Joan Nogueroles.

D'aquí a poc menys de dues setmanes, el pròxim 26 de setembre, es donarà el tret de sortida a la primera promoció, per a un màxim de vint-i-cinc estudiants, d'un cicle superior, ara com ara privat, en manteniment aeronàutic: "Hi ha un dèficit evident de tècnics aeronàutics evident, i això és el que ens mou quan arribes a aquest moment. Aquí esperem demandes, perquè ja n'hi ha, a Catalunya, Espanya, Europa i al món", va comentar el director general de la Fundació Jesuïtes Educació, Esteve Mogas.

Aquest cicle superior d'FP tindrà una durada de tres anys, i la part pràctica es desenvoluparà a l'aeròdrom sabadellenc, mentre que la part teòrica es durà a terme al Campus del Clot. "L'Aeroport és un element diferenciador, que ens dona moltes oportunitats. Sabadell ho vol explotar i vol que agafi una altra dimensió. Estem molt contents que vingui aquest cicle d'FP, perquè necessitem tècnics en FP. El sector aeronàutic és un sector estratègic, de molta qualitat, que té una demanda de les empreses per contractar gent", va assegurar l'alcalde de Sabadell, Marta Farrés, abans de reivindicar la creació del Hub Aeronàutic -projecte estratègic impulsat per l'Ajuntament,



A dalt, diverses aeronaus, en una imatge d'arxiu. A baix, Marta Farrés, Esteve Mogas i Pere-Joan Nogueroles / LL.F./V. CASTILLO



AENA, el Consorci de la Zona Franca i la Universitat Politècnica de Catalunya - ara fa tres anys i escaig, recordant la seva importància i "l'aliança estratègica" per Sabadell.

L'arribada d'aquest cicle superior de manteniment aeronàutic de motor a turbina i pistó permetrà fer front a l'alta demanda de professionals dins del sector. La falta de relleu generacional i l'augment de les flotes de les aerolínia, com ha fet percentatge d'alumnes amb sortida al mercat laboral sigui molt elevat: "En l'àmbit mundial hi ha una gran demanda. Molts mecànics ja tenen una edat i el canvi generacional s'ha de produir en els pròxims anys. És molt important

**4.239**  
passatgers,  
de gener a agost

L'Aeroport de Sabadell va tancar un nou mes de rècord, respecte al nombre d'operacions registrades, durant el passat agost.

El trànsit aeri a l'aeròdrom sabadellenc va ser un 7,6% superior al registrat el mateix període del passat 2022, passant de les 3.162 a les 3.403 operacions.

D'altra banda, s'han registrat 386 passatgers, un lleuger descens respecte del mateix període del 2022 (-2,8%). Durant els vuit primers mesos de l'any passat per l'Aeroport 4.239 passatgers, el que representa un augment del 7,1% respecte a l'any passat.

Aquestes xifres situen a l'aeròdrom sabadellenc camí d'un nou rècord, pel que fa al nombre anual de passatgers que utilitzen les instal·lacions aeroportuàries de Sabadell, ara situat a les 6.070 persones del passat 2022. "Durant la pandèmia tot es va aturar, però després hem experimentat un repunt a tots els nivells. El soci ha volat molt i el futur que tenim d'ara fins a final d'any, i durant tot el 2024 és molt esperançador", va assegurar el president de l'Aeroclub Barcelona-Sabadell, Pere-Joan Nogueroles.

Per la seva banda, l'alcalde Marta Farrés, preguntada sobre les xifres de l'Aeroport, va afegir que "veníem de la Covid-19 i les xifres s'han recuperat. És un sector estratègic, en creixement, no només en el nombre de vols, sinó també en la investigació i en el món empresarial. I Sabadell hi vol ser, com a sector de futur, allà on hi ha oportunitats".

que els joves puguin entrar-hi".

Un anunci, el del cicle, que coincideix amb les obres del Portal Sud, i que, en un futur no molt llunyà també millorarà els accessos de l'Aeroport amb la ciutat. Sobre aquest aspecte, el president de l'Aeroclub Barcelona-Sabadell va celebrar la posada en marxa, però va demanar que "la part sud no quedi aïllada de la part nord, i abandonem un punt important de la zona aeroportuària, sinó que ampliem en positiu, no fent un trasllat".

Per la seva banda, Farrés va allargar la mà, però va recordar que "nosaltres ajudarem a l'Aeroclub amb totes les seves reivindicacions, però com s'organitzen internament és cosa d'Aena".



# Front comú per accelerar els Next Generation

Aleix Pujadas Carreras · @aleixpujadas #subvenció #rehabilitació

**SOCIETAT** Administració i professionals coincideixen en l'oportunitat que suposen per rehabilitar habitatges

L'empresa municipal d'habitatge, Vimusa, fa una crida a aprofitar els fons europeus Next Generation per rehabilitar energèticament els habitatges més antics. En un acte aquest passat dimarts al Centre Cívic de Cal Balsach, es va presentar una exposició de la Diputació de Barcelona per donar a conèixer les ajudes que hi ha disponibles. L'esdeveniment va comptar amb la participació de tots els agents implicats, tant l'administració com arquitectes, arquitectes tècnics, constructors o agents de la propietat immobili-

ària (API). Els Next Generation subvencionen entre el 40 i el 80% de la rehabilitació energètica dels habitatges, segons l'estalvi que s'aconsegueixi acreditat amb el certificat energètic. I es pot arribar al 100% en els casos de major vulnerabilitat. El regidor d'Habitatge, Eloi Cortés, va aplaudir els Next Generation perquè "ens ofereixen l'oportunitat de dignificar aquells barris que estan més deprimits". "L'oportunitat és única", tal com va subratllar el representant del Col·legi Oficial d'Arquitectes de Catalunya (COAC),



L'edat mitjana dels edificis de Sabadell és de 46 anys / AINA TORRES



El programa 1 és per a barris seleccionats (Sud, Can Deu, la Roureda, Merinals, Can Puiggener, la Concòrdia i Torre-romeu), mentre que el programa 3 és per a la resta d'edificis.

Alberto López, que va afegir que totes les proves prèvies a la rehabilitació també són subvencionables (tant el llibre de l'edifici com el projecte).

Però fer-ho demana temps, i és per això que el coordinador de l'Oficina Tècnica de Rehabilitació de Catalunya del Col·legi d'Administradors de Finques de Barcelona-Lleida, Víctor Forn, va recordar els terminis de presentació de sol·licituds, que van des de final de setembre a finals d'any segons el programa al qual s'acullin els interessats. "Ara ja hauríem de posar velocitat de creuer, perquè la presa de decisions no és àgil pel tarannà natural d'una comunitat de propietaris", va remarcar. En aquest aspecte, es compta amb les associacions de veïns per donar a conèixer els fons i acompanyar les comunitats en aquest procés.

» Prop del 50% de l'energia que consumim ja és renovable

## ALGUNA COSA ESTÀ CANVIANT

QUAN POSES EL RENTAVAIXELLES NOMÉS QUAN ESTÀ PLE

Gràcies a molts petits canvis, estem transformant l'energia de tot un país.



Uneix-te al canvi a [algestacambiando.es](http://algestacambiando.es)



VICEPRESIDENCIA TERCERA DEL GOBIERNO  
MINISTERIO PARA LA TRANSICIÓN ECOLÓGICA Y EL RETO DEMOGRÁFICO





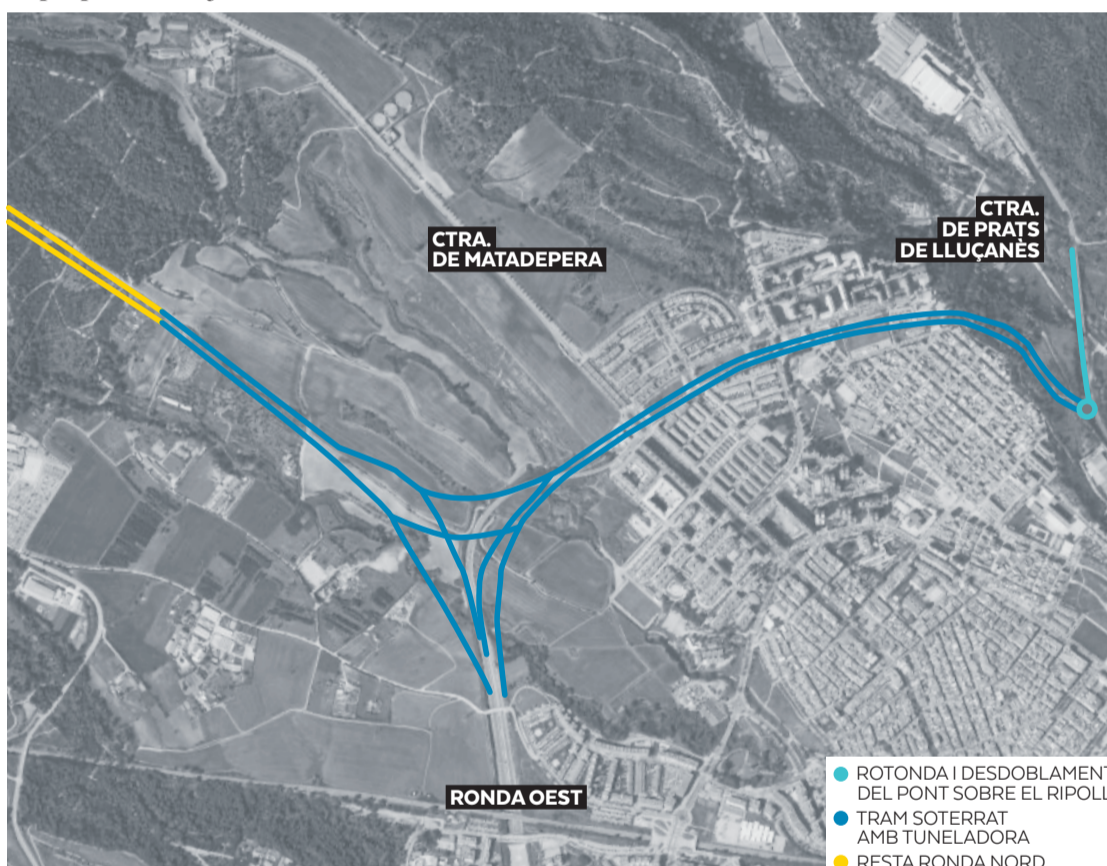
# L'oposició, crítica amb la ronda Nord soterrada

Albert Acín Serra · @acinalbert

#rondaNord #Sabadell

**POLÍTICA** ERC, Crida i comuns demanen descartar la infraestructura, encara que es faci amb tuneladora. Junts i PP avalen la proposta inicial del Govern Farrés

## La proposta de l'Ajuntament



Una obra “innecessària”, “impossible” i “caducada”. La majoria de grups de l'oposició rebutja així la proposta de traçat de la ronda Nord de Sabadell i Terrassa del Govern municipal. L'executiu de Marta Farrés planteja que la nova carretera connecti les dues capitals del Vallès i Castellar amb dos túnels. L'actuació, d'uns sis quilòmetres de longitud, es faria amb tuneladora i aniria des del Parc Agrari fins a la carretera de Prats de Lluçanès per sota de l'avinguda de les Palmeres.

AA l'esquerra del PSC tothom coincideix: rebutgen la ronda, sigui soterrada o no, però tenen diferències sobre la solució definitiva. ERC i En Comú Podem proposen allargar la ronda Oest fins a Castellar, mentre la Crida tanca la porta a qualsevol inversió viària.

“Continuem al mateix lloc on érem. El seu model és el Quart Cinturó i això és el que plantejgen”, afirma el portaveu d'ERC, Gabriel Fernández, que creu que el PSC continua “allunyat” dels “interessos reals” dels sabadellencs, com el “mal estat” del servei de Rodalies. El líder dels comuns, Joan Mena, hi coincideix: “El Quart Cinturó no és necessari. Cal repensar la mobilitat a Sabadell, el Vallès i tot Catalunya i corregir el dèficit en el transport públic”, argumenta. Tant Fernández com Mena consideren que enllaçar la carretera de Prats amb la ronda Oest per sota de Can Deu seria més que suficient.

La Crida va més enllà i rebutja qualsevol intent de fer el “Quart Cinturó” o qualsevol altra nova carretera. La seva portaveu, Anna Lara, creu que significaria “malbaratar recursos en asfalt” en un context de “crisi climàtica”. “El soterrament d'una autopista és pràcticament impossible, a part de ser molt car”, assegura. Amb tot, demana destinar allunyar-se del debat de les infraestructures i centrar-se en “mancances” com la falta de finançament en educació, cultura i habitatge.

No tot són crítiques. Junts i el PP defensen la ronda Nord per pacificar la Gran Via i veuen amb bons ulls fer l'obra amb tuneladora, tal com planteja el Govern. “Està bé que la fem passar per sota de Sabadell per minimitzar l'impacte sobre els veïns”, exposa el líder dels juntaires, Lluís Matas. Una contundent Cuca Santos (PP), afirma en la mateixa línia: “Serà soterrada, o no serà. No podem traslladar les emissions i el soroll de la Gran Via al nord de Sabadell”.

## Demanen diàleg i garanties

L'oposició demana un gran acord vallesà sobre la ronda Nord. “La proposta s'ha de consensuar amb els ajuntaments de Terrassa i Castellar, i amb el Govern de la Generalitat”, insisteix Lluís Matas. Des dels comuns, Mena demana que no es tiri endavant “sense comptar amb el teixit social, econòmic, sindical i mediambiental”. “El Govern ha de liderar un diàleg entre tots”, defensa.

## Els ecologistes: “No és una obra per al segle XXI”

La Campanya Contra el Quart Cinturó (CCQC), que fa 40 anys que lluita envers la B-40, considera que la proposta de ronda soterrada està “condemnada a mort des del principi”. El seu portaveu, Toni Altaió, demana no “enterrar milions d'euros” en una obra “inviàble”. El líder ecologista es pregunta irònicament: “Serveix perquè la gent deixi el cotxe i es passi al transport públic? Serveix per reduir gasos d'efecte hivernacle? La resposta és que no. No serveix. No és una infraestructura per al segle XXI”, sentència.

## Asfalten el carrer del Caucas, que serà d'un sentit

Redacció · @diaridesabadell #urbanisme

La Plana del Pintor comença a veure la llum al final del túnel de les obres del carrer del Caucas. El que havia de ser una obra aparentment senzilla s'ha acabat convertint en un maldecap pel veïnat. En els darrers dies, però, s'ha entrat en la fase final dels treballs amb l'asfaltatge del carrer, que a partir d'ara serà de sentit únic direcció al del Himàlaia.

Les obres van començar el novembre de l'any passat i van quedar aturades el mes següent per la fallida de l'empresa constructora. Els treballs van estar aturats durant dos mesos, i es van

reprenre a finals de febrer d'aquest any. Segons l'Ajuntament, la reurbanització de l'espai permetrà millorar la mobilitat de la via i guanyar més espai per als vianants, i també la renovació de l'arbrat.

La vorera del carrer s'ampliarà 1,5 metres i es renovarà l'arbrat amb la plantació de 37 de nou per substituir els pollancres.

### Afectacions a la mobilitat

Durant les obres, el recorregut de l'autobús en sentit nord es duu a terme pel carrer de l'Himàlaia, on hi ha habilitada una pa-



Obres d'asfaltatge al carrer del Caucas / AINATORRES

rada al tram entre el carrer dels Apenins i el carrer de la Forcada. D'altra banda, els veïns afectats poden estacionar a un espai que s'ha habilitat en els entorns del camp de futbol.

### No és un cas aïllat

Aquest no ha sigut un cas aïllat, i diferents barris de la ciutat s'han vist afectats per l'aturada de diverses obres per l'increment dels costos de la construcció. A Gràcia, per exemple, l'antiga escola Riu-sec porta dos anys i mig amb les obres aturades, en el que es preveu que sigui la futura Oficina d'Entitats i Voluntariat. A Can Llong, la fase més important de les obres del parc de les Aigües es va adjudicar a la tercera; l'adjudicació del Portal Sud es va fer a la segona perquè la primera empresa adjudicatària hi va renunciar, i també hi ha hagut problemes amb el Jardí del Sud.

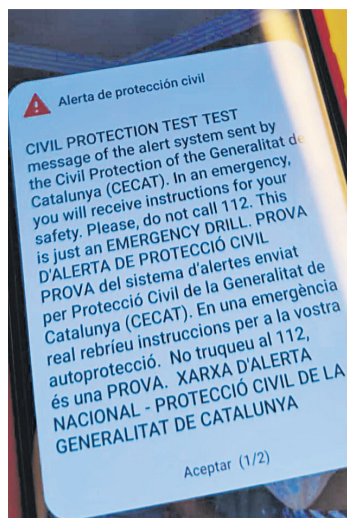


## Més Ciutat

### SIMULACRE D'EMERGÈNCIAALS MÒBILS DE SABADELL

Tots els telèfons mòbils intel·ligents amb cobertura a la demarcació de Barcelona rebran avui un missatge de prova del sistema d'alertes de Protecció Civil de la Generalitat. L'assaig tindrà lloc a les 12 h a Sabadell i s'allargarà entre les 10 h i les 13 h a les comarques del Barcelonès, Vallès Occidental, Vallès Oriental, Maresme i Baix Llobregat. Serà el de major abast de població que s'ha fet fins ara a Catalunya.

Gairebé cinc milions de persones rebran el missatge. L'objectiu de l'enviament massiu de missatges és



testejar el sistema d'alertes i familiaritzar la població. El text serà el següent: "Prova d'alerta de Protecció Civil de la Generalitat de Catalunya. És un simulacre. No truquis al 112. En una emergència real rebries instruccions per protegir-te".

## Homenatge al militant antifranquista Cipriano Martos

### Redacció

**La ciutat retrà homenatge** aquest dissabte al veí de Sabadell i militant antifranquista Cipriano Martos, assassinat el 1973. L'acte suposarà la creació d'un Espai de Memòria, inclòs a la Xarxa d'Espais de Memòria de Catalunya de la Generalitat, que recordarà la vida i la mort del sabadellenc.

La iniciativa forma part del programa d'actes que ha organitzat l'Ajuntament amb motiu de la commemoració dels dies 15 i 31 d'octubre, proclamats en memòria de les víctimes de la Dictadura franquista pels governs de l'Estat i de la Generalitat, i s'inclou al Pla de Memòria Democràtica de

l'Ajuntament. El programa, batejat amb el títol "Dictadura, repressió i lluita antifranquista", preveu, entre altres propostes, la creació de dos espais de memòria més a la ciutat. D'una banda, el Círcol Republicà Federal (carrer de Narcís Giral, 40) i, de l'altra, l'antiga Comissaria de la Policia Armada de la Rambla (1941-1977), a l'edifici situat a la Rambla.

### Més activitats

La regidora de Drets Civils, Sílvia Garcia, remarca que "recordar i reparar la memòria dels represaliats franquistes és una obligació que tenim com a societat i com a

ciutat, per transmetre a les noves generacions quina és la seva història, el perquè dels fets que van succeir i com treballar per reforçar la democràcia, el diàleg i la llibertat".

Abans de l'homenatge, el pròxim dijous a les 19 hores, es farà una xerrada a la seu de l'associació de veïns de la Plana del Pintor. Intervindran Roger Mateos, autor de "Caso Cipriano Martos: Vida y muerte de un militante anarquista", i Núria Armentano, antropòloga biològica que va liderar el procés d'exhumació del seu cos, que ja descansa al cementiri de Huétor-Tajar.

**“Recordar i reparar la memòria dels represaliats franquistes és una obligació com a societat”**

## 1,02

**grams de cocaïna.** La Policia Municipal va detenir diumenge a la nit un home després d'un robatori violent d'un mòbil al carrer de l'Himàlaia. En l'arrest, a més, els agents van requisar al lladre més d'un gram de cocaïna.

### DOS SABADELLENCS VIUEN EL TERRATRÈMOL AL MARROC

Divendres al vespre, els germans Oriol Cardoso i Martina Cardoso, dos joves sabadellencs, van arribar a l'hotel de Marràqueix, ubicat a Gueliz, la també coneguda com la ciutat nova de la població turística marroquina. De sobte, tot va trontollar:

"Jo estava al balcó, el meu tiet al lavabo i la meva germana estirada al llit. Tots tres sense veure'ns les cares, però de l'ensurt ens va quedar clar a tots tres que alguna cosa greu estava passant", explica l'Oriol. Ni ella ni el seu germà havien reparat encara que es trobaven davant un terratrèmol que acabaria deixant milers de morts, ferits i desapareguts al Marroc.



### ISIDRE RODRÍGUEZ PRATS

Vidu de M<sup>a</sup> del Carmen Ortiz Parra

Ha mort cristianament havent rebut el Sants Sagraments i la Benedicció Apostòlica, a l'edat de 85 anys, el dia 12 de setembre de 2023

A.C.S.

La seva germana, Teresa; els seus fills, Xavier, Miquel, Montserrat, M<sup>a</sup> dels Àngels, Isidre; nets i demés familiars ho fan saber a llurs amics i coneguts i els agrairan que el tinguin present en el seu record.

La cerimònia de cos present tindrà lloc avui dijous 14 de setembre, a les 11.00h, a l'església parroquial de Sant Vicenç de Sabadell. Es comunica que el proper dia 24 de setembre se celebrarà la missa funeral en el seu record a les 12:30h, a l'Església de Sant Vicenç.

Domicili mortuori: Sales de vetlla del Tanatori – Ronda d'Orient, 71 Sabadell.

 **TORRA**  
SERVEIS FUNERARIS

Al teu costat  
des de 1950

Fa més de setanta anys que oferim serveis funeraris a Sabadell i a les famílies que ens han necessitat, i durant tot aquest temps hem après a comprendre les necessitats i els desitjos de les persones en moments tan delicats com són els de la pèrdua d'un ésser estimat.

Estem aquí per

*acompanyar-te*

Horari tanatori i oficines tanatori:  
**de 8 a 21.30 h, els 365 dies de l'any**  
Ronda Orient 71 • 08203 Sabadell  
Horari de vetlla: **de 8:00 h a 21:30 h,**  
**els 365 dies de l'any**

Oficina d'atenció de Batllell:  
**24 hores, els 365 dies de l'any**  
C/ Batllell n° 60 (davant Parc Taulí)

 **902 930 085**  
[www.funerariatorra.com](http://www.funerariatorra.com)  
[serveis@funerariatorra.com](mailto:serveis@funerariatorra.com)  
 **629 72 79 25**



Si tens alguna cosa a dir, si vols que la teva veu sigui escoltada, envia'ns la teva opinió a [sabadell@diaridesabadell.com](mailto:sabadell@diaridesabadell.com)



Facebook

**[Mor Nebojsa Djordjevic, exporter internacional del Sabadell de l'antiga Iugoslàvia]**

Mi más sentido pésa-me a toda la familia DEP

José Diaz Vaquero

El recuerdo... que reposi en pau...

Quirze Casablanca Pascual

DEP

Miquel Fernandez Calbo

**[Salut estudia prohibir fumar al cotxe si hi ha menors]**

És de sentit comú no fumar si hi ha menors al cotxe, jo soc fumadora, molt fumadora, però no fumo mai al cotxe i menys si hi ha les meves nebes, parem cada hora i mitja (que és el que s'ha de fer) i allí aprofito per fumar.

Anna Segarra

I a les terrasses, quan..?

Joan Gil

**DS** En línia

Vols avisar-nos d'una notícia? Vols fer una denúncia? Escriptura al WhatsApp!

**682 146 542**

# Opinió

Editorial

## El debat sempre és bo

Dissabte passat, el Diari avançava la proposta de **traçat** i constructiva de l'Ajuntament per a la ronda Nord de Sabadell i Terrassa. El Govern municipal proposa construir uns sis quilòmetres de túnels entre el **Parc Agrari** i la carretera de **Prats de Lluçanès** passant per sota del passeig de les Palmeres amb l'objectiu de **connectar Castellar amb la C-58** i facilitar l'accés de la nostra ciutat al **Quart Cinturó** i, per extensió, enfortir la connexió entre el Baix Llobregat i el Vallès Occidental. La proposta és inicial i està en espera d'un estudi de viabilitat tècnica i econòmica. No obstant això, ha estat realment útil.

La proposta és **útil** perquè obre el debat sobre la infraestructura i permet que la ciutat s'hi pronunciï. Els grups de **l'oposició** i els **ecologistes** ja ho han fet, i esperem que en siguin molts més els que ho facin a partir d'ara. La ronda Nord de Sabadell ha de tenir el **lideratge** de l'Ajuntament, però ha de ser un projecte consensuat amb el **teixit social i econòmic** de la ciutat. Mentre esperem que els governs de l'Estat i la Generalitat firmin el conveni definitiu, creiem que no hi ha temps a perdre. **Feina feta no fa destorb.**

Avui parla **Tom Colomer** Escriptor i dramaturg

## Evangelitzar i tal

**U**na amiga mexicana em va preguntar, l'altre dia, com ens explicaven, a la península, el genocidi colonitzador de les Amèriques. Mig caient-me la cara de vergonya i responsabilitzant-me d'una matança que, naturalment, després de mig mil·lenni ja no té re a veure amb mi, li vaig explicar que encara avui se celebra l'arribada de Colom a Amèrica com a diada nacional espanyola, clarament relacionant l'orgull patriòtic amb el colonialisme i –per què no dir-ho– amb la barbàrie. Li vaig respondre que se'ns explicava com un canvi de paradigma, com la transició de medievalitat a modernitat i com un gran èxit primer nacional i després religiós, que són els Reis Catòlics qui arriben a Amèrica, i

que malgrat que ens en parlen en termes d'espòli i colonització, s'insisteix molt en la labor cristianitzant dels segles XVI i XVII al Nou món. Ella em va respondre que era curiós el fet que a Mèxic, a l'educació secundària, insisteixen molt més en els moviments d'independència dels pobles colonitzats que no pas en la colonització mateixa; un episodi que, per cert, a nosaltres el sistema educatiu espanyol ens explica –si és que ens l'explica!– molt de passada. Ens parlen de la guerra de Cuba i “sí, la resta de colònies de l'Imperi espanyol ja s'havien independitzat.” No culpo cap professor d'història, sinó que poso el focus en el mateix sistema educatiu, que clarament està dissenyat perquè pensem d'una manera o d'una altra. No l'espanyol, que el mexicà també, i probablement tots. La manera d'ex-

plicar la història –i especialment la manera de rebre-la– modela el pensament, és clar. I aquesta idea que sembla quasi inquisitiva, quasi censoradora, caciquista i de domini estatal de les ments dels súbdits està perfectament en marxa, avui. La història mai es pot explicar de manera objectiva, està bé, per això crido a ser crític amb aquesta subjectivitat inevitablement immanent a l'exercici històric.

Ràpidament, quan un es posa a pensar-hi, es veu que el de Colom no és l'únic cas. L'etimologia de *reconquista* implica la recuperació d'un territori que legítimament et pertany. Quan l'Imperi romà conquereix, *romanitza*, però quan ho fal'islam...? I això és només la punta de l'iceberg.

El poder del llenguatge (i el llenguatge del poder!) ens ha explicat la història tal com volien que l'aprenguéssim, i de cop m'adono, amb cert terror però sobretot amb fam de coneixement, que tinc l'oportunitat (la responsabilitat!) de formar-me en tot el que creia saber.



Tuits

**[S'incendia un local a Sabadell a causa d'una sobretensió elèctrica per cultiu massiu de #marihuana]**

Ja veuràs quin relax avui al barri.

Marc Serra  
@Marc\_Serra

No serà el primer ni l'últim, últimament el barri fa pudor de marihuana a totes hores!

Jordi Coret  
@Coretto5



Continuem... Fins quan ha de durar? Crec que és necessària una solució.. no?

Vicent\_Esteve  
@Vicent\_Esteve

Quan posaran els semàfors? Estem veient obres, però el tema de semàfors és prioritari.

Kim  
@KIMFCB

**[Tornen les pluges intenses a Sabadell]**

Jo com Sant Tomàs, ja no em crec res, plou a tot arreu menys a Sabadell

Indaleci Llorenç  
@indadruida

**[L'Ajuntament preveu netejar aviat una pintada que ha aparegut a la façana de l'Artèxtil]**

Després de la pintada si ja acaben del tot les obres del c/Quevedo, seria molt d'agrair...

Angel Viñeta Nevado  
@NevadoVine52684





# Posa't en forma



### Torna a la rutina

Recupera la teva activitat esportiva preferida per evitar el sedentarisme

### Alimenta't bé

La dieta és un element clau per a la salut de totes les persones

### Equipaments

El QWellness Sabadell té la sala de 'fitness' més gran de Catalunya





SALUT

Fer exercici físic és clau per mantenir un estil de vida saludable i estar en forma

## Actitud per tornar a la rutina postvacacional



Practicar esport és una gran eina per trobar-se millor en tots els sentits.

**Disposem d'abundant** informació sobre els beneficis de l'activitat física en les persones. Aquesta pot esdevenir el motor que reguli el nostre cos i esdevingui el principal combatent contra el sedentarisme, una actitud que hem de prevenir, i això és no passar-se tot el dia assegut o estirat al sofà. Toti que el mes de setembre ens pot fer mandra, el millor és tenir una bona actitud per agafar la rutina de fer exercici físic i mantenir un estil de vida saludable en la mesura de les nostres possibilitats. En general, i en un ampli ventall d'edats, els comportaments sedentaris més comuns avui dia estan relacionats amb el que es coneix com a temps d'ús d'aparells electrònics, com ara estar davant de l'ordinador, jugar a videoconsoltes, fer servir tauletes o veure la televisió. A més a més, altres activitats sedentàries poden incloure llegir o conduir un vehicle.

Ens trobem davant d'una situació que pot perjudicar-nos tant com altres hàbits nocius com fumar o tenir una alimentació desequilibrada i poc saludable. El nostre cos i tot allò que el conforma requereix moviment, però el pas del temps ens ha convertit en persones adherides a comportaments sedentaris. Gran part del dia el passem en una cadira treballant, mirant la televisió, navegant per Internet o jugant a video-

jocs. Segons dades de l'Enquesta de Salut de Catalunya, la població adulta passa de mitjana 5,4 hores al dia en comportaments sedentaris. A més a més, segons el mateix estudi, a Catalunya, durant el 2021, un 15,1% dels homes i un 17,5% de les dones eren inactius. En definitiva, i com ens mostren les xifres, hi ha una manca d'activitat física en una gran majoria de la població i predominen les actituds que perjudiquen clarament la salut.

La definició de "conducta sedentària" és esclaridora i ens parla de "qualsevol comportament, estant desperts, caracteritzat per activitats amb molt poca despesa d'energia mentre estan assegudes, reclïnades o estirades". El sedentarisme, combinat amb una escassa o nul·la activitat física, conformen el còctel que pot contribuir a l'aparició de malalties cardiovasculars.

La manca d'activitat física està relacionada amb l'aparició de malalties cròniques com ara les patologies cardiovasculars, la diabetis i els càncers de mama i còlon. Es calcula que, a la regió del continent europeu de l'Organització Mundial de la Salut (OMS), la poca activitat física és responsable d'aproximadament d'un milió de morts. La conducta sedentària, doncs, és responsable del 3,8% de la mortalitat per totes les causes en adults.

# 365 dies plens de reptes

Per treure la teva millor versió

matrícula gratuïta  
fes-te'n soci!

**Quotes:**  
Fins a 9 anys **23.70€**  
De 10 a 12 anys **28.44€**  
De 13 a 14 anys **37.92€**  
Majors 15 anys **47.70€**

**Club Natació Sabadell**

#365club



nataciocabadell.cat

facebook.com/CNSabadell

twitter.com/CN\_Sabadell

instagram.com/cnsabadell





**QWELLNESS**

Es tracta del club amb la sala de 'fitness' més gran de tot Catalunya

## “Setembre: el mes per reconciliar-se amb l'esport”

“Després d'un estiu on potser ens hem passat de la ratlla, hi ha molta gent que, arribat el mes de setembre, aprofita per reprendre l'activitat esportiva” apunta Ornella Krstic, de l'àrea comercial de QWellness Sabadell, que constata que setembre és el mes quan el club de fitness rep més sollicituds d'alta.

QWellness Sabadell s'ha popularitzat per tenir la sala de fitness més gran de Catalunya, amb 2.500 metres quadrats. “Les instal·lacions, però, en total arriben als 12.000 metres quadrats!”, afegix Krstic. Segons apunta la comercial del club de fitness, el fet de disposar de moltes sales, espais i activitats variades fa que l'in-

terès per part de la ciutadania sigui creixent, “ja que cadascú ve a fer una cosa diferent i tot-hom hi troba allò que li agrada, i és això el que volem potenciar, oferir un ventall ampli i variat de modalitats i formes diferents de fer esport”.

Ta banda, el club també aposta per oferir un tracte personalitzat a cada client. “Per això, oferim un assessorament inicial gratuït per aconseguir l'entrenament ideal per a cada persona”, explica Ornella Krstic, que recorda que “sempre tenint en compte els gustos i els objectius de cada persona”.

La sala de fitness compta amb una màquina d'última generació que mesura la composició corpo-



Imatges cedides d'algunes de les instal·lacions de QWellness Sabadell

ral –nivells de greix, de múscul, d'aigua...– i fa un informe acurat de cada usuari. Això, amb l'ajuda d'un professional del club, és la base de la pauta física que més s'ajusta a cada persona. “Principalment, has de tenir ganes de fer esport, però aquí t'ho posem fàcil”, sosté.

El club compta amb dues piscines de natació, una àmplia terrassa amb solàrium, una piscina exterior, pistes de pàdel i de futbol 3x3, una vuitena de sales polivalentes per a activitats dirigides –que se n'ofereixen més de 200 cada setmana–, una sala amb més de 60 bicicletes estàtiques, un estudi zen de ioga, un estudi d'arts marcial, sis vestuaris per a adults i cinc per a infants, una ludoteca i un pàrquing gratuït per a clients.

“És important remarcar que totes les activitats que fem queden totalment incloses en la mensualitat que paguen els nostres clients”, recorda la comercial del club, que afegix que “veiem com molts clubs de fitness et fan pagar per separat les activitats on els usuaris es volen apuntar”.

**12.000 M<sup>2</sup> D'INSTAL·LACIONS**

**QWELLNESS**  
QUALITY FITNESS CLUB

**LA SALA DE FITNESS MÉS GRAN DE CATALUNYA 2500M<sup>2</sup>**  
**NOVA I IMPRESSIONANT ZONA DE PES LLIURE AMB 950M<sup>2</sup> + 200**  
**ACTIVITATS DIRIGIDES SETMANA · 8 ESTUDIS / 2 PISCINES INTERIORS**  
**1 EXTERIOR · 1500M<sup>2</sup> VESTIDORS · SPA / PÀDEL FUTBOL 3X3 /**  
**LUDOTECA · ESCOLA DE NATACIÓ · ACTIVITATS INFANTILS / PÀRQUING**

Tel. 937 279 419 / Ctra. de Terrassa, 265 / [WWW.QWELLNESS.ES](http://WWW.QWELLNESS.ES)



## NUTRICIÓ

Cal combinar de la millor manera

l'activitat física amb una alimentació sana i equilibrada que ens ajudi a posar-nos en forma i gaudir d'una bona salut

## La dieta, l'altre element clau per tenir una bona salut

**La importància** de combinar l'activitat física amb una alimentació equilibrada no pot ser discutida. Aquesta afirmació és inqüestionable. Quan es duen a terme de manera coherent, aquestes dues accions poden conduir a resultats positius per a aquelles persones que busquen estar en forma i gaudir d'una vida saludable. Els experts en nutrició assenyalen que una alimentació equilibrada consisteix en una distribució adequada dels macronutrients, amb aproximadament un 55% d'hidrats de carboni, un 10% a 15% de proteïnes i un 30% a 35% de greixos en la ingesta total d'energia. Aquests percentatges es refereixen a la proporció d'aquests nutrients en la dieta global.

Els hidrats de carboni representen la principal font d'energia de l'organisme humà i els trobem en quasi tots els aliments. N'hi ha de dues classes, els hidrats de carboni simples o d'absorció ràpida o els complexos o d'absorció lenta.

Els que es coneixen com a simples o d'absorció ràpida són els que ens permeten obtenir energia al cap de pocs minuts d'haver-los ingerit. Alguns aliments que l'aporten són el sucre de taula, la mel, la fruita seca, la fruita, els almívars, els sucres de fruita, la melmelada, el codonyat, la xocolata, les galetes, les barretes energètiques, les begudes ensucrades o els gels de glucosa.

Pel que respecta als complexos o d'absorció lenta, són els que necessiten una digestió més perllongada. En aquest apartat hi trobem el pa, l'arròs, la pasta, les patates, els llegums o els cereals. Són els aliments més recomanables per a la dieta d'un esportista.

Un altre dels nutrients són les proteïnes, que formen l'estructura elemental de totes les cèl·lules del nostre cos. A més, són les que mantenen i reparen els teixits i protagonitzen

la producció d'enzims metabòlics i digestius. També tenen una participació rellevant en els mecanismes de defensa, a causa que formen part de l'estructura dels anticossos del sistema immunitari.

D'altra banda, hi ha els greixos que, tot i que d'entrada semblen que es poden obviar, són, amb mesura, necessari. No s'ha d'abusar, perquè s'acumulen el cos i no són fàcils d'eliminar. Un excés de greixos pot ser perillós perquè poden provocar algunes malalties. La part positiva dels greixos és que representen l'energia necessària per al nostre cos. A més, ens aïllen de les baixes temperatures i col·laboren activament en el funcionament del cos. En trobem de dues classes, saturats i insaturats.

### Altres nutrients

Hi ha altres nutrients que també tenen la seva significació per al nostre cos quan ens referim a l'alimentació. Per un cantó, trobem les vitamines, que són essencials per al nostre organisme, precisament perquè no les creem de manera natural en quantitats suficients. Contenen funcions regeneradores i són part principal en reaccions químiques essencials per a les nostres funcions vitals. Poden ser liposolubles i hidrosolubles.

Finalment, les sals minerals, que poden tenir fins terapèutics. Són necessàries per a l'elaboració de teixits, síntesis d'hormones i en la major part de les reaccions químiques amb enzims. Se segmenten en tres grups. Primer, els macroelements, com són el sodi, el potassi, el sofre, el magnesi, el calci, el fòsfor o el cloro i sofre. Després trobem els microelements, com el iode, el ferro, o el fluor i els oligoelements, com el crom, el níquel o el silici.

SERGI ESTAPÉ

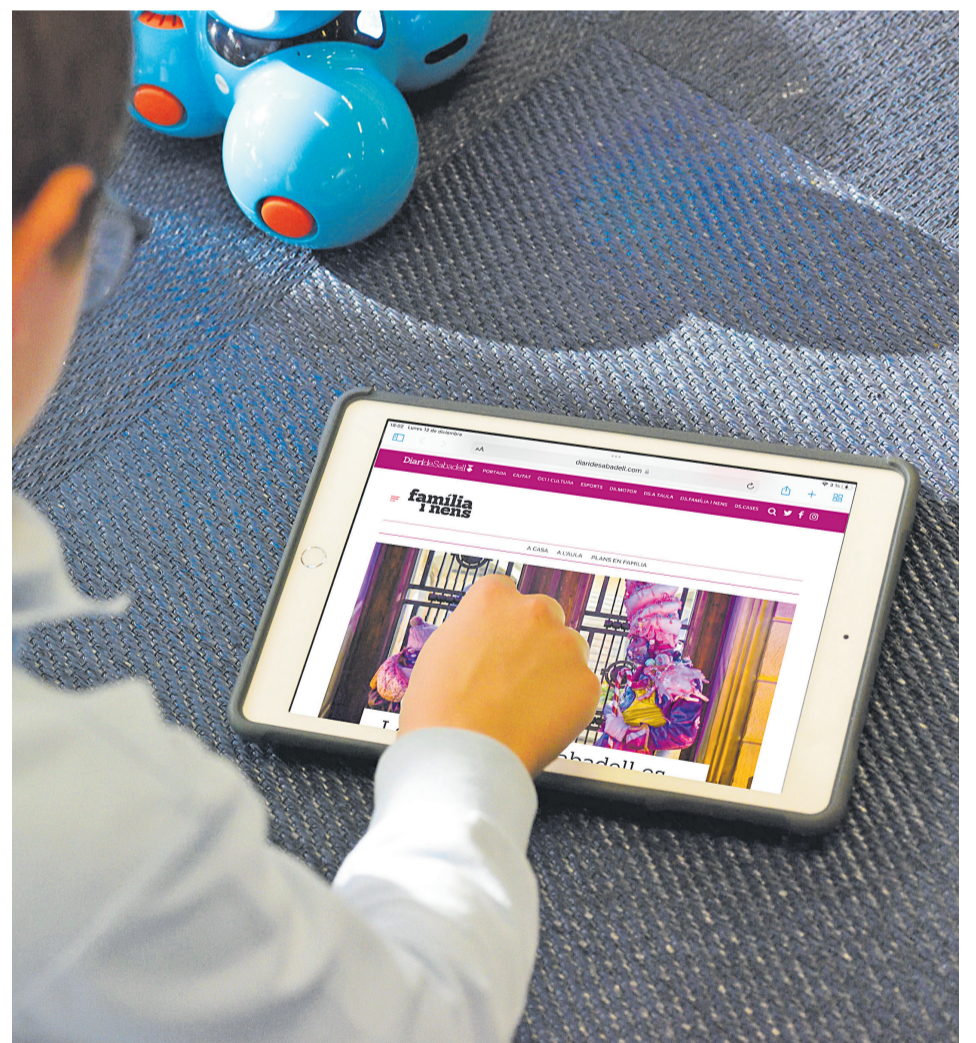


### L'aigua, un element bàsic per al cos

L'aigua també és un element bàsic en la nostra alimentació i agafa el seu protagonisme quan parlem d'activitat física. És el principal component del nostre organisme i constitueix entre el 65 i el 70% del nostre cos. Aquest líquid és determinant per al funcionament correcte del nostre organisme i també regula la temperatura corporal. Es recomana beure entre 1 i 2 litres diàriament.

Una alimentació adequada i activitat física és una barreja beneficiosa





**T'agraden els nostres suplementes?**  
**Ara els pots trobar a la web!**



**DiarideSabadell**

Escaneja el codi QR i podràs llegir el suplement que vulguis des del mòbil



# Diners

**LA XIFRA** **2.861** contractes laborals signats a Sabadell durant el passat mes d'agost. Un 11,8% menys que el mateix període del 2022, segons dades de l'Observatori de l'Economia Local.

## OCUPACIÓ

# L'atur creix entre els més joves i la franja 55+ es manté, durant el passat agost

M. C. · @diaridesabadell #DinersDS

Per segon mes consecutiu, el nombre d'aturats a Sabadell va patir un lleuger repunt, passant de les 11.053 persones desocupades a 31 de juliol, a les 13.313 del passat mes de juliol. Aquestes xifres situen la taxa d'atur registral de Sabadell (10,98%) per sobre la comarcal (10,01%).

Aquest augment ha afectat a totes les franges d'edat, però amb especial èmfasi a la franja de les persones entre els 16 i els 29 anys, passant d'un 8,97% de la taxa d'atur registral al 9,50%, segons les darreres dades de l'Observatori del Consell Comarcal del Vallès Occidental.

En canvi, tot i representar històricament la franja d'edat que pateix un percentatge més elevat de persones aturades, la franja de 55+, durant el passat mes d'agost no va experimentar un creixement com en altres col·lectius (+0,1%),

encara que és la franja amb una taxa d'atur registral més elevada (17,50%).

En el cas dels menors de trenta anys, la desocupació s'ha incrementat interanualment des de l'octubre del 2022 fins al febrer del 2023. Després del parèntesi del març i l'abril (mesos en què es van registrar caigudes interanuals), l'atur del col·lectiu de joves torna a créixer en comparar amb l'any anterior.

Novament, la balança continua desequilibrada entre homes i dones, encara que l'increment de la desocupació de l'agost ha estat més intens entre els homes (+2,7%) que entre les dones (+1,8%). En concret, a la ciutat, la taxa d'atur registral formada pels homes és lleugerament superior al 9% (9,03%), mentre que en les dones se situa quatre punts per sobre (13,04%).



**Al conjunt de la comarca, sectorialment l'atur només ha disminuït entre les persones sense ocupació anterior i l'agricultura. Els serveis a la ciutadania i a l'empresa concentren el gruix de l'increment de l'agost**

Respecte al passat juliol, la franja 55+ ha estat la que menys aturats ha guanyat / A. TORRES



Amb el nou reglament també es vol fomentar la liquiditat / V. CASTILLO

## EMPRESA

# La UE vol posar límit a les empreses per pagar factures

### Redacció

La Comissió Europea ultima un reglament per obligar les empreses a pagar les factures a tot estirar al cap de trenta dies, amb l'objectiu de combatre la morositat.

La normativa actual fixa un termini màxim per pagar les factures de seixanta dies, de manera que el canvi suposaria reduir-lo a la meitat. Amb el nou reglament, la CE també vol fomentar la liquiditat de les empreses. El fet que sigui un reglament i no una directiva provocarà que la seva aplicació sigui immediata als estats membres un

cop s'aprovi. Segons la Plataforma Multisectorial contra la Morositat (PMcM), la morositat és un "problema sistèmic" per l'economia de la UE que afecta de manera "desproporcionadament greu" a les pimes. L'entitat que lidera Antoni Cañete, també president de Pimec, diu que la modificació beneficiarà a pimes i autònoms. Antoni Cañete afegeix que els impagaments "obstaculitzen la competitivitat i augmenten la incertesa" i per aquest motiu ha celebrat la proposta de la CE.

## DINERS

# Lleuger repunt de l'IPC per l'encariment dels carburants

### Redacció

L'Índex de Preus de Consum ha repuntat dues dècimes a l'agost a Catalunya i s'ha situat en el 2,5% en comparació amb el mateix mes de l'any passat, segons les dades publicades per l'Institut Nacional d'Estadística (INE). D'aquesta manera, la inflació encadena dos mesos consecutius a l'alça, tendència que s'atribueix a l'encariment dels carburants. Per la seva banda, la taxa anual de la inflació subjacent, que no té en compte els preus més volàtils, ha baixat fins al 6%, dues dècimes menys que al juliol.

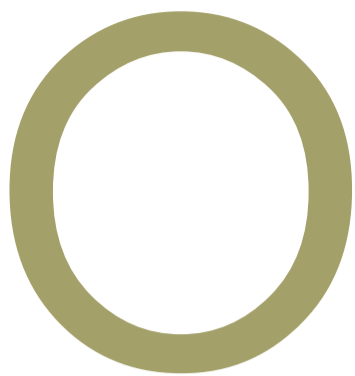
En la mateixa línia, els aliments, tot i que encara s'han situat un 9,5%

més cars que fa un any, han registrat la variació interanual més baixa des del maig del 2022, és a dir, dels últims quinze mesos. En comparació amb el mes de juliol, però, els preus han pujat un 0,5%. La taxa de creixement de l'indicador mensual també és dues dècimes superior a la del mes anterior (la variació mensual de l'IPC al juliol va ser del 0,3%).

A Catalunya, durant l'agost els aliments s'han situat un 9,5% més cars que fa un any, una xifra sis dècimes inferior a la taxa del mes passat (10,1%). Es tracta de la variació interanual més baixa des del maig del 2022.







Oci, temps  
lliure, vida  
& cultura

# Fina Miralles aterra a Espais Volart

Redacció · @diaridesabadell #FinaMiralles

**EXPOSICIONS** Amb 300 peces, la mostra repassa el canvi de procediment creatiu que va dur a terme Miralles a partir del 1984 i que va apostar per l'emoció de l'art com una vivència espiritual

## L'Espais Volart de la Fundació

Vila Casas de Barcelona va presentar aquest dimecres l'exposició *Des de més enllà del temps* de la sabadellenca Fina Miralles. Amb 300 peces –280 cedides pel Museu d'Art de Sabadell–, la mostra de Miralles repassa el canvi de procediment creatiu que va realitzar Miralles a partir de 1984 i que va apostar per l'emoció i la concepció de l'art com una vivència espiritual. La mostra es podrà veure fins al 14 de gener de 2024.

L'exposició sobre Fina Miralles repassa diversitat de temàtiques i com aquestes es relacionen entre elles i creen "esferes metafísiques". "És una vivència del cosmos, que va des del món de l'aigua, la terra, el paisatge i el mar al món subtil de les estrelles", ha explicat una de les comissàries, Maia Creus.

Una de les particularitats de l'obra és que el color blanc "és un element de conjunt" hi té protagonisme en la majoria de peces. "No és un blanc com a punt zero de la modernitat des d'on s'expressa l'autor, si no un blanc en el sentit oriental. Com un espai ple de vida, de comunió i de comunicació amb el món i el cosmos. És un viatge al blanc de la Fina Miralles", ha destacat Creus.

Creus ha explicat que Miralles "treballa per seqüències" i que pinta des de la memòria. "La Fina pinta amb els ulls tancats, des de l'ànima. Se situa davant del paper i fa un ritual. Queda en silenci i tanca els ulls i espera que l'obra es manifesti. Segueix el dictat de la presència i, un cop el quadre està acabat, aquest mateix s'autoanomena".

En paral·lel al paisatge, la figura travessa tot el corpus pictòric de Fina Miralles, amb imatges que remetent al passat indígena comú a tots els éssers humans, la presència de la mare biològica o l'arbre còsmic i els éssers d'aigua; també s'hi troba una galeria d'esperits mitològics, del dia i la nit, o donen imatge a la floració del regne vegetal.

La forta vinculació amb la natura i la visió cosmocentrista del món que caracteritza l'obra de Fina Miralles estan presents en les peces que formen aquesta ex-



Imatges de l'exposició / CEDIDES

posició. S'hi podran trobar paisatges on els elements que en formen part (terra, cel, atmosfera, etc.) i humans estan estretament relacionats.

El Museu d'Art de Sabadell ha col·laborat estretament en l'exposició. L'edició en quatre volums dels escrits de Fina Miralles amb el títol *Fina Miralles. Paraules fertils 1972-2017*, editada i presentada l'any 2017 amb la col·laboració del Museu d'Art de Sabadell, ha posat en relleu la profunda relació entre l'escriptura i l'obra visual de l'artista. L'exposició *Des de més enllà del temps* aprofundeix en aquest diàleg, fent aflorar allò que els ulls no veuen i que l'artista ens fa percebre.

**El Museu d'Art de Sabadell ha cedit més de 280 obres de Fina Miralles a l'exposició de Barcelona**

Cartellera

DEL 15 AL 21 DE SETEMBRE

## Eix Macià Multicinememes

9 SALES / Venda d'entrades a [www.cinesdesabadell.com](http://www.cinesdesabadell.com) o als caixers automàtics situats als cinemes / Telèfon informació 24 hores: 937 239 800

CAMPEONEX	SALA 1
16.00, 19.00, 22.00	
AFTER. AQUÍ ACABA TODO	SALA 2
16.00, 18.00, 20.15, 22.30	
BARBIE	SALA 3
16.00, 18.15, 20.30, 22.45	
NINJA TURTLES: CAOS MUTANTE	SALA 4
16.00, 18.00	
OPPENHEIMER	SALA 4
20.15	
MISTERIO EN VENECIA	SALA 5
16.00, 18.00, 20.15, 22.30	
THE EQUALIZER 3	SALA 6
16.00, 18.15, 20.30, 22.45	
TODOS LOS NOMBRES DE DIOS	SALA 7
16.00, 18.15, 20.30, 22.45	
LA MONJA II (atmos)	SALA 8
16.00, 18.15, 20.30, 22.45	
MEGALODON 2: LA FOSA	SALA 9
16.00, 18.15, 20.30, 22.45	
Dijous 20 "MISTERIO EN VENECIA" en V.O.S.E.	

## Cines Imperial

11 SALES / Venda d'entrades a [www.cinesdesabadell.com](http://www.cinesdesabadell.com) o als caixers automàtics situats als cinemes / Telèfon informació 24 hores: 937 263 131

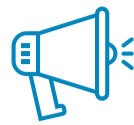
MISTERIO EN VENECIA	SALA 1
16.00, 18.15, 20.30, 22.45	
LA MONJA II (atmos)	SALA 2
16.00, 18.15, 20.30, 22.45	
TODOS LOS NOMBRES DE DIOS	SALA 3
16.00, 18.15, 20.30, 22.45	
AFTER. AQUÍ ACABA TODO	SALA 4
16.30, 18.30, 20.30, 22.30	
BARBIE	SALA 5
16.15, 19.15	
CREATURA (català)	SALA 5
22.15	
THE EQUALIZER 3	SALA 6
16.00, 18.15, 20.30, 22.45	
OPPENHEIMER	SALA 7
16.00, 20.30	
CAMPEONEX	SALA 8
16.00, 19.00, 22.00	
RICHARD LA CIGÜEÑA Y LA JOYA PERDIDA	SALA 9
16.30, 18.30	
EL SOL DEL FUTURO	SALA 9
20.30, 22.30	
INDIANA JONES Y EL DIAL DEL DESTINO	SALA 10
16.00, 19.00, 22.00	
MI SOLEDAD TIENE ALAS	SALA 11
16.15	
MEGALODÓN 2: LA FOSA	SALA 11
19.15, 22.15	
Dimecres 20 ÓPERA A LA SALA 2: 20.15 H: EL ORO DEL RIN.	
Dijous 21 "EL SOL DEL FUTURO" en V.O.S.E.	

## NO T'HO PERDIS

**Divendres 22 de setembre a les 20 h**

L'Orquestra Simfònica del Vallès representarà la Setena de Beethoven al teatre municipal La Faràndula. En el concert es podran sentir també les Variacions rococó de Txaikovski, que abracen una àmplia gamma d'emocions, des de la serenitat melancòlica fins a la vitalitat juganera. Són un exemple de la música romàntica russa i han esdevingut una peça emblemàtica per als intèrprets de violoncel. D'altra banda, la Simfonia clàssica de Prokófiev destaca per l'enginy, la frescor i l'elegància, així com per la fusió de l'estil clàssic amb el llenguatge musical modern del segle XX. Es tracta d'una obra molt apreciada i que ha guanyat un lloc destacat en el repertori simfònic.





## Mor un home a Castellar en caure d'una atracció

Redacció · @diaridesabadell #AccidentMortal

**SUCCESSOS** La víctima hauria accedit al recinte, una activitat de la Festa Major, sense autorització i “desobeint els advertiments dels vigilants”

**Un home de 35 anys va morir** el passat dimarts a la tarda a Castellar del Vallès després de caure d'una atracció que hi havia instal·lada a l'Espai Aventura't amb motiu de la Festa Major de la vila. Segons han informat fonts municipals, l'accident mortal va tenir lloc al voltant de dos quarts de cinc de la tarda, quan el recinte, ubicat a la plaça de la Fàbrica Nova, estava tancat al públic.

L'Ajuntament de Castellar va manifestar a través d'un comunicat que la víctima havia accedit al recinte “sense autorització i, desobeint els advertiments dels vigilants del recinte, s'ha enfilat a una atracció i ha caigut a terra des d'una alçada considerable”. L'home va patir traumatismes múltiples i va ser ingressat en estat crític a l'Hospital Parc Taulí de Sabadell, on finalment va perdre la vida. Els Mossos d'Esquadra mantenen oberta una investigació per esclarir les causes del fatal incident. El consistori castellarenc ha lamentat el tràgic desen-



Imatge a prop de la plaça de la Fàbrica Nova, a l'Espai Tolrà, on es va produir l'accident mortal dimarts / CEDIDA

llaç i ha traslladat el seu condol als familiars i amics de la víctima. L'activitat de l'Espai Aventura't va quedar suspesa a la tarda a conseqüència del succés, però el castell de focs es va celebrar amb normalitat.

La vila havia viscut quatre dies de Festa Major, amb més d'un centenar d'activitats per tots els carrers. Els focs artificials van posar el punt final a una celebració que va acabar amb sabor amarg per la tràgica notícia.



**SANT QUIRZE**

### Tradició i història a la Festa del Most

Redacció

**Sant Quirze es prepara** per acollir diumenge la tradicional Festa del Most. La vinya de la Masia de Can Barra esdevindrà l'escenari d'aquest esdeveniment que consisteix a trepitjar el raïm, realitzant tot el procés tal com es feia abans. El Grup d'Investigació i Història de Sant Quirze del Vallès i l'Ajuntament organitzen la iniciativa, que començarà a les 10 del matí amb un esmorzar. Cap a les 11 hores es farà la trepitjada de raïm. Una oportunitat perquè els infants visquin i coneguin tot el procés de la verema, des de la collita fins a l'obtenció del most. La celebració recorda la tradició i la identitat del municipi santquirzenc.

# Classificats

Treball  
Immobles  
Serveis  
Contactes  
Motor  
Diversos



## Motor

**COMPRAMOS TURISMOS,**  
furgonetes y motos. No importa  
averiados o golpes. 607.25.47.31

**ANUNCIA'T PER  
FER ARRIBAR  
EL TEU MISSATGE  
A LA GENT  
DE SABADELL**

[publicitat@  
diaridesabadell.com](mailto:publicitat@diaridesabadell.com)  
93 727 55 45

Tel. 93 727 55 45  
[publicitat@diaridesabadell.com](mailto:publicitat@diaridesabadell.com)



Laura Andrés, en una imatge recent durant la presentació del seu treball 'Kintsugi' / D.S

**SANT CUGAT**

### Laura Andrés serà al Teatre-Auditori

Redacció

**El Teatre-Auditori** Sant Cugat repeteix un any més com una de les seus del Festival de Jazz de Barcelona. Ho farà amb una proposta d'estrena, 'Venus', últim projecte de la pianista sabadellenca Laura Andrés. La cita serà el pròxim dissabte, 25 de novembre, a la localitat vallesana. Els caps de cartell del festival seran Chuchó Valdés, Joshua Redman, Richard Bona amb la Liceu Big Band i Clara Peya. La 55ª edició s'inaugurarà amb dos concerts el pròxim 18 i 19 de setembre.





Miki Lladó i  
Jaume Milà a  
la banqueta  
/LLF.



**P16:** La malastrugança de David de la Cruz, de nou forçat a abandonar

**P16:** Club Natació i Escola Pia afronten amb màxima motivació la lliga

## CE SABADELL CARRIÓN

# “Ara hem de millorar quan tenim la pilota”

Pere Figueras · @perefiguerasval

La solidesa va ser un tret característic fonamental del Sabadell de Miki Lladó a la segona volta de la passada temporada per assolir l'objectiu de la permanència. Aquesta temporada, l'equip semblava haver perdut aquesta consistència defensiva. De fet, a la pretemporada només va deixar la porteria a zero en una ocasió (el 0-2 d'Olot) i a la lliga, encara no ha aconseguit cap vegada: 4 gols rebuts en tres jornades.

A l'estadi del Toralín, davant un rival dissenyat per lluitar pel *play-off*, la sensació és que va recuperar la seva millor versió defensiva. “Sí, l'equip va fer un salt de maduresa important i va acostar-se al nivell de la segona part de la lliga de la temporada passada”, reconeix Juanmi Carrión, un dels pocs supervivents del curs anterior.

El de Chiclana de la Frontera, curiosament, no va ser titular a Ponferrada quan semblava un fix en l'esquema de Miki Lladó. Va ser una de les novetats de l'onze. El tècnic va apostar per la polivalència de David Astals pel carril esquerre. “Sorpresa? Simplement,

em va tocar sortir des de la banqueta, són decisions del tècnic i s'han d'acatar. No calen explicacions, jo sempre intento aportar el màxim, sigui de titular o després si surto a la gespa”.

Si dissabte que ve juga contra el SD Logroñés, arribarà al seu partit número 30 d'arlequinat. “És una bona xifra que espero augmentar. Per a mi és com el principi, estic molt feliç aquí i el meu objectiu és millorar i oferir encara més en cada partit”.

### Aprofitar la possessió

El Sabadell va oferir una imatge de gran sobrietat, controlant una Ponferradina amb jugadors de moltíssima qualitat. “En aquest aspecte estem contents i ara el següent pas és créixer a partir d'aquesta solidesa. Hem d'aprofitar les possessions i millorar quan tenim la pilota. L'equilibri és fonamental per assolir victòries”, explica Carrión.

Per una bona circulació de pilota també és important gaudir d'un terreny de joc en condicions, una circumstància que no passa a la Nova Creu Alta última-

**Assolir l'equilibri és el nou repte del cos tècnic arlequinat: porteria a zero i generar més ocasions a l'àrea rival**

ment. “És evident que no es troba en les condicions que voldríem per desenvolupar el nostre joc i a vegades ens pot penalitzar, però tampoc pot servir com a excusa perquè el rival també ho pateix. Hem d'adaptar-nos”.

Ara mateix, és impossible catalogar els equips per la seva classificació. És massa aviat. Però el següent rival, el SD Logroñés, ha sumat 6 punts i sembla que vol repetir el paper d'equip revelació de la temporada anterior. El lateral arlequinat avisa: “tot i que pot semblar un candidat a patir, té bons jugadors que fan un bon futbol i m'agrada el seu estil ofensiu. Serà un rival molt difícil. Repetir el gol de Las Gaunas? Ja m'agradaria... Aquell gol va ser molt important per la tranquil·litat. Però jo sempre dic que em dono per satisfet amb guanyar el partit”.

### Presentació de Moyano

Aquest dijous està prevista l'última presentació oficial. Es tracta del migcampista Antonio Moyano, qui va arribar com a agent lliure (ex de l'Alcorcón) per suplir la baixa per lesió de Javi Gómez.



### Mor l'exporter Djordjevic

A l'edat de 79 anys, ha mort Nebojsa Djordjevic, exporter del Centre d'Esports Sabadell en la dècada del 70. D'origen serbi, va arribar a la nostra ciutat procedent de l'antiga Iugoslàvia -el seu club era l'OFK Belgrado- com a internacional absolut (suplent). En una època d'escasses incorporacions de l'estranger, Djordjevic va generar una gran expectació. A la seva primera temporada, la 73/74, va disputar un total de 15 partits, en competència amb un veterà Pepe Martínez. A la següent, la 74/75, el seu rival directe a la porteria era el jove Francisco López i només va jugar 7 partits.



# L'infortuni persegueix David de la Cruz

Marc Segarra · @marcsegarra4

#CiclismeDS #LaVuelta

**CICLISME** Una gastroenteritis ha deixat fora de combat el sabadellenc de la Vuelta quan estava fent una notable actuació. S'acumula la mala sort a les grans curses

**L'infortuni persegueix a David** de la Cruz una vegada més. El corredor sabadellenc ha hagut d'abandonar la Vuelta abans de la disputa de la 16a etapa a causa d'una gastroenteritis. Així ho va anunciar el seu club, l'Astana, a través d'un comunicat a xarxes socials.

De la Cruz es trobava onzè a la classificació general en el moment de patir aquest contratemps i estava completant una notable Vuelta, a només 36" del top-10. Aquest dissabte va fregar, fins i tot, el triomf d'etapa i estava formant part del grup capdavanter cada jornada. Malgrat que va poder completar el recorregut de forma excel·lent, el cap de setmana ja va requerir una pastilla pel mal d'estómac i en el dia de descans va estar amb febre. Hores més tard van confirmar-se els pitjors presagis i el sabadellenc abandona la ronda espanyola.



De la Cruz de nou ha hagut de baixar de la bicicleta / ASTANA

## Antecedents

Per desgràcia, el ciclista d'Espronceda, sap el que és retirar-se d'una gran cursa. Ho va haver de fer fa dos mesos a la dotzena etapa del Tour després d'una caiguda, però el seu historial no acaba aquí. De la Cruz, de fet, acumula vuit abandonaments abans de temps a les tres grans del ciclisme. I és que la sort sempre ha estat el

gran deure del sabadellenc. El primer va arribar en el seu debut a la Vuelta, el 2013. A la ronda espanyola tampoc va acabar el 2015 i el 2017.

Al Giro va haver d'abandonar el 2016 i, més recentment, el 2022. Especialment difícil ha estat sempre el seu paper al Tour. De la Cruz ha format part de la Grande Boucle

en tres ocasions i només en una ha finalitzat, havent de superar, a més, una caiguda a l'inici de la cursa. Tant el 2014 com, darrerament, al 2023 va haver de marxar a casa lesionat. El ciclisme li deu moltes experiències a un David de la Cruz que continua havent d'esquivar més obstacles dels que hi hauria. Sempre hi ha una revàlida.

# El Club està entre la Copa i la lliga i l'Escola Pia vol un any tranquil

M. Segarra · @marcsegarra4 #FutbolSala

**La Segona Divisió B de futbol** arrenca aquest cap de setmana. Club Natació Sabadell i Escola Pia comencen el seu camí en una temporada il·lusionant.

Els nedadors inicien un nou projecte amb Pau Machado al capdavant i amb set fitxatges i buscaran donar continuïtat al gran any que els va portar a la play-off per primer cop. "Som ambiciosos i ens agrada que ens posin a dalt. La lliga estarà molt igualada, però tenim confiança en el projecte i en les nostres possibilitats. Serem un equip competitiu", explica.

L'estrena a la lliga serà el dissabte a les 19 h al Pavelló Nord davant



El jugador nedador Pablo Robert, en una acció de la temporada passada. El Club aspira a reptes importants / D. CHAO



Els finalistes del Memorial Encarnació Romero / CEDIDA

# La família Weisz i Santi Vidal, els protagonistes

P. Figueras · @perefiguerasval #TennisTaula

**Doble cita.** El Torneig femení Memorial Encarnació Romero 'Mare Weisz' va tornar a ser un gran èxit. Una jornada esportiva i de tennis de taula molt bonica i emotiva i amb una gran participació. La cita ja és un clàssic del tennis de taula femení i l'amor i la tendresa que va evocar l'Encarnació a tota la seva família, va veure's una vegada més reflectit en un Open magnífic. El títol en aquesta edició se'l va endur la destacada palista Alba Prades, que va imposar-se en la final a Mònica Weisz. La tercera plaça seria per a Montse Weisz. Les dues bessones van gaudir a la pista i a fora, com tota la nissaga, que va viure en primera persona l'estimació que tothom tenia per l'Encarnació i per la família Weisz, un referent personal i esportiu a la ciutat i en l'àmbit català i estatal.

També va tenir una destacada participació l'Open Santi Vidal.

El palista del Tennis Taula Tortosa, Jaume Querol, principal favorit, va adjudicar-se la victòria. En el duel decisiu va superar el sabadellenc Ignasi Weisz. La tercera plaça ha estat per a Josep Mailló (Canet).

## Àrbitre amb 93 anys

La final va tenir d'àrbitre a Santi Vidal, que amb 93 anys i una gran energia, va viure la vuitena edició d'aquesta cita que porta el seu nom. Un homenatge ben meregut a la seva gran trajectòria en aquest esport.

**Alba Prades va guanyar el Memorial i Jaume Querol, l'Open Santi Vidal**

un dels punters, el Mataró. No obstant això, no serà el primer partit oficial de la temporada per al Club i és que el passat cap de setmana va disputar la primera eliminatòria de Copa del Rei davant l'Olímpic Floresta (3-6). A la segona ronda ja espera El Pilar valencià. "El triomf de la Copa ens dona confiança. A la segona meitat vam jugar molt bé i crec que arribem bé a l'inici de lliga, sobretot físicament. Començar contra un equip consolidat i dels forts a la categoria és una bona prova per a l'equip. Ens hem de fer forts a casa i el primer pas és guanyar dissabte", afirma Machado.

## Menys patiment

El Futbol Pia, per altra banda, manté part del bloc de la temporada passada, però no comptarà amb els seus dos golejadors: Arnau Graell i Peluca. Amb Pedro Donoso a la banqueta, els escolapis bus-

caran un any més tranquil. "Hem portat jugadors amb gol com Marcel Bravo o Pepe Font que ens supliran les absències en aquest apartat. Som ambiciosos i volem estar a la meitat alta mantenint la dinàmica de la segona volta", explica el tècnic.

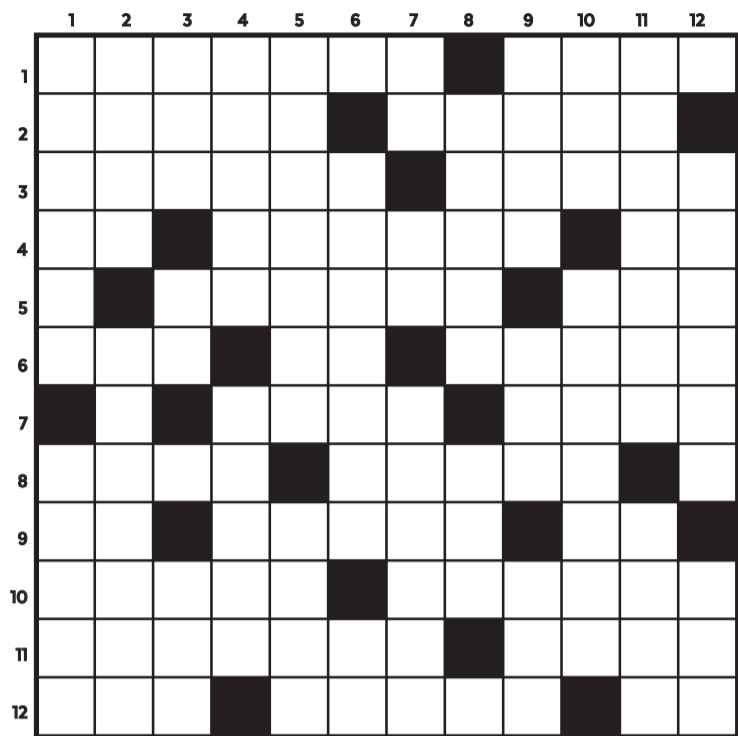
Comencen la temporada dissabte a les 18 h a Can Colapi davant Les Corts. "En aquesta categoria no hi ha rival senzill. Tot i ser un recentment ascendit, tenen un bon equip i seran molt competitiu. La lliga és molt llarga i n'hem de ser conscients", assevera Donoso.

**La lliga de Segona B comença aquest cap de setmana i ambdós juguen com a locals**



# Mots Encreuats

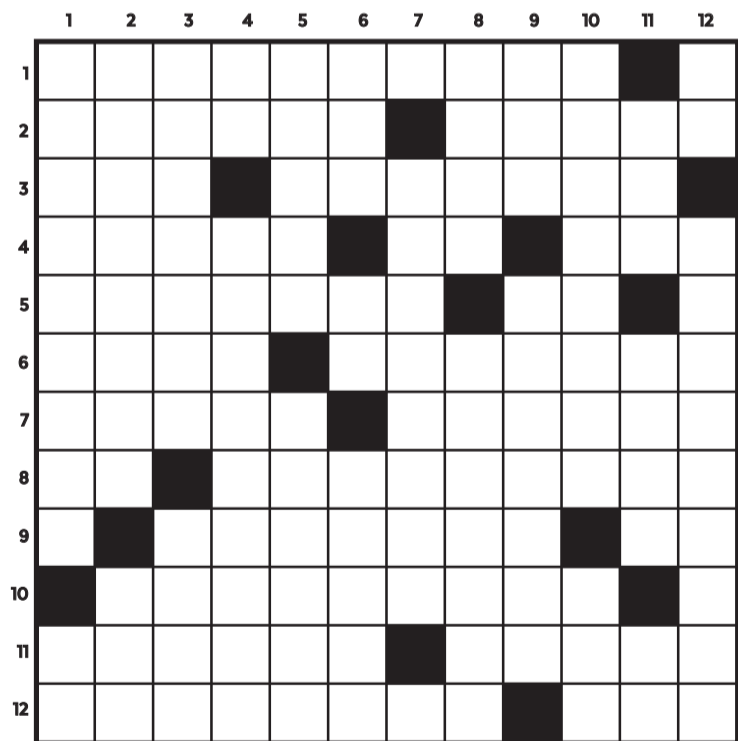
J.PETIT



**HORIZONTALS:** 1. Protuberància del cos. Llaçada. 2. Suren sobre la mar. Faré servir. 3. Té una malaltia consumptiva. Excessiu interès en un préstec. 4. Crit de carreter girat. Gènere d'ocells. Marges de la mel. 5. Extrem del món. Espai per a la pràctica d'esports. Conjunt pensant. 6. Nits sense vespre. Amor a mitges. Prepara la collita. 7. Enmig del peu. Educa un infant. Fet heroic. 8. Combat al ring. Faci un traç amb llapis. Fons de l'aigua. 9. Centre de la cara. Satisfacció dels sentits. Nega sense vocals. 10. Utensili per cosir. Rebrotava. 11. Complirà una ordre. Barri marítim girat. 12. Passa un instrument de tall. Gènere d'arbres. Expressió que busca una confirmació.

**VERTICALS:** 1. Nom d'home. Mirar sense mirar. 2. Capaç de viure a l'oceà sense respirar l'aire. Abans de la praxi. 3. Odes amb una de menys. Està present. Creu inclinada. Cub amb punts. 4. Realitzaves una feina. Castrat. 5. Induir a fer. Envoltat de terra. 6. Una de més. Imitador d'Adam. Mitja rata. 7. Les febles. Final del fred. Utilitzar la pandereta de Castelló. 8. Sirió antic. En aquest instant. Una de feble. 9. Bassa sense fons. Boca d'ocell. Despullada. 10. Planeta que puja. Petxina. 11. Element no metàl·lic. Dono la volta. 12. Fons de la piscina. Aliatges de coure o zinc. És màgic sense límits.

# Crucigrama



**HORIZONTALS:** 1. Hecho y levantado en una sola piedra. La sinuosa. 2. Projectiles. Puede hacerse con carne, pollo y verduras. 3. Cedan al revés. Cerrar con un corcho. 4. Óseo. Hace infinitivos. Coche inglés volcado. 5. Herramientas para aplanar baches. Casi giro. Rosquilla. 6. Sucio y desaliñado. Decir tres veces lo mismo. 7. Valorar. De carne fuerte. 8. Lo mismo. Una imprudente. 9. Sin determinar. Pecho de cristal para el bebé. Estroncio. 10. Rutina. Levante. 11. Lío de ropa. Inicié el expediente al revés. 12. Los que nos ilustran sobre nuestras obligaciones fiscales. Mima a los pacientes.

**VERTICALS:** 1. Plancha con ruedas para divertirse. Casi paso. 2. Exceso de kilos. Lo es diciembre. 3. Llenas de ligámenes. Contenedor de guisantes que precisa abrelatas. 4. Su orden al revés. Sonatas cortas y fáciles. 5. Lengua de Curlandia. Cambió de dirección tras el choque. 6. Tomé por abajo. Forma infinitivos. Poner dentro de la cartera. 7. Infusión en corto. Uno que lo hacía todo por las monedas anteriores. Vocal. 8. Líquido ulceroso. Plural de hueso que acompaña a la tibia. 9. Lo es el pastor alemán. Planta muy macetera. 10. Sácalo por abajo. De esta parte del país. 11. Derecha en breve. Sufijo para las inflamaciones. Ente central. 12. Garbino. Haréis de aclamadores del partido.

# Passatemps

## Logogrif

Cada número de les caselles correspon a una lletra de l'abecedari.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

És antic, però ens ajuda a suportar l'estiu

11 2 12 7 13 9 8 2 14

Animals que tenen sis potes

11 5 15 5 2 3 5 16

Fet de dutxar-se tots els dies, per exemple

11 9 14 13 5 16 5

Asil de persones desvalgudes

5 3 15 2 3 4

De grans proporcions

16 7 10 13 9

Regió interglútia

7 10 5 6

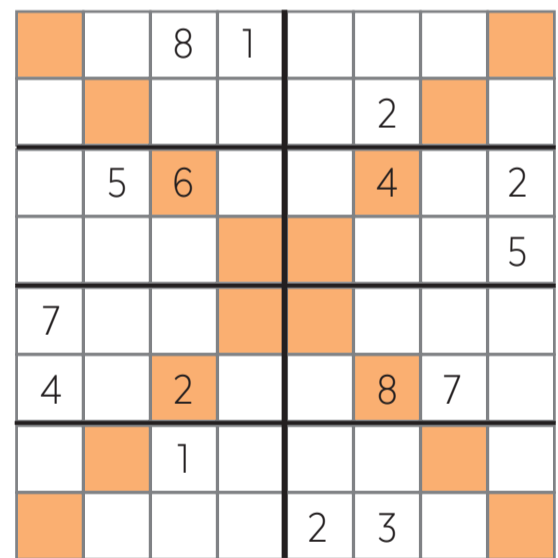
Excrecència d'una llavor

### Solució anterior

VULGARITAT  
BALLESTER  
GLARÈOLA  
DRETURA  
EFÍGIE  
BANAU  
MARÍ

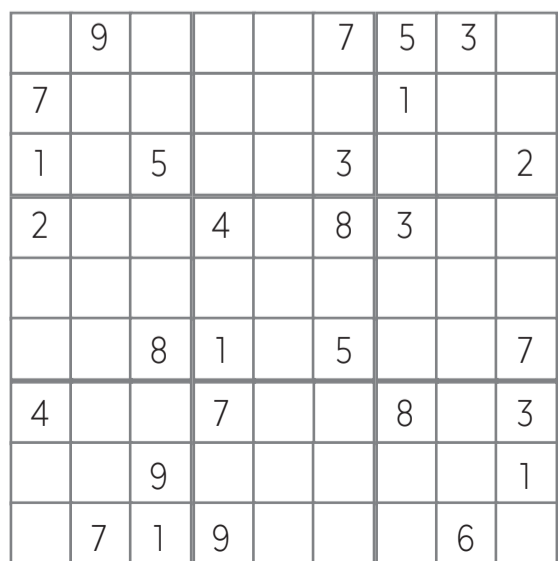
## Sudoku X

Ompli les caselles verticals, horitzontals i les dues diagonals majors amb els números de l'1 al 9 sense repetir-ne cap.

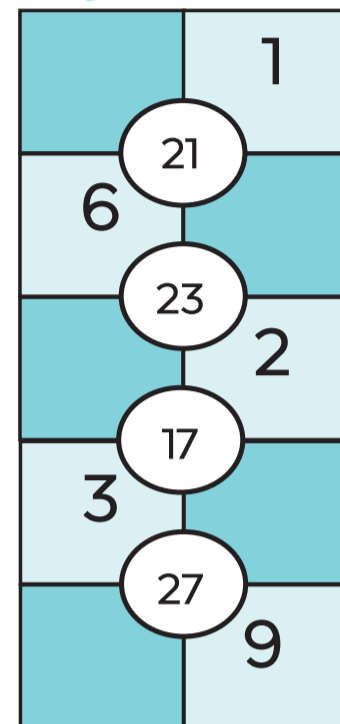


## Sudoku

MOLT DIFÍCIL

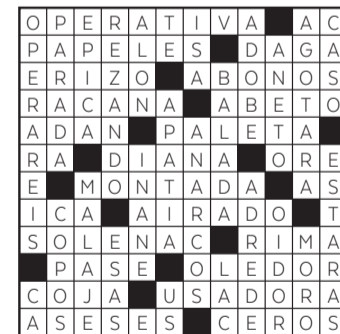


## Sujiko 10

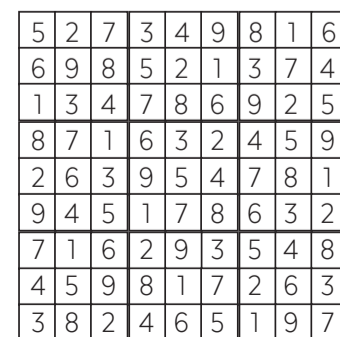
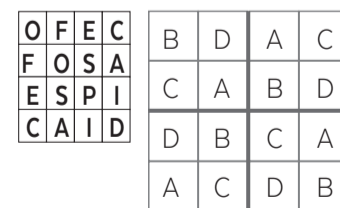


Poseu els números de l'1 al 10, sense repetir-ne cap, dins de les caselles buides, de manera que el total de cada cercle sigui igual a la suma de les quatre caselles que l'envolten.

## Solucions anteriors



Els tres mots: Fosa, Espí i Coid.





# Televisió dijous

## LES PEL·LÍCULES DEL DIA

### Transporter II

22:50 h. Cuatro

★★★

Acció. 2005. França-EUA. Direcció: Louis Leterrier. Intèrprets: Jason Statham, Alessandro Gassman, Amber Valetta, Kate Nauta, Matthew Modine, Jason Flemyng. 87 min.

L'exmercenari Frank Martin té una vida molt tranquil·la a Miami, però no té més remei que tornar a l'acció quan un membre de la seva família és segrestat.



### Tráfico humano

22:00 h. Paramount Network

★★★

Suspens. 2005. Canadà, EUA. Direcció: Christian Duguay. Intèrprets: Lynne Adams, Zoe Aggeli-ki, Isabelle Blais. 176 min. La Nadia, una adolescent russa de només 16 anys, fuig de casa i viatja a Nova York enganyada per una banda de proxenetes.



### La mercenaria (Rogue)

22:40 h. FDF

★★★

Acció. 2020. EUA. Direcció: M.J. Bassett. Intèrprets: Megan Fox, Philip Winchester, Calli Taylor, Jessica Sutton. 105 min. La Samantha O'Hara és una dura mercenaria que lidera un escamot de soldats en una missió especial: rescatar un ostatge dels seus segrestadors al lloc més remot de l'Àfrica.

### 8TV

09.00 - Espais comercials.  
12.00 - Cine.  
«El gran McLintock».  
13.45 - Cine.  
«En el viejo California».  
15.20 - Mundo natural.  
15.40 - Vist a 8tv.  
16.10 - Mary Higgins Clark.  
19.30 - Cine.  
«Lobos marinos».  
21.00 - Cine.  
«Caravana al oeste». Un oficial del bàndol confederat viatja amb la seva filla rumb a l'Oest un cop acabada la guerra civil.  
22.30 - Cine.  
«Animal». James Animal Allen és un gàngster dur i violent que es troba reclòs en una presó de màxima seguretat i ha deixat el seu fill creixent sol al carrer. Al centre penitenciari coneix un vell revolucionari que li fa canviar la seva concepció del món i del lloc que ell hi ocupa.  
00.30 - Ares Revolution.

### Radio SBD

07.00 - Notícies en Xarxa.  
09.00 - El Cafè de la Ràdio.  
11.30 - Al Matí.  
13.30 - Notícies migdia.  
14.00 - Hotel Suís.  
Amb Adrián Arroyo.  
15.00 - Amunt el telé.  
16.00 - Connectats.  
19.00 - Notícies Vespre.  
19.30 - El Món és Digital.  
20.00 - Parlem d'òpera.  
21.00 - La Llanterna Màgica.  
Programa apte per tots els públics. El seu objectiu és passar i fer passar una bona estona a tothom mentre parlem de cinema i escoltem música de pel·lícula. Tot el món del cinema portat a la ràdio. Una cita obligada setmanal per parlar de directors, actrius, actors, músics, guionistes, gèneres... i amb la música com a fil conductor.  
22.00 - Fòrmula musical.

### La Primera

08.00 - La hora de La 1.  
10.40 - Mañaneros.  
Amb Jaime Cantizano.  
Amb la col·laboració de Miriam Moreno i Marc Santandreu.  
14.00 - L'informatiu.  
Amb Aina Galduf. Inclou El temps.  
14.10 - Ahora o nunca.  
Amb Mònica López.  
15.00 - Telediario 1.  
Amb Alejandra Herranz. Esports. Ana Ibáñez. Inclou El tiempo.  
15.50 - L'informatiu.  
Amb Aina Galduf. Inclou El temps.  
16.15 - El tiempo.  
16.25 - La Promesa.  
17.30 - La Señora.  
18.25 - El comodín de La 1.  
Concurs amb Aitor Albizu. Espai en què els concursants s'enfronten a deu preguntes, encara que compten amb l'ajuda de set comodins per intentar trobar la resposta correcta i mantenir el màxim de diners possibles. Els participants tenen set possibilitats de premi, però les opcions van minvant a mesura que utilitzen els comodins o fallen les respostes. A més, els aspirants compten amb l'ajuda d'un acompanyant que els pot fer guanyar comodins extra en una ronda ràpida de preguntes i respostes i que, puntualment, els pot ajudar a contestar una pregunta.  
19.25 - El cazador.  
Concurs amb Rodrigo Vázquez. Espai de preguntes i respostes que enfronta concursants anònims amb els rostres més icònics que han participat en els millors concursos de televisió d'Espanya.  
20.30 - Aquí la Tierra.  
21.00 - Telediario 2.  
21.50 - 4 estrellas.  
«Al final de la escapada».  
22.35 - MasterChef Celebrity.  
Amb la col·laboració de Pepe Rodríguez, Jordi Cruz i Samantha Vallejo-Nágera.  
01.50 - Comerse el mundo.  
Gotemburgo.

### La 2

08.00 - Cafè d'idees.  
Amb Gemma Nierga. Amb la col·laboració de Lorena Amo.  
09.55 - La aventura del saber.  
Amb Mara Peterssen i Salvador Gómez.  
10.55 - Aquí hay trabajo.  
11.20 - La 2 express.  
11.35 - Las rutas D'Ambrosio.  
12.30 - Visítame en un día.  
13.00 - Mañanas de cine.  
«Adiós Gringo».  
El Brent Landers compra bestiar a un home que l'enganya venent-li uns animals que no són seus, però el veritable amo del bestiar l'acusa d'haver-lo robat i, en un duel, el Landers el mata. El poble vol linxar-lo, però ell fuig i promet tornar per demostrar la seva innocència.  
14.30 - Descubrir.  
15.30 - Saber y ganar.  
16.15 - Vuelta Ciclista a España.  
Pola de Allande-La Cruz de Linares.  
18.15 - Grans documentals.  
«Els depredadors dels Càrpats».  
19.00 - El gran tour de Bettany Hughes. De París a Roma.  
«Florença, Lago Como, Milán».  
19.45 - Las rutas D'Ambrosio.  
«La Raya de María La Portuguesa».  
20.40 - El bosque protector.  
«Papel y cartón, ciclo de vida».  
21.05 - Supertúneles.  
22.00 - Los bastardos de Pizzofalcone.  
Immediatament després de l'atemptat, el restaurant de la Letizia es converteix en un infern d'on es treuen ferits i cadàvers. Els Bastardos tenen prohibit investigar l'incident i el seu problemàtic passat surt a la llum. Fins que un vell enemic xerra i obre una pista inesperada.  
01.20 - Festivals de verano.

### TV3

08.00 - Els matins.  
10.30 - Tot es mou.  
13.50 - Telenotícies comarques.  
14.30 - Telenotícies migdia.  
15.35 - Cuines.  
16.15 - Com si fos ahir.  
La Mari Carmen avisa la Marta que vigili que la Sofia no li prengui el Salva.  
17.00 - El Paradís de les Senyores.  
Les noies van a fer-se unes fotos amb l'atractiu tinent Balzano i, com que les imatges sortiran al diari, al taller els han preparat uns fulards amb els colors de la bandera italiana.  
17.50 - Planta baixa.  
19.10 - Atrapa'm si pots.  
20.15 - Està passant.  
21.00 - Telenotícies vespre.  
22.15 - Polònia.  
El programa presenta els personatges més importants de l'estiu, com ara Luis Rubiales, Carles Puigdemont i José María Aznar, que estan revolucionant l'actualitat dels últims dies. Després d'anys a l'exili, el president Puigdemont torna al centre de la política quan Pedro Sánchez li demana pactar la investidura. Aquest dilema es resol cinematogràficament amb Condemna perpètua?, una versió rodada a Waterloo de Cadena perpètua. Mentrestant, a la seu d'Esquerra, Pere Aragonès, Oriol Junqueras i Marta Vilalta busquen la manera de fer que el president sembli més rebel per mirar d'aconseguir que sigui tan popular com Puigdemont.  
22.50 - Això no és una cançó.  
Amb Ramon Gener. «Viva la vida». Viva la vida, una cançó de la banda britànica Coldplay, és un dels himnes més famosos del pop internacional. Però també és una composició que no es pot entendre sense Frida Kahlo, Eugène Delacroix i Lluís XVI.  
23.30 - Més 324.  
Amb Xavier Graset.  
01.40 - Notícies 3/24.

### SX3-33

08.48 - Pirata i Capitano.  
09.00 - Pffirrates.  
09.11 - Dino tren.  
09.23 - Dot.  
09.44 - Zoom, el dofi blanc.  
10.08 - Ideafix i els irreductibles.  
10.31 - Vicky, el viking.  
10.55 - Els Mini Ninges.  
11.27 - Súper 4.  
11.52 - Presto! L'escola de màgia.  
12.14 - Prodigiosa: Les aventures de Ladybug i Gat Noir.  
12.36 - Les noves aventures de Peter Pan.  
12.58 - Robin Hood, el trapella de Sherwood.  
13.21 - Les Sisters.  
13.44 - Els germans Kratt.  
14.28 - One piece.  
15.14 - Inuyasha.  
15.38 - L'hora del Timmy.  
15.49 - Una mà de contes.  
15.58 - El Mic i els seus amics.  
16.08 - Els contes de la Pinya.  
16.14 - Els contes de la Masha.  
16.21 - Zoom, el dofi blanc.  
16.34 - Agent Binky: Mascotes de l'univers.  
16.56 - Petit.  
17.04 - Una mà de contes.  
17.13 - El Mic i els seus amics.  
17.23 - Els contes de la Pinya.  
17.29 - L'hora de berenar.  
17.33 - Titó.  
17.44 - L'Àlicia i en Lewis.  
18.08 - Yakari.  
18.21 - Els germans Kratt.  
18.44 - La colla de la selva al rescat!  
19.06 - Súper 4.  
19.30 - Info K.  
19.45 - Inazuma Eleven Go!  
20.08 - Beta Podcast.  
20.23 - Dibuxa amb el Will Sliney.  
20.32 - Ràndom.  
20.57 - La casa d'Anubis.  
21.08 - El detectiu Conan.  
21.55 - El gran dictat.  
22.15 - El negre de Banyoles.  
23.25 - El documental.  
00.25 - El negre de Banyoles.

### Telecinco

07.00 - Informativos Telecinco.  
08.55 - La mirada crítica.  
10.30 - Vamos a ver.  
Amb Joaquín Prat. Amb la col·laboració de Patricia Pardo i Adriana Dorronsoro. Magazin d'actualitat que centra l'atenció en els grans temes d'interès social i en l'última hora del món del cor, amb connexions en directe amb un ampli equip de reporters i les intervencions d'un equip de col·laboradors.  
15.00 - Informativos Telecinco.  
Amb David Cantero i Isabel Jiménez.  
15.30 - ElDesmarque Telecinco.  
Amb Manu Carreño.  
15.40 - El tiempo.  
15.45 - Así es la vida.  
18.45 - 25 palabras.  
19.50 - Reacción en cadena.  
Concurs amb Ion Aramendi. En cada lliurament competeixen dos equips formats per tres integrants cadascun d'ells.  
21.00 - Informativos Telecinco.  
Amb Pedro Piqueras i Alba Lago.  
21.30 - ElDesmarque Telecinco.  
Amb Manu Carreño.  
21.40 - El tiempo.  
21.50 - Cuentos chinos.  
Amb Jorge Javier Vázquez.  
Amb la col·laboració de Germán González, Susi Caramelo, Josep Ferré, Anabel Alonso, Antonio Castelo, Virginia Riezu i Athenea Pérez. Convidada: Paula Echevarría, actriu.  
22.45 - Gran Hermano VIP.  
Amb Marta Flich.  
[Estrena de la nova temporada].  
02.00 - Casino Gran Madrid Online Show.  
Programa d'entreteniment dedicat al joc.  
02.25 - ¡Toma salami!  
02.50 - El horóscopo de Esperanza Gracia.  
Amb Esperanza Gracia.  
03.00 - Mejor llama a Kiko.  
04.00 - Miramimúsica.

### Antena 3

08.55 - Espejo público.  
13.20 - Cocina abierta con Karlos Arguiñano.  
13.45 - La ruleta de la suerte.  
Concurs amb Jorge Fernández. Concurs en què els participants han d'endevinar, amb l'ús de consonants i compra de vocals, la paraula o frase que s'amaga rere un panell en blanc.  
15.00 - Antena 3 Noticias 1.  
Amb Sandra Golpe.  
15.30 - Deportes.  
Amb Rocío Martínez, Angie Rigueiro i Alba Dueñas.  
15.35 - El tiempo.  
15.45 - Amar es para siempre.  
La vida d'una sèrie de veïns gira al voltant de la plaza de los Frutos. El seu dia a dia es veu revolucionat per nous modes i els veïns viuen l'arrencada de la Transició. Els negocis del barri s'adapten als nous temps.  
17.00 - Pecado original.  
18.00 - Y ahora Sonsoles.  
20.00 - Pasapalabra.  
Concurs amb Roberto Leal. Concurs en què els participants juguen amb les paraules i acumulen temps per enfrontar-se a El Rosco, la prova final.  
21.00 - Antena 3 Noticias 2.  
Amb Vicente Vallés i Esther Vaquero.  
21.30 - Deportes.  
Amb Rocío Martínez, Angie Rigueiro i Alba Dueñas.  
21.35 - El tiempo.  
21.45 - El hormiguero 3.0.  
Amb Pablo Motos. Amb la col·laboració de Marron, Núria Roca, Juan del Val, Tamara Falcó, Leo Harlem, Pilar Rubio, Miguel Lago, Cristina Pardo, Luis Piedrahita, Marta Jiménez i El Monaguillo. Convidat: Joaquín Sánchez. Talk show els continguts del qual giren al voltant de l'humor, les entrevistes i els experiments de divulgació científica.  
22.45 - Joaquín, el novato.  
02.30 - Live Casino.  
03.15 - El bar de Todoslots.

### Cuatro

07.50 - Heldt.  
09.25 - Alerta Cobra.  
12.30 - En boca de todos.  
Amb Diego Losada. Espai que té com a objectiu acostar als espectadors les notícies sobre política i societat més comentades del dia, contextualitzant-les a través d'un grup d'experts i col·laboradors que aporten una visió clara i concreta de cadascun dels temes que es tracten en el programa.  
14.55 - ElDesmarque Cuatro.  
Amb Luis García i Lucía Taboada. Programa d'informació i actualitat esportiva.  
15.20 - El tiempo.  
15.30 - Todo es mentira.  
Programa d'humor amb Risto Mejide. Amb la col·laboració de Marta Flich. Amb l'actualitat i l'humor per bandera, aquest espai parla del món de la política, la societat, la televisió, els esports i la cultura i el sotmet a la seva visió inconfusible de l'univers.  
18.00 - Cuatro al día.  
Espai d'actualitat que analitza, mitjançant diferents seccions, tot el que passa a Espanya i al món sencer.  
20.00 - Cuatro al día a las 20 h.  
Amb Mónica Sanz, Verónica Dulanto i Fernando Díaz de la Guardia. Espai d'actualitat que analitza, mitjançant diferents seccions, tot el que passa a Espanya i al món sencer.  
20.40 - ElDesmarque Cuatro.  
Amb Ricardo Reyes. Programa d'informació i actualitat esportiva.  
21.00 - El tiempo.  
21.05 - First Dates.  
22.50 - Transporter Trilogy.  
«Transporter II».  
L'exmercenari Frank Martin duu una vida molt tranquil·la a Miami, però no té més remei que tornar a l'acció quan segresten un membre de la seva família.  
00.50 - FBI: Most Wanted.  
01.40 - ElDesmarque madrugada.

### La sexta

07.00 - Previo Aruser@s.  
09.00 - Aruser@s.  
Amb Alfonso Arús. Amb la col·laboració d'Angie Cárdenas, María Moya, Patricia Benítez, Marc Redondo, Tatiana Arús, Marc Llobet, Alba Sánchez, Arthur Arús, Rocío Cano i Hans Arús. Espai diari que s'aproxima a l'actualitat social, televisiva i del cor amb dosis d'humor i un ampli ventall de col·laboradors i convidats.  
11.00 - Al rojo vivo.  
Amb Antonio García Ferreras.  
14.30 - La Sexta noticias 1ª edició.  
Amb Helena Resano.  
15.10 - Jugones.  
Amb Josep Pedrerol. Espai d'informació esportiva que compta amb la col·laboració i l'anàlisi dels especialistes de diferents mitjans.  
15.30 - La Sexta meteo.  
15.45 - Zapando.  
Amb Dani Mateo.  
17.15 - Más vale tarde.  
Amb Iñaki López i Cristina Pardo.  
20.00 - La Sexta noticias 2ª edició.  
21.00 - La Sexta Clave.  
Espai informatiu diari, innovador i avantguardista que busca oferir més anàlisi i donar explicacions en profunditat dels temes de més importància i interès de l'actualitat amb criteri propi i caracteritzat per un llenguatge i una posada en escena revolucionària.  
21.20 - La Sexta meteo.  
21.25 - La Sexta deportes.  
Amb Carlota Reig i Óscar Rincón.  
21.30 - El intermedio.  
Programa d'humor amb El Gran Wyoming i Sandra Sabatés. Amb la col·laboració de Dani Mateo, Cristina Gallego, Thais Villas, Andrea Ropero i Isma Juárez. Programa satíric que analitza l'actualitat amb humor.  
22.30 - ¿Te lo vas a comer?  
02.30 - Pokerstars.  
Emissió dels millors esdeveniments de pòquer.



# divendres

## LES PEL·LÍCULES DEL DIA

### Cruella

22:00 h. Telecinco

★★★

Comèdia. 2021. EUA. Direcció: Craig Gillespie. Intèrprets: Emma Stone, Emma Thompson, Joel Fry, Emily Beecham, Mark Strong. 134 min.

Inicis rebels d'una de les vilanes més conegudes de cinema i famosa per la seva elegància, Cruella de Vil, al Londres dels anys 70, en plena revolució del punk rock.



### Chaos Walking

22:05 h. La 1

★★★

Ciència ficció. 2020. EUA. Direcció: Doug Liman. Intèrprets: Tom Holland, Daisy Ridley. 108 min. En un futur no gaire llunyà, el Todd Hewitt troba la Viola, una noia enigmàtica que s'ha estavellat al seu planeta, on les dones han desaparegut i els homes es troben sotmesos.



### Steve Jobs

22:05 h. TV3

★★★★

Biopic. 2015. Regne Unit, EUA. Direcció: Danny Boyle. Intèrprets: Michael Fassbender, Kate Winslet, Seth Rogen, Jeff Daniels. 122 min. Narra la vida del mític empresari i programador informàtic Steve Jobs. Se centra en l'època en què va llançar els tres productes icònics d'Apple.

### 8TV

06.30 - Vist a 8tv.  
09.00 - Espais comercials.  
12.00 - Cine.  
«El robo más grande del oeste».  
13.45 - Cine.  
«Kansas Pacific».  
15.20 - Mundo natural.  
15.40 - Vist a 8tv.  
16.10 - Mary Higgins Clark.  
19.30 - Cine.  
«La batalla de los rancheiros».  
21.00 - Cine.  
«La pradera sangrienta». El xèrif Clay Hardin va darrere els assassins del seu amic Marshall Mark Fletcher.  
22.30 - Cine.  
«Selección natural». Un estudiant de secundària molt tímid se sent turmentat per tots els seus nous companys, excepte per un. Però el seu nou amic té un punt de vista una mica fosc.  
00.30 - Ares Revolution.  
01.30 - El circ.

### Radio SBD

07.00 - Notícies en Xarxa.  
09.00 - El Cafè de la Ràdio.  
Amb Mireia Sans.  
11.30 - Al Matí.  
Amb Raquel Garcia.  
13.30 - Notícies migdia.  
Amb Núria Garcia.  
14.00 - Hotel Suís.  
Amb Adrián Arroyo.  
15.00 - Parlem d'òpera.  
16.00 - Connectats.  
19.00 - Notícies Vespre.  
19.30 - Fórmula musical.  
20.00 - Quimèric.  
Programa obert a d'altres universos, on les realitats alternatives no tenen límits. Aquest espai us ofereix la possibilitat de viatjar cada setmana a través de les creacions del gènere fantàstic. Un viatge genial a través de la literatura, el cinema i els videojocs.  
21.00 - Fórmula musical.  
23.00 - Vitamina Dance.  
Amb Toni González.  
01.00 - Fórmula Musical.

### La Primera

08.00 - La hora de La 1.  
Amb Marc Sala i Silvia Intxaurre.  
10.40 - Mañaneros.  
Amb Jaime Cantizano.  
Amb la col·laboració de Miriam Moreno i Marc Santandreu.  
14.00 - L'informatiu.  
Amb Aina Galduf. Inclou El temps.  
14.10 - Ahora o nunca.  
15.00 - Telediario 1.  
Amb Alejandra Herranz.  
Esports: Ana Ibáñez. Inclou El tiempo.  
15.50 - L'informatiu.  
Amb Aina Galduf. Inclou El temps.  
16.15 - El tiempo.  
16.25 - La Promesa.  
La Jana i l'Àbel arriben al convent amb la ferma intenció de sortir-ne amb el nadó de la Pia, en cas que el trobin.  
17.30 - La Señora.  
18.25 - El comodín de La 1.  
19.25 - El cazador.  
20.30 - Aquí la Tierra.  
Amb Jacob Petrus.  
21.00 - Telediario 2.  
Amb Carlos Franganillo.  
Esports: Arsenio Cañada. Inclou El tiempo.  
21.50 - La suerte en tus manos.  
22.05 - Cine.  
«Chaos Walking». En un futur no gaire llunyà, el Todd Hewitt troba la Viola, una noia enigmàtica que s'ha estavellat al seu planeta, on les dones han desaparegut i els homes es troben sotmesos a una força que exhibeix tots els seus pensaments. En un entorn tan perillós, la vida de la Viola es veu amenaçada, però el Todd promet protegir-la. Per fer-ho, ha de descobrir la seva pròpia força interior.  
23.40 - Cine.  
«Un lugar tranquilo».  
Una raça de misterioses criatures alienígenes ha aniquilat una gran part de la humanitat i obliga els pocs supervivents que han quedat a viure en un silenci absolut.  
01.00 - Cine.  
«Matías, juez de línea».

### La 2

08.00 - Cafè d'idees.  
09.55 - UNED.  
10.55 - Aquí hay trabajo.  
11.20 - La 2 express.  
11.30 - ¿Cómo eran realmente los neandertales?  
12.20 - Siete mundos, un planeta.  
13.10 - Mañanas de cine.  
«Vinieron cuatro para matar a Sartana».  
El xèrif Benson convoca el famós pistolero Sartana per desfer-se d'una banda de malfactors que ha causat estralls al poble.  
14.35 - Canas de viajar.  
«Galicia».  
15.30 - Saber y ganar.  
16.15 - Vuelta Ciclista a España.  
La Bañeza-Íscar.  
18.15 - Grans documentals.  
«Caçadors del cel: astors, aligots i àguiles».  
19.05 - El escarabajo verde.  
19.35 - El gran tour de Bettany Hughes. De París a Roma.  
20.20 - La 2 express.  
20.30 - Días de cine.  
21.30 - Plano general.  
Amb Jenaro Castro. Convidat: Pedro Delgado.  
22.00 - Historia de nuestro cine.  
«La vida mancha».  
El Fito fa molts anys, des que era un noi, que no veu el seu germà gran, el Pedro. El Fito està casat amb la Juana i tenen un nen, el Jon, però ell té també un vici, el joc, que li impedeix gaudir del que té.  
23.47 - Historia de nuestro cine.  
«Intruso».  
La vida de la Luisa s'esvaeix en trobar en un semàfor un captaire que ven mocadors de paper. Es tracta del seu exmarit, a qui va abandonar.  
01.35 - Cine.  
«Bajari». Documental que narra l'arribada de Karime Amaya, reneboda de la gran bailaora Carmen Amaya, des de Mèxic fins a Barcelona, on decideix treballar amb un grup d'artistes locals en un nou espectacle.

### TV3

08.00 - Els matins.  
10.30 - Tot es mou.  
Amb Helena Garcia Melero.  
Magazin d'entreteniment que no perd de vista l'actualitat. Un programa fresc i proper en què els presentadors s'acosten d'una manera informal i distesa als esdeveniments del dia a dia.  
13.50 - Telenotícies comarques.  
14.30 - Telenotícies migdia.  
Amb Raquel Sans i Xavi Coral.  
15.40 - Cuines.  
16.15 - Com si fos ahir.  
El Toni petit voldria tornar a veure la seva mare, però no es troba en el millor moment i nota que li falten forces.  
16.50 - El Paradís de les Senyores.  
El Federico ja ha acabat l'article-entrevista, i ara falta saber si tindrà autorització per publicar-lo.  
17.35 - Planta baixa.  
Amb Agnès Marquès.  
Magazin d'actualitat social i política, amb reporters al carrer, moltes connexions, sense tertúlies i amb públic al plató.  
19.10 - Atrapa'm si pots.  
20.15 - Està passant.  
21.00 - Telenotícies vespre.  
Amb Toni Cruanyes.  
Esports: Maria Fernández Vidal i Tomàs Molina. Espai dedicat a la informació d'actualitat.  
22.05 - La gran pel·lícula.  
«Steve Jobs».  
Narra la vida del mític empresari i programador informàtic Steve Jobs. Se centra en l'època en què va llançar els tres productes icònics d'Apple.  
00.15 - Cine.  
«El cotxe equivocab».  
Després de llogar un cotxe negre, la Trudy, una estudiant de dret, es desperta confusa i sola en un hotel. Ha estat víctima d'abusos sexuals. Davant la inactivitat de la justícia, decideix actuar pel seu compte.  
01.45 - Més 324.  
Amb Xavier Graset.

### SX3-33

08.40 - Petit.  
08.48 - Pirata i Capitano.  
09.00 - Pffirates.  
09.11 - Dino tren.  
09.23 - Dot.  
09.44 - Zoom, el dofi blanc.  
10.08 - Ideafix i els irreductibles.  
10.31 - Vicky, el viking.  
10.55 - Els Mini Ninges.  
11.28 - Súper 4.  
11.53 - Presto! L'escola de màgia.  
12.15 - Prodigiosa: Les aventures de Ladybug i Gat Noir.  
13.21 - Les Sisters.  
13.44 - Els germans Kratt.  
14.28 - One piece.  
15.14 - Inuyasha.  
15.38 - L'hora del Timmy.  
15.49 - Una mà de contes.  
15.58 - El Mic i els seus amics.  
16.08 - Els contes de la Pinya.  
16.14 - Els contes de la Masha.  
16.21 - Zoom, el dofi blanc.  
16.34 - Agent Binky: Mascotes de l'univers.  
16.56 - Petit.  
17.04 - Una mà de contes.  
17.13 - El Mic i els seus amics.  
17.23 - Els contes de la Pinya.  
17.29 - L'hora de berenar.  
17.33 - Titó.  
17.44 - L'Àlicia i en Lewis.  
18.08 - Yakari.  
18.21 - Els germans Kratt.  
18.44 - La colla de la selva al rescat!  
19.06 - Súper 4.  
19.20 - Com dibuixar còmics amb el Will Slaney.  
19.30 - Inazuma Eleven Go!  
19.50 - Git Gud.  
20.17 - Top or fail.  
20.47 - La casa d'Anubis.  
21.11 - Al mar.  
21.16 - Jenny.  
21.55 - El gran dictat.  
22.16 - Trens singulars.  
23.12 - Els tresors perduts d'Egipte.  
00.54 - Trens singulars.

### Telecinco

08.55 - La mirada crítica.  
10.30 - Vamos a ver.  
15.00 - Informativos Telecinco.  
Amb David Cantero i Isabel Jiménez.  
15.30 - ElDesmarque Telecinco.  
Amb Manu Carreño.  
15.40 - El tiempo.  
15.45 - Así es la vida.  
18.45 - 25 palabras.  
Concurs amb Christian Gálvez. El concurs s'articula al voltant d'una competició àgil i divertida, en què personatges famosos i concursants anònims pugnen en rondes successives per participar en una prova final i intentar esbrinar paraules mitjançant pistes en un temps limitat.  
19.50 - Reacción en cadena.  
21.00 - Informativos Telecinco.  
Amb Pedro Piqueras i Alba Lago.  
21.40 - ElDesmarque Telecinco.  
Amb Manu Carreño.  
21.50 - El tiempo.  
22.00 - Cine 5 estrellas.  
«Cruella».  
Rebels inicis d'una de les malvades més conegudes del cinema, Cruella de Vil, famosa per la seva elegància, al Londres dels anys 70, en plena revolució del punk rock. Es tracta d'una jove estafadora anomenada Estella, que experimenta una sèrie d'esdeveniments que la condueixen a assumir el seu costat malvat i la converteixen en l'estrident i venjativa Cruella.  
00.45 - Cine.  
«Un pequeño favor».  
L'Emily ha demanat un petit favor a la seva millor amiga, la Stephanie: que cuidi del seu fill una tarda. Quan l'Emily no passa a recollir-lo, la Stephanie comença a amoïnar-se. A partir de llavors, la jove buscarà descobrir la veritat darrere de la sobtada desaparició de l'Emily.  
02.50 - Casino Gran Madrid Online Show.

### Antena 3

08.55 - Espejo público.  
13.20 - Cocina abierta con Carlos Argüñano.  
13.45 - La ruleta de la suerte.  
Concurs amb Jorge Fernández. Concurs en què els participants han d'endevinar, amb l'ús de consonants i compra de vocals, la paraula o frase que s'amaga rere un panell en blanc.  
15.00 - Antena 3 Noticias 1.  
15.30 - Deportes.  
Amb Rocío Martínez, Angie Rigueiro i Alba Dueñas.  
15.35 - El tiempo.  
15.45 - Amar es para siempre.  
La Lola, per a desesperació de la Benigna, continua sense atrevir-se a explicar a la seva família que treballa de nou per a la família Quevedo.  
17.00 - Pecado original.  
18.00 - Y ahora Sonsoles.  
Amb Sonsoles Ónega.  
Espai que tracta l'actualitat des del rigor informatiu i l'entreteniment. El programa compta cada tarda amb un ampli repartiment de col·laboradors, entre els quals hi ha periodistes, escriptors, empresaris i especialistes en crònica social i esdeveniments. A més, un equip de reporters és a peu de carrer per explicar en directe tot el que passi.  
20.00 - Pasapalabra.  
Concurs amb Roberto Leal. Concurs en què els participants juguen amb les paraules i acumulen temps per enfrontar-se a El Rosco, la prova final.  
21.00 - Antena 3 Noticias 2.  
Amb Vicente Vallés i Esther Vaquero.  
21.45 - Deportes.  
21.55 - El tiempo.  
22.10 - La Voz.  
Amb Eva González. Amb la col·laboració de Malú, Luis Fonsi, Antonio Orozco i Pablo López.  
01.30 - La Voz: el regreso.  
01.45 - La Voz: grandes momentos.

### Cuatro

07.00 - ¡Toma salami!  
07.20 - Mejor llama a Kiko.  
07.50 - Heldt.  
09.30 - Alerta Cobra.  
12.30 - En boca de todos.  
14.55 - ElDesmarque Cuatro.  
15.15 - El tiempo.  
15.30 - Todo es mentira.  
18.00 - Cuatro al día.  
20.00 - Cuatro al día a las 20 h.  
20.40 - ElDesmarque Cuatro.  
20.55 - El tiempo.  
21.05 - First Dates.  
22.00 - Transporter Trilogy.  
«Transporter III».  
La Corporació de Gestió de Residus Internacional Ecocorp ha adquirit els drets per operar en una instal·lació ucraïnesa. Abans de poder importar residus tòxics, que després es descarregaran als emplaçaments escollits, cal que obtinguin la documentació necessària signada i validada pel ministre de Medi Ambient, Leonid Vasilev.  
Com que és un ecologista acèrrim, Vasilev es nega a deixar que el seu país sigui contaminat per aquests cobdiciosos empresaris. Per pressionar-lo a signar els documents, Ecocorp contracta Jonas Johnson, ex Força Delta, que serà l'encarregat de trobar la manera de fer que signi els papers. Aleshores, Johnson segresta la Valentina, la filla de Vasilev.  
00.00 - Cine Cuatro.  
«En tierras peligrosas».  
Quan el detectiu David resulta ferit en una batuda de drogues, el seu company Cal persegueix els dos criminals que li van desapar. D'aquesta manera arriben a una granja propietat de l'Eric. Mentre el Cal i l'Eric planegen defensar-se, hi arriben més membres de la banda criminal.  
01.55 - The Game Show.  
Amb Cristina Porta, Gemma Manzanero i Aitor Fernández.  
02.40 - En el punto de mira.

### La sexta

07.00 - Previo Aruser@s.  
09.00 - Aruser@s.  
Amb Alfonso Arús. Amb la col·laboració d'Angie Cárdenas, María Moya, Patricia Benítez, Marc Redondo, Tatiana Arús, Marc Llobet, Alba Sánchez, Arthur Arús, Rocío Cano i Hans Arús.  
Espai diari que s'aproxima a l'actualitat social, televisiva i del cor amb dosis d'humor i un ampli ventall de col·laboradors i convidats.  
11.00 - Al rojo vivo.  
Amb Antonio García Ferreras.  
14.30 - La Sexta noticias 1ª edición.  
Amb Helena Resano.  
15.15 - Jopones.  
Amb Josep Pedrerol. Espai d'informació esportiva que compta amb la col·laboració i l'anàlisi dels especialistes de diferents mitjans.  
15.30 - La Sexta meteo.  
15.45 - Zapeando.  
Amb Dani Mateo.  
17.15 - Más vale tarde.  
Amb Iñaki López i Cristina Pardo. Espai d'actualitat que cerca i analitza amb esperit crític els esdeveniments del dia i posa cara als problemes.  
20.00 - La Sexta noticias 2ª edición.  
21.00 - La Sexta Clave.  
Amb Joaquín Castellón.  
Espai informatiu diari, innovador i avantguardista que busca oferir més anàlisi i donar explicacions en profunditat dels temes de més importància i interès de l'actualitat amb criteri propi i caracteritzat per un llenguatge i una posada en escena revolucionària.  
21.20 - La Sexta meteo.  
21.25 - La Sexta deportes.  
Amb Carlota Reig i Óscar Rincón.  
21.30 - La Sexta Columna.  
Programa que analitza en profunditat, a través d'un documental, un tema de màxima actualitat.  
22.30 - Equipo de investigación.  
23.35 - En la mente del asesino.



# SETMANA EUROPEA DE LA MOBILITAT

## 16-22 SETEMBRE 2023

*Combina i mou-te!*

**ACTIVITATS INFANTILS, XERRADES, TALLERS I MOLT MÉS!**



Consulteu  
el programa:

