

Num. # 16 | Juny 2022

A prop

de tu

Rubí



Exemplar gratuït

La revista d'estètica, salut, tendències, oci, mascotes i molt més de Rubí.

5 JUNY · DIA MUNDIAL DEL MEDI AMBIENT Pàg. 4
GUANYADORA SORTEIG BUSCA LA MASCOTA Pàg. 2

CA
Centro Aurora
CENTRO DE ESTÉTICA, BELLEZA Y BIENESTAR



**CELEBRA NUESTRO
10º
ANIVERSARIO**

CAÑA DE REGALOS

POR LA COMPRA O SERVICIO IGUAL O SUPERIOR A 25€ PUEDES

RECOGER TU REGALO

¡GRACIAS POR HACERLO POSIBLE!

Servicios

- Manicuras, pedicuras...
- Tratamientos Spa
- Tratamientos corporales y faciales
- Terapia fotoluminica
- Presoterapia
- Extensiones de pestañas
- Microblading
- Láser de diodo

C/ Doctor Maximí Fornés, 64-66 · Rubí
 931 81 33 52 661 71 45 35

**Estás preparado para este verano?
Te haremos lucir la mejor de tus sonrisas
Blanqueamiento GRATUITO con tu Tratamiento**

*promoción válida para los tratamientos de ortodoncia e implantología.



Expertos en Implantología y Ortodoncia
Con más de 35 años de experiencia

c. Mestre Magi Raméntol, n. 1 baixos
T. 93 699 21 07 682 49 40 23

clinicadental_odontologicsrubi
 Clínica Dental Odontologics Rubí

Mercè Moragas, tercera ganadora del vale de 50 € del concurso busca la mascota del mes de Mayo, acompañada por Teresa de Blau i Rosa el negocio elegido por la ganadora.

Muchas gracias a tod@s por participar y os animamos a seguir intentándolo.

Ya podéis empezar a buscar la mascota.

(Bases del concurso en pagina 7)

¿Serás tú el próximo ganador/ra de Junio?



SUMARI

- 04. 5 junio · Día Mundial del Medio Ambiente
- 06. Moda i complementos · Quina roba hauria de portar el teu bebè quan fa calor?
- 07. Servei al lector
- 08. Trucos para sobrevivir al calor del verano
- 09. Estètica · 5 beneficis per a la salut de la llum del sol
- 10. Salut dental · pròtesi fixa dental i pròtesi amovible: Quina és la diferència?
- 11. Terapias naturales · Rinitis
- 12. Sms fraudulentos que suplantan a distintes entidades bancarias
- 14. Coneix Rubí · Era de Ca n'Oriol
- 15. Escapada gastronómica a Lleida
- 16. Hogar · Insectos en verano
- 18. Hogar · ¿Puedo tener placassolares en mi casa?
- 20. Consejos para dormir bien con aire acondicionado
- 21. Moments de lectura
- 22. Pasatiempos
- 23. Racó saludable · 8 Beneficis de consumir verdures i hortalisses a l'estiu
- 24. Recetas para ti · Tallarines a la marinera
- 25. Recetas para ti · Dorada al horno con patatas panaderas
- 26. Recetas para ti · Sorbete de naranja
- 27. Nuestras mascotas · Espigas y animales de compañía
- 28. Motor · La importancia de tener los faros del coche en buen estado
- 30. Agenda
- 31. Horóscopo

"Produce una inmensa tristeza pensar que la naturaleza habla mientras los hombres no escuchan" (Victor Hugo)

Staff

Revista **A prop de tu**

Producció Publi-ticket · Edició Francisco Padilla · Publicitat Antonio Martín Telf. 617 026 168

Maquetació i Disseny Miguel Vázquez

Dipòsit Legal B 20614-2021

Col·laboradors d'aquest mes:

Joanna Palafols, Francesc Bonilla (Escapadas) Miguel Tripana (Motor) Pets Lovers (Mascotas) Bon Carma

A prop de tu no es fa responsable de l'opinió de clients i col·laboradors

www.revistaapropdetu.com



Revista A prop de tu Rubí



ELEMON
elevadors

**ESPECIALISTES EN EL MÓN DE L'ASCENSOR
I EL TRANSPORT VERTICAL**
Instal·lació, manteniment i reparació
Ascensors i muntacàrregues

Som de Rubí



- Manteniments a partir de 30 €/mes
- Tot risc sense sorpreses 83 €/mes

SERVEI 365 DIES 24 H.

INFORMI'S



Carrer Alt, 7 · 08191 Rubí
Tel. 935 885 511
www.elevamon.com · info@elevamon.com



5 junio · Día Mundial del Medio Ambiente

Una sola Tierra

En el universo hay miles de millones de galaxias, en nuestra galaxia hay miles de millones de planetas, pero sólo hay una Tierra.

La Tierra se enfrenta a una triple emergencia planetaria: el clima se calienta a un ritmo demasiado rápido para que las personas y la naturaleza se adapten; la pérdida de hábitat y otras presiones sobre la naturaleza han conllevado a que aproximadamente 1 millón de especies estén en peligro de extinción; y la contaminación continúa envenenando nuestro aire, tierra y agua.



Salir de este atolladero implica transformar nuestras economías y sociedades para hacerlas más inclusivas, más justas y más respetuosas con la naturaleza. Debemos pasar de dañar el planeta a curarlo.

La buena noticia es que las soluciones y la tecnología existen y cada vez son más asequibles.

#UnaSolaTierra es la campaña del Día Mundial del Medio Ambiente 2022 en la que se pretende concienciar sobre estas tres crisis, a la vez que se anima y fomenta la celebración, protección y restauración de nuestro planeta a través de diversas actividades.



¿Qué es el Día Mundial del Medio Ambiente?

Dirigido por el Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA) y celebrado cada 5 de junio desde 1974, el Día Mundial del Medio Ambiente es la plataforma mundial más grande para la divulgación ambiental y lo celebran millones de personas en todo el mundo. Cada año lo auspicia un país diferente, y en este 2022 el anfitrión y organizador es Suecia.

¿De dónde viene el lema de "Una sola Tierra"?

Se trata de un eslogan con gran simbolismo ya que fue el empleado en la primera Conferencia de Estocolmo de 1972, un evento



que puso el medio ambiente en la agenda global y condujo al establecimiento del Día Mundial del Medio Ambiente. Cincuenta años después, Suecia acoge Estocolmo+50 del 2 al 3 de junio y el Día Mundial del Medio Ambiente el 5 de junio.

¿Por qué necesitamos que participes?

El tiempo se acaba y la naturaleza se encuentra en situación de emergencia. Para mantener el calentamiento global por debajo de 1,5 °C este siglo, debemos reducir a la mitad las emisiones anuales de gases de efecto invernadero para 2030.

Si no actuamos ya, la exposición a aire contaminado aumentará en un 50% en esta década, mientras que los desechos plásticos que fluyen hacia los ecosistemas acuáticos podrían triplicarse para 2040. Pero estas no serán las únicas consecuencias. Le seguirán muchas más.

Necesitamos una acción urgente para abordar estos problemas apremiantes, haciendo que "Una sola Tierra" y su enfoque sobre una vida sostenible en armonía con la naturaleza sean tan pertinentes como siempre.

Hacer que la vida sostenible sea nuestra primera opción

La sostenibilidad puede aplicarse a múltiples aspectos. Desde la energía, los sistemas de protección de la biodiversidad, el comercio mundial o el transporte, pasando por cómo vivimos en nuestras ciudades, cómo y dónde se invierte nuestro dinero, nuestros sistemas alimentarios y hasta lo que hacemos para divertirnos.



Pero para elegir el camino de la sostenibilidad en todos los aspectos de la vida, debemos tener opciones disponibles, asequibles y atractivas y así tomar mejores decisiones diarias. Muchas de estas opciones solo pueden generarlas entidades más grandes: gobiernos nacionales y subnacionales, instituciones financieras, empresas, organizaciones internacionales y otras organizaciones con el poder de reescribir las reglas, enmarcar nuestra ambición y abrir nuevos horizontes.

Así, el papel de las personas y la sociedad civil debe centrarse en la defensa, la sensibilización y la participación al respecto. Cuanto más alcemos nuestras voces, enfatizamos lo que se debe hacer y señalemos quién es el responsable, más rápido vendrá el cambio.

Al apoyar el Día Mundial del Medio Ambiente 2022 y la campaña #UnaSolaTierra puedes ayudar a garantizar que este hermoso y único planeta siga siendo un hogar confortable para la humanidad.

ARTÍCULOS INFANTILES

ORISIA

Moda Infantil desde 0 meses a 16 años
Ropa Interior
Moda y complementos

Logo: LOSAN, MARIANA, Selene

C/ Lluís Ribas, 6 (Esq. Bartrina)
T. 93 699 93 51

EL NIU

Ropa interior

avet | creaciones Selene

Moda y complementos
Pijamas · Batas
Ropa laboral

C/ Mossèn Cinto, 12 · Rubí
(En la plaza de la Iglesia de San Pedro)
Tel. 675 833 422

COMPRA en el PEQUEÑO COMERCIO

A prop de tu

Badalona · Sant Boi · Rubí
www.revistaapropdetu.com

Mercè Merceria

Se hacen arreglos
Se borda
Confeccionamos trajes del Estart
Etiquetas
Artículos de mercería en general
Artículos de Patchwork

¡Si no lo tenemos, lo traemos!

Passeig de les Torres, 20 · Local 1 · RUBÍ
Telf. 617 037 654 · 93 534 05 51

POSA'T GUAPA

Todas las tallas

698 48 26 80 (Solo WhatsApp)

C/ Cervantes, 132 · local 1
Rubí · Tel. 93 627 95 28

Zona outlet todo a 10 y 15 €
Nueva colección Primavera-Verano

CORIUM

Bijutería Artesanal
Moda i Complementos

Carrer Doctor Maximi Fornés, 8 · Rubí
Tel. 680 46 75 04
www.coriumbisuteria.com

Juanita
MERCERIA

Teixits · Confecció Llar
Arranjaments · Bugaderia · Brodats

Carrer Lluís Ribas, 33 · Rubí
Telf. 644 70 79 60 · 93 699 07 09
confeccionsjuanita@gmail.com
www.merceriajuanita.es

ALFONSI COSTURES

Botiga d'arranjaments de roba

Horari de 09:30 a 13:30 h.
i de 16:30 a 19:30 h.

Carrer Pintor Murillo, 72 · 670771423
alfonsicostures@gmail.com

Quina roba hauria de portar el teu bebè quan fa calor?

Tipus de roba

Usa't a tu mateixa com a exemple per a entendre el que el teu fill podria necessitar quan fa calor.

Quan la calor referma, pots triar entre pantalons curts, faldilles i coses per l'estil, de manera similar a com el faries tu.

A més, pots triar roba sense mangues i aplicar crema solar en les extremitats del bebè, per a protegir-lo quan estigues en exteriors.

A l'hora de dormir recomanem un pijama senzill i lleuger, evitant els mitjons per complet.

Has de tenir en compte que, igual que la roba de color clar i la roba de tela, la motxilla porta bebès també ha de ser prou còmoda perquè no obstaculitzi el moviment del bebè.



Consells per a vestir el teu petit o petita

De les nombroses opcions disponibles, pot ser aclaparador triar la roba de bebè perfecta a l'estiu. Considera aquests punts per a assegurar la comoditat i seguretat del teu petit.

Els bolquers són tendència

Durant els estius la temperatura pot pujar molt, fent que el teu bebè se senti incòmode a causa de la calor.

La millor manera de fer que se senti còmode és llevar-li cadascuna de les peces que porta posades i fer que es mogui en bolquers.

Romandre en bolquers no és un problema en absolut, i el teu petit o petita pot estar així tot el dia sense sentir cap mena de calor.

Prepara el teu cotxet de bebè per a l'estiu

Quan planeges treure al teu fill al sol, és molt important protegir-lo de la seva calor abrasadora.

I, si ho portes en un cotxet, necessites fer alguns canvis.

Retira els coixinets addicionals del cotxet, encara que estan pensades per a proporcionar comoditat al bebè, poden escalfar-se molt ràpidament, el que incomodarà al petit.

Opta per bolquers de tela

La veritat és que els bolquers comercials siguin capaços d'absorbir moltíssim, però l'ús d'aquests pot fer que l'àrea al voltant del culet del teu bebè sigui més calorós a l'estiu.

A més, a causa de l'ajustada que són, dificulten el flux d'aire al voltant de la zona.

Usar un bolquer de tela pot fer que el bebè se senti còmode en tot moment.

Triar el tipus de roba adequada

Tenir un bon armari per als teus petits et dóna nombroses opcions per a fer una elecció perfecta.

Però els estius requereixen un tipus específic de roba; roba que transpiri i absorbeixi millor la suor.

Inclina't per la roba de cotó abans que qualsevol altra fibra sintètica, ja que és lleugera i còmoda.

El pijama perfecte

Si tens l'hàbit de mantenir l'aire condicionat a ple rendiment durant tota la nit, pots optar per un pijama de màniga curta amb una manta lleugera.

Per als llocs una mica humits, pot triar un mico i un llençol lleuger.



Moltes felicitats Merce !

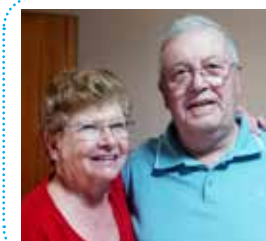
Et desitgem un feliç dia tota la teva família.

T'estimem.



82 primaveras de amor dedicado a los suyos, nunca dejes de brillar Pere, te queremos..

Muchas felicidades.



Un año más que suma 58 de amor en estado puro..

Feliz Aniversario Pere y Pilar por compartir vuestra felicidad y amor con los vuestros...

Os queremos.



Si en el mes de Julio quieres felicitar a alguien especial para ti, mándanos una foto antes del 15 de Junio con un breve texto y la publicaremos gratis.

amartin@publi-ticket.es

Si tu negocio cumple años, llama o envía un email, tendremos un detalle para ti.

Tel: 617 02 61 68 · email: amartin@publi-ticket.es

Celebramos nuestro primer aniversario y regalamos

600€

Durante 12 meses celebraremos el concurso "busca la mascota" para repartir 50€ cada mes!

Cómo participar?

1r: **Buscar nuestra mascota.** →



2n: **Indicar en qué anuncio y página se encuentra la mascota.**

- Para comunicarlo, simplemente tienes que escribir un WhatsApp al número **617026168** con tu nombre, teléfono y en qué comercio anunciante de la revista te gustaría gastarlo.

- Si te va mejor, puedes escribir un mensaje al Instagram **@apropdetu** o el Facebook **@Apropdetu-rubi** con la misma información mencionada anteriormente.

3r: **La persona ganadora se le llamará personalmente y saldrá publicado en el siguiente número de la revista.**

Recuerda que tienes que ser mayor de edad y tienes de tiempo hasta el 13 de Junio para enviar la información.

El sorteo se hará el día 14 de Junio !

blau i rosa

Os esperamos con la nueva temporada primavera-verano

Moda para bebé, infantil y juvenil
Sección de puericultura

Francesc Macià, 46 · Galerías Rubí
Telf. 93 697 26 56
www.blauirosarubi.com

25% de descuento en ofertas por Fiesta Mayor
Del 30 de Mayo al 5 de Junio
Feliz Fiesta Mayor!



Gracias a todos nuestros lectores y anunciantes hemos cumplido un año. Seguimos contando con vosotros y esperamos que sean muchos años más.

GRACIAS!

A prop de tu
Rubi

Trucos para sobrevivir al calor del verano

1 Mantén tu hogar lo más fresco posible: baja las persianas durante las horas de sol. Manténla en penumbra hasta el anochecer. Abre las ventanas entonces, ventila y deja que se refresque durante toda la noche. ¡Cuidado con las corrientes si tenéis un bebé!



2 Los electrodomésticos son una fuente de calor. Desconecta todo



lo que no estés utilizando.

3 Trata de mantener tu temperatura corporal en sus 37º para su correcto funcionamiento. ¿Cómo hacerlo? Al tomar bebidas o alimentos muy fríos el organismo se enfrentará a una repentina bajada de temperatura y tendrá que trabajar más para recuperarse. Bebe alimentos del tiempo.



4 Por este motivo, resulta más eficaz ducharte con agua templada. Si lo haces con agua fría, se producirá un choque térmico en



nuestro cuerpo que nos aliviará de inmediato, pero que a la vez, producirá un efecto rebote: sentiremos calor enseguida.

5 Lo mismo ocurre con la ingesta de alimentos muy típicos de la estación, como el gazpacho o las ensaladas frías. Al contrario de la sensación que nos producen en un primer momento, no nos hacen reducir el calor.



6 Para los adultos. No abuses de las bebidas con cafeína, alcohol (menos aún si estás embarazada) o bebidas con mucho azúcar. Pueden hacernos perder líquido corporal.



7 Si tienes ocasión, te ayudará mojarte los pies, las manos y la nuca. Es un método eficaz para refrescarte y refrescar a tus hijos..



9 De cualquier forma, reduce tu actividad física.



8 Nunca practiques deporte al aire libre entre las 12.00 y las 17.00. Evitar esas horas al sol con niños. Buscad la sombra.

10 Y, por supuesto, bebe agua, mucho agua, aunque no hagas deporte ni actividad física alguna.



FARMÀCIES GUÀRDIES NOCTURNES

JUNY

De dilluns a diumenge, de 21 h a 9 h del dia següent

Farmàcies obertes tots els dies de l'any:

FARMÀCIA KRONOS: Oberta de 9 a 22 h tots els dies de l'any

FARMÀCIA XAPELLÍ: Oberta de 9 a 21 h tots els dies de l'any

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
		1	2	3	4	5
		ORIOL	MAS	BATLLORI	ARUMÍ MARCH	MIÑARRO
6	7	8	9	10	11	12
CA N'ORIOL	SCHMID	PROGRÉS	XAPELLÍ	HIDALGO-MOSCARDÓ	DOMINGO	PIERA
13	14	15	16	17	18	19
SANSI	BLANCA	DÍAZ	BATALLÉ	GRIMAU	MONTSERRAT	LOZANO
20	21	22	23	24	25	26
RUIZ	KRONOS	BARADAD	ORIOL	MAS	BATLLORI	ARUMÍ MARCH
27	28	29	30			
MIÑARRO	CA N'ORIOL	SCHMID	PROGRÉS			

Troba els horaris de les farmàcies de Rubí a farmaguia.net (també app mòbil)

Beauty Studio

Especialistas en tu Mirada

Mucho más que un centro de Belleza

Carrer Doctor Robert, 25 - Rubí / 722 809 333



En junio muchas novedades. Infórmate!



Beautystudiorubi
lachicadelascejass

PRÒTESI FIXA DENTAL I PRÒTESI AMOVIBLE: QUINA ÉS LA DIFERÈNCIA?

D'una banda, la falta d'una dent fa que els contigus puguin canviar de posició i abandonin el seu espai natural, modificant-se la manera de mastegar.

Es produeix, així, una desorganització estructural de l'oclusió. I els espais que es generen per la falta de dents, aquestes 'bretxes' per la nova disposició de l'oclusió, fan que les dents que queden puguin sofrir sobreesforços i, a conseqüència d'això, estiguin més exposats a la periodontitis. I, d'altra banda, també estan els problemes d'ordre estètic.

L'ideal per a solucionar aquests inconvenients són les solucions protètiques. Hi ha dos grans grups:



Pròtesi fixa

Fixes (pròtesis fixes dentals) o amovibles (pròtesis amovibles dentals).

La classificació fa referència al fet que es deguin o no retirar de la boca per a la seva neteja.

Les pròtesis fixes van inserides de tal forma que no cal retirar-les de la boca per a netejar-les.

Estan subjectes a la mandíbula o maxil·lar per mitjà d'implants o cimentades a les dents naturals que hi ha en la boca, als quals cal realitzar generalment algun tipus de tractament o tallat. Aquestes pròtesis fixes no requereixen un manteniment particular i es netegen de manera similar a la resta de les dents.

Les pròtesis amovibles s'utilitzen de manera provisional o transicional, fins que es puguin col·locar les pròtesis fixes.

Aquestes pròtesis amovibles, que poden ser parcials o totals, van subjectes dins de la boca



Pròtesi amovible

mitjançant retenidors o 'ganxos' a altres dents. I quan no hi ha dents als quals 'agarrar-se', s'utilitzen adhesius.

Requereixen un manteniment freqüent per part dels tècnics de la clínica dental, uns controls periòdics en els quals es tractarà la neteja de les pròtesis i un altre tipus d'operacions destinades a evitar que es desajustin i danyin la mucosa o les dents naturals en els quals es recolzen i que encara queden en la boca.

És possible que aquest tipus de pròtesi, amb el temps, requereixin adaptacions, depassis, ajustos de retenidors, canvi de les dents protètiques desgastades, componiments, etcètera.

RINITIS

Cuando no paramos de sonarnos y de estar todo el día con el pañuelo en la nariz porque está siempre goteando es cuando hablamos de rinitis. La rinitis persistente es como la fiebre del heno, pero con la variación de que la rinitis está prácticamente todo el año y las alergias en una determinada época. Las rinitis pueden estar en relación con las alergias o no, como por una causa endocrina.



Se distinguen tres agentes etimológicos que son, las alergias aéreas (el polen, polvo, etc), por infecciones, por alimentos o sustancias químicas, y por último por factores alérgicos.

La rinitis es una enfermedad que cursa con irritación nasal y mucosidad normalmente clara. Se produce por una inflamación de la mucosa nasal y una obstrucción.

El padecer de rinitis puede estar asociado a las alergias, al principio de una gripe o un resfriado o por una invasión de viento frío.

Los síntomas característicos de la rinitis son; rinorrea clara o



purulenta, obstrucción nasal, lagrimeo, estornudos, anosmia (perdida del olfato) y cefaleas.

Las rinitis en la medicina tradicional china, es consecuencia de la debilidad energética del reino del metal (pulmón e intestino grueso).

Al estar la energía del metal baja es posible que haya una entrada de energía perversa en el organismo, en general de viento-frío.

Si se agrava este frío se transforma en fuego que provoca trastornos en la función respiratoria. También provoca que el metal no controle a la madera y esta produzca más fuego que se acumula en la cabeza apareciendo las cefaleas, el lagrimeo y la rinorrea.

Si la rinitis es crónica empeora con el sueño, porque al estar tumbados es más fácil que la mucosa nasal se inflame.

Cuando es crónica además pueden aparecer pérdida de olfato, dolor frontal, tos, mucosidad amarilla y con mal olor.

En el caso de las rinorreas agudas puede aparecer febrícula, estornudos y picor nasal.

El tratamiento que se realizara para eliminar las rinitis consistirá en fortalecer el reino del metal o sea pulmón e intestino delgado y eliminar los factores energéticos externos que se han introducido. El éxito del tratamiento en general es bueno dependiendo del tiempo en que lleve la enfermedad implementada.

Mediante la herbodietética podemos utilizar la fumaria en los casos que en la rinitis este implicada el hígado por un exceso de calor.

El grosellero es una gran planta con efectos antiinflamatorios al estimular las glándulas suprarrenales mejorando la producción de corticoides naturales.

La vitamina C mejora los niveles de histamina en el organismo. La perilla una planta de orígenes orientales también tiene un gran efecto para mejorar las alergias.

EL TURÓ
Clínica Dental

ODONTOLOGÍA AVANZADA
IMPLANTOLOGÍA DIGITAL

Sant Jordi, 25 • RUBÍ
Teléfono: 93 697 16 78

Estética Dental
En zirconio, coronas, puentes, carillas:

- Cirugía Bucal
- Tratamientos de enfermedades de la boca
- Prótesis fijas
- Prótesis removibles

Ortodoncia desde 35 € al mes
10% dto.
En implantes y ortodoncia

Bon Carma
Centre de tractaments naturals

10%

Descompte en tots els serveis fins al 30.06.22
Indicant on s'ha vist l'oferta.

Joan Maragall 41 entlo 1ª Rubí
WhatsApp 34689853053

**Acupuntura
loga
Xamanisme**
Carlos
Telf 689853053

**Estetica i benestar
Cosmética vegana**
Neus
Telf 655 58 45 73

**Psicologia holística
Registres Akàshics
Reiki i Feng Shui**
Graciela
Telf 688 90 44 11

SMS FRAUDULENTOS QUE SUPLANTAN A DISTINTAS ENTIDADES BANCARIAS

Se han detectado varias campañas de envío de SMS fraudulentos (smishing) que suplantan a Caixabank, BBVA y Banco Santander, cuyo objetivo es dirigir a la víctima a una página web falsa que simula ser la web legítima del banco para robar sus credenciales de acceso al servicio de banca online e información bancaria. Los pretextos utilizados en los mensajes intentan alarmar al usuario para que pulse sobre el enlace rápidamente y siga los pasos que se le indican sin pararse a analizar la situación.

Recursos afectados

Cualquier usuario que sea cliente de las entidades bancaria afectadas, acceda al enlace malicioso e introduzca sus credenciales bancarias en el formulario de la web fraudulenta.

Solución

Si has recibido un SMS de estas características, accedido al enlace y facilitado tus datos de acceso (usuario y contraseña), así como cualquier otro dato de carácter personal o financiero, contacta lo antes posible con la entidad bancaria para informarles de lo sucedido y cancelar posibles transacciones que se hayan podido efectuar, bloquear el acceso a tu cuenta, tarjetas así como para actualizar los datos de acceso al servicio de banca online. Además, te recomendamos modificar la contraseña en aquellos servicios en los que se utilice la misma clave que la utilizada para acceder a tu banca online.



Evita ser víctima de fraudes de tipo smishing siguiendo nuestras recomendaciones:

- 1 No abras mensajes de usuarios desconocidos o que no hayas solicitado, elimínalos directamente. No contestes en ningún caso a estos SMS.
- 2 Ten precaución al seguir enlaces, aunque sean de contactos conocidos.
- 3 Revisa la URL de la página web. Si no hay certificado, o si no corresponde con el sitio al que accedemos, no facilites ningún tipo de información personal: nombre de usuario, contraseña, datos bancarios, etc.
- 4 En caso de duda, consulta directamente con la entidad implicada o con terceros de confianza, como son las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado (FCSE) y la Oficina de Seguridad del Internauta (OSI) de INCIBE.

De manera adicional, ten en cuenta siempre los consejos que facilitan los bancos y entidades financieras en su sección de seguridad:

- 1 Cierra todas las aplicaciones o programas antes de acceder a su web.
- 2 Escribe directamente la URL de la entidad en el navegador, en lugar



de llegar a ella a través de enlaces disponibles desde páginas de terceros, en correos electrónicos o SMS. Recuerda que un banco nunca notifica incidentes de tu cuenta a través de correo electrónico o SMS, incluyendo un enlace a su web en el mensaje.

- 3 Si prefieres hacer uso de la app del banco para los distintos trámites, asegúrate que descargas la aplicación oficial.
- 4 Protege tus cuentas. Utilizar contraseñas robustas y sistemas de doble verificación, siempre que sea posible, permitirá añadir una capa extra de protección.
- 5 No accedas al servicio de banca online desde dispositivos públicos, no confiables o que estén conectados a redes wifi públicas.

Aprende a identificar correos electrónicos maliciosos para no caer en engaños de este tipo con el siguiente vídeo: 'Cómo identificar un correo malicioso de tipo phishing analizando su URL'.

Detalles

Los SMS detectados en estas campañas maliciosas se identifican con los siguientes mensajes:

Ejemplos CaixaBank:

'CaixaBank: A partir del 20/12/2021

No puedes utilizar tu cuenta.

Activa el nuevo sistema de seguridad ahora: [URL maliciosa]'

Notificación de La CAIXA.BANK , No se puede utilizar su Tarjeta Debito. Tienes que activar el nuevo sistema de seguridad web: [URL maliciosa]'

'Caixa: Queremos informarle que su Tarjeta será suspendida. Debes confirmar tu información clic en el siguiente enlace: [URL maliciosa]'

'CAIXABANK: A partir del [fecha] No puedes utilizar su cuenta. Tienes que activar la nueva sistema de seguridad web. Activa ahora: [URL maliciosa]'

Ejemplo BBVA:

'BBVA: Un DISPOSITIVO no autorizado ha accedido a su banca digital. Si no reconoce este acceso compruebe inmediatamente: [URL maliciosa]'

'Nuestro sistema nos alerta de un pre-cargo no autorizado de a 298,99 con su tarjeta. Para anular el pago sigue nuestro enlace [URL maliciosa]'

'Un dispositivo no autorizado se ha conectado a su cuenta online. Si no reconoce este acceso verifique su identidad: [URL maliciosa]'

Todo tipo de llaves y mandos

Duplicado de llaves

C/ García Lorca, 35 · Rubí
Tel. 622 21 09 58 · 930 248 342
www.llavesrubi.es

Ejemplos Santander:

'Nuestro sistema nos alerta de un pre-cargo no autorizado de 379,99E con su tarjeta. Para cancelarle pago sigue nuestro enlace: [URL maliciosa]'

'Se ha realizado una operación fraudulenta en su banca online. Verifique inmediatamente en: [URL maliciosa]'

Ejemplo Ruralvía:

'Caja Rural Partir del [fecha],

No se puede utilizar su Tarjeta. Tienes que activar el nuevo sistema de seguridad web [URL maliciosa]'

Ejemplo Liberbank:

'Le informamos que ha recibido 1 un documento importante, por este motivo se precisa un momento de atención. Accede a su cuenta online en sitio: [URL maliciosa]'

Ejemplo Laboral Kutxa:

'AVISO: Un equipo no autorizado esta conectado a su cuenta Laborkutxa. Si no reconoce este acceso verifique mediante: [URL maliciosa]'



Es posible que algunos mensajes vengan identificados con el remitente de la propia entidad bancaria, es decir, se suplante el remitente, aunque existen otros casos en los que aparece un número desconocido.

Si accede al enlace, el usuario será redirigido a una página que suplanta a la web legítima. En dicha página deberá introducir sus credenciales (usuario y clave de acceso) para poder acceder al supuesto servicio de banca online.

También pueden solicitar datos personales como el número de teléfono, para dar más credibilidad al proceso de inicio de sesión, pero una vez introducidas las credenciales de acceso los ciberdelincuentes estarán en posesión de los datos y podrán acceder a las cuentas de los usuarios que hayan caído en el fraude.

Era de Ca n'Oriol

Data: Segles XVI a XVIII

Ubicació: Parc de Ca n'Oriol

Funció actual: Residencial i parc públic

De l'antiga masia es conserva a l'interior la sala central dels dos pisos amb l'escala, una sala lateral amb un petit lavabo i l'antic celler a la part posterior, construït amb una volta, i del que es poden veure les boxes de les tines. A la façana frontal es conserven les llindes de les finestres amb l'ornamentació gòtica original d'algunes d'elles, així com la portalada d'entrada a l'edifici. Es conserven també els festejadors de les finestres. Per informació oral se sap de l'existència d'una mina que ve des del bosc adjacent i que sembla que arriba en part cap a la zona dels cups.

La masia de Ca n'Oriol era coneguda antigament per Cases Besses, així apareix en un document de l'any 1611, en el qual consta que Ramon de Vallvidrera i la seva muller, Dolça, van fer donació al monestir de Sant Cugat de la meitat del mas de Cases Besses, que posseïen per alou i heretat dels seus avantpassats a la parròquia de Sant Pere de Rubí. Aquest nom va perdurar fins al segle XIV, quan van sorgir els Oriol dels masos Pujol i Cors i les corresponents terres annexades a la gran masia de Ca n'Oriol.

El prestigi de la família Oriol ve dels seus membres Joan i Jaume



Oriol, que van exercir de batlles feudals del senyor del Castell i de l'abat de Sant Cugat entre el 1361 i el 1370.

El 1492 Joan Oriol tenia una concòrdia amb la família Llorens, de la parròquia de Sant Iscle de les Feixes, per haver assassinat amb la ballesta, junt amb altres, el pagès Miquel Llorens i la seva dona.

L'any 1606 va ser robada molta roba de la masia i es va acusar un immigrant francès, que va ser detingut, declarat culpable i condemnat a assots i a cinc anys a galeres.

Diversos membres de la família van ocupar el càrrec de batlle reial a Rubí també durant els segles XVI, XVII, XVIII i XIX. Miquel Oriol va morir l'any 1629 sent batlle quan, complint ordres del lloctinent general del Principat de Catalunya, va convocar el sometent per a la captura de diversos individus. Quan van sortir a la batuda, van caure en una emboscada.

El 1694 es va remodelar la façana amb l'aspecte que avui presenta, segons la data conservada en una rajola. La finca estava partida entre els termes de Sant Cugat i de Rubí, encara que finalment va passar a aquest darrer municipi.

La casa va ser decomissada per les milícies antifeixistes l'any 1936.

L'any 1949 es va extingir una de les nissagues més importants de les cases pairs rubinenques, en morir sense descendència la darrera propietària. Les seves propietats van ser repartides:



la masia, amb el bosc i les terres dels voltants, es van donar a l'obra benèfica de la Visitació de la Nostra Senyora, que porta el nom de Casal Sant Josep Oriol i fins al gener de 1997, acollia infants necessitats. S'hi van fer millores de condicionament i comptava amb dues aules escolars, una capella i una piscina.

L'era pertany a la masia de Ca n'Oriol. El 1775 es va unir un nou llinatge a la família arran del casament de la pubilla amb un Viver, de la masia de Can Viver de la Torre Bonica de Terrassa.

El fill de l'hereu, Pau Viver i Oriol, va fer construir l'any 1848 una grandiosa era per atendre la important recollida de cereals que produïen les seves terres.

Es tractava d'una era amb una capacitat de quatre batudes alhora, molt ben enrajolada i amb cinc lloses que presenten sengles llegendes en llatí, una a cada angle i l'altra al mig, amb la data de la seva inauguració i el nom del propietari. Avui encara es conserven.

L'any 1948 es va celebrar el centenari de l'era, motiu pel qual les propietàries hi van organitzar i presidir els actes commemoratius i populars, als quals va acudir tota la població rubinenca.



Francesc Bonilla

¡La fiesta del caracol!

En nuestra sección de este mes os animamos a visitar las tierras del Segrià, río que vertebra la provincia de Lleida y da nombre a la capital comarcal, en estas fechas el protagonista es el caracol y todas las posibilidades de degustarlo, vayamos a pasar un fin de semana delicioso.



Conozcamos la Ciudad

Ilirtita, Ilerda o Larida son algunos de los nombres de la ciudad que ha recibido a lo largo de los siglos según ocupación visigoda, romana o musulmana, rendida y liberada a las ordenes de las tropas cristianas en 1149, recibiendo así la carta de población.



El edificio de la Paeria es la sede del ayuntamiento, llamado así, pues es como se conoce en estas tierras a los alcaldes de los municipios, «Paer» que proviene del latín como «Hombre de Paz»; es un edificio de estilo románico tardío muy recomendable su visita pues es el edificio de este estilo mejor conservado en Catalunya; Lleida es una ciudad viva y activa con un gran patrimonio que mos-



trar, encontramos la Seu Vella, edificado en lo alto de una loma, domina la ciudad, fue edificada en el año 1203 y actualmente en honor a Sant Anastasi, como en Badalona, están en fiestas patronales.

Justo al lado de la Seu, encontramos el Castillo de la Suda, antigua alcazaba andalusí y residencia Real.



Muy cerca de la ciudad, se encuentra el Castillo de Gardeny, un castillo de origen templario edificado en el S. XIII como convento y ampliado y fortificado en Siglos posteriores.

A finales de Mayo y desde 1980, se celebra el evento

gastronómico del año, comenzó siendo una fiesta con poco más de 12 collas y más de 4.000 participantes, la idea surgió de la Colla de la Orden del Caracol para reunir a los ciudadanos en la ribera del Río y pasar un día festivo, pero tal fue su aceptación que en este año se esperan más de 200.000 visitantes con un consumo de 12 toneladas de este manjar,

La fiesta fue declarada Fiesta Tradicional de Interés Nacional en el 2002.



Para reposar y digerir el atracción de caracoles que hemos disfrutado, nada mejor que un buen paseo por el cercano Parque de la Mitjana, a orillas del Río Segre, sus caminos nos guiarán por pequeños embalses, riachuelos y puentes sobre el río que harán las delicias de toda la familia.

Curiosidades

En 1297 por orden de Jaime II se funda la Universidad de Lleida, siendo la 1ª de Cataluña y la 3ª de España.



El eje comercial, en el casco viejo, posee 4 km de longitud siendo uno de los más largos de Europa y además se encuentran una de las escaleras mecánicas más altas de España.

En 1988 Lleida entró en el Record Guinness con la realización de la receta «Cargols a la Llauna» más grande del mundo.



<p>79€</p> <p>Guitarra clásica de estudio tamaño adulto + funda nylon + afinador electrónico</p>	<p>Desde 94€</p> <p>Violín de Arce, todas las medidas, incluido arco y estuche</p>	<p>Desde 150€</p> <p>Guitarra eléctrica</p>	<p>35€</p> <p>Ukelele más funda de regalo</p>
---	---	--	--

C/ Joan Maragall, 41 · local 1 · 08191 RUBÍ · Tel. 93 588 86 53 · 615 45 23 06 · www.luthiers.es

INSECTOS EN VERANO: Soluciones caseras para alejar de tu casa moscas, mosquitos, hormigas

Descubre cómo mantener alejados a estos molestos inquilinos que llegan sin avisar a tu casa cada verano.

Para las hormigas

Si prefieres los trucos caseros, uno muy sencillo y eficaz para acabar con las hormigas consiste en espolvorear canela en polvo por donde pasan las hormigas.



En caso de que las hormigas hayan infectado tus macetas, bastará frotar con medio limón el borde de tus tiestos para que las hormigas no se acerquen a ellos, odian el olor de esta fruta.

Además, para mantener alejadas a las hormigas de los armarios, basta colgar en ellos unas ramitas de poleo seco, las cuales pueden adherirse fácilmente al mueble con cinta aislante o celofán en los tallos.

Y si las hormigas andan a sus anchas por tu casa, espolvorea las zonas por donde pasan con sal. No volverán.

Para las moscas

Plantas aromáticas para espantar moscas del patio

Es muy agradable tener plantas aromáticas en casa, pues brindan un ambiente fresco y delicioso a los espacios.

Si gustas de estas compañeras vegetales, pueden convertirse en tus aliadas a la hora de ahuyentar a las moscas del patio.



Te recomendamos aquellas con olores fuertes, como la albahaca, la lavanda, la caléndula, la menta, el romero, el laurel y el saúco.

Procura que sea una planta con raíz, no solo un arreglo o unas cuantas ramas, ya que de esta forma podrás valerte de este remedio natural durante mucho tiempo.

Coloca la maceta con la planta seleccionada en los espacios del patio que las moscas frecuenten y verás cómo se alejan de ahí rápidamente.

Clavos de olor y limón para ahuyentar las moscas de la cocina



Los clavos de olor y el limón, dos ingredientes que utilizas en tus preparaciones culinarias, pueden ayudarte a ahuyentar a las moscas de tu cocina y de tu casa.

Solo debes cortar medio limón y pinchar en él varios clavos, y colocarlo en los lugares donde se reúnan las moscas. Esta técnica la puedes aplicar utilizando tantos limones como sea necesario.

Este mismo remedio es muy eficaz para ahuyentar las moscas de la fruta, puesto que puedes colocar el limón con los clavos en el frutero sin problema.



Para los mosquitos

Comer alimentos ricos en vitamina B.

Sí, las legumbres, los frutos secos y otros alimentos que destaquen por su contenido en vitamina B producen unas enzimas que resultan desagradables para los mosquitos.

Usar velas, incienso y aceites.

Los inciensos, velas y difusores elaborados a base de plantas o aceites esenciales de citronela, limón, lavanda, eucalipto, laurel, romero y albahaca son muy efectivos para combatir los mosquitos.



- Instalación y reparación de todo tipo de toldos, persianas, mosquiteras, cortinas y aluminio
- Automatizamos su toldo y persiana
- Pérgolas Gibus

TOLDOS Y PERSIANAS RUBÍ
www.toldosrubí.com
T. 93 588 40 98

Presupuesto sin compromiso

Avda. de l'Estatut, 41
Rubí

¿Quieres promocionar tu negocio?

ESTE ESPACIO DESDE 25€

Contacta con nosotros en el
Telf. 617 026 168

D&S
SERVICIOS DOMÉSTICOS

Tel. 634 43 55 64

C/ Monturiol, 18 Rubí

CONTRATA 3 HORAS DE LIMPIEZA Y PAGA 2 ¡Informaté!

info@benestariservets.com

Cristalería Medina

- Vidres plans
- Miralls
- Mampares de bany
- Vidrieres artístiques
- Persianes
- Mosquiteres
- Instal·lacions comercials

Carrer Bartrina, 9 · local · 08191 RUBÍ
Telf. 619 823 974 · 93 112 69 27
cristaleriamedina@hotmail.es

FUSTERIA EBANISTERIA MARBER

- Muebles a medida
- Puertas
- Cocinas
- Parquet

C/ Miño, 6-20 · Nave 19 · Terrassa
Tel. 937 318 824 · 630 953 877

GM

VENDA I REPARACIÓ D'ELECTRODOMÈSTICS
LÍNIA BLANCA AMB GARANTIA

C/ General Castaños, 37 · Rubí
93 699 50 02
691 674 180 · 603 714 978

MÉS DE 35 ANYS D'EXPERIÈNCIA

Rápido Moderno

Reparación **2** de calzado

¡Cosido de toldos a domicilio!

Antes de cambiar tu toldo pidenos presupuesto

Cosidos de avances y cocinas de camping

Carrer de la Mare de Déu de Lourdes, 32
Rubí · Telf. 654 179 101

¿Puedo tener placas solares en mi casa?

Simplemente, deben cumplirse varios requisitos básicos, que aquí repasamos.

- Disponer en el edificio o en la propiedad de una superficie de más de 20 m².
- Que la zona tenga el máximo de exposición a la luz solar y esté libre de sombras. Por ello es recomendable la instalación de las placas solares en tejados, cubiertas y terrazas de edificios. En el hipotético caso de que la azotea de la vivienda no sea apta para instalar placas solares, siempre se puede realizar la instalación en un terreno disponible en la propiedad, siempre y cuando cumpla con los requisitos.



- Las condiciones óptimas se producen cuando las placas solares fotovoltaicas se colocan orientadas al Sur y con una inclinación de 30° aproximadamente.
- El tejado ha de estar en buenas condiciones, ya que la vida útil de los paneles solares es de 25 años o más. Por ello es conveniente que el tejado y la zona donde se van a instalar estén en condiciones perfectas y no presenten desperfectos ocasionados por el paso del tiempo o las inclemencias meteorológicas. De hecho, en muchas ocasiones se recomienda realizar un retocado previo a la instalación de energía solar.
- Los paneles solares fotovoltaicos son compatibles con prácticamente todos los tipos de tejas: de madera, hormigón, material compuesto, alquitrán, grava, pizarra y metal. Las tejas de arcilla, madera y pizarra son me-



nos resistentes y por tanto más propensas a la rotura. Para evitar esto, lo más recomendable es contratar a un instalador de placas solares experimentado y de garantías.

En función de dónde instalemos las placas de energía solar, también podremos rentabilizar más o menos la instalación, y la inversión. Es decir, una instalación de placas de energía solar será más rentable en una ubicación que en otra. Para entrar más en detalle, repasemos diversos factores que hay que tener en cuenta:

- **La orientación del panel solar.** Los paneles solares orientados al Sur producen un 54% más de energía que los orientados al Norte, por lo que serán más rentables.
- **La inclinación del panel solar.** Los paneles solares con orientaciones cercanas a los 36° producen más

energía que los de menor inclinación, por ello se recomienda siempre una inclinación mínima del 30%.

- **Situación geográfica de la vivienda.** La irradiación solar en el Sur de España es un 27% mayor que en el Norte, por lo que este tipo de instalaciones rinden más en las zonas del Sur del país.

- **Superficie del tejado o de la cubierta.** Las placas solares ocupan aproximadamente 2 metros cuadrados por panel, por lo que debemos disponer de este espacio. Por ello recomendábamos antes la necesidad de disponer de un mínimo de 20 m² de superficie para colocar las placas.

Precios de placas solares para una vivienda

El presupuesto de la instalación de paneles solares puede variar mucho según diversos factores, como los que hemos ido repasando anteriormente. Lo que está claro es que la evolución de estos sistemas y la alta competencia del sector han hecho que el precio de este tipo de sistemas haya bajado los últimos 10 años más de un 80%, lo que permite que la energía solar se convierta en una alternativa viable para todo tipo de viviendas. Se podría decir, que se ha democratizado la energía solar de autoconsumo, pues cada vez está al alcance de más bolsillos.

En la actualidad, el precio de una instalación fotovoltaica para una vivienda unifamiliar puede rondar entre 0,8€ y 1,4 euros por kWh de consumo anual. Esto supone que, para una vivienda con un consumo anual de 6.000 kWh al año, el precio de la instalación rondará entre los 4.000 y 7.000 euros. Esta diferencia de precio dependerá principalmente

de la calidad de los componentes instalados, así como del proceso de instalación. También puede variar, en función de los metros cuadrados de placas que se instalen y las características de la propia instalación.

De hecho, el precio final de la instalación de placas solares para una vivienda unifamiliar viene determinado principalmente por el precio de los paneles solares y el inversor solar. Estos gastos suponen alrededor de un 75% del precio total de la instalación, mientras que la mano de obra, los contadores, el sistema de monitorización, el cableado y los permisos pueden rondar unos 1.200 euros más.

El presupuesto destinado a los paneles solares será de entre 150 euros y 250 euros por panel aproximadamente, mientras que el inversor solar oscila entre los 700 euros y 1.600 euros, siendo necesario únicamente uno por instalación.

Sin embargo, aunque la instalación de paneles solares pueda suponer un desembolso inicial importante, desde el mismo momento en que están instalados se comienzan a amortizar mediante el ahorro en electricidad y gas natural a final de mes, y no solo eso, también se dispone de importantes bonificaciones fiscales que hacen cada vez más atractivas este tipo de instalaciones.

Por ejemplo, para las viviendas unifamiliares que deciden instalarse un sistema de autoconsumo fotovoltaico, la reducción sobre el IBI (Impuesto de Bienes Inmuebles) puede llegar a ser del 50% durante hasta 5 años (dependiendo del municipio donde está ubicada la vivienda). Ello puede llegar a representar un ahorro de entre 1.000 euros y 2.500 euros.



Por otro lado, la suma de la reducción de consumo eléctrico gracias a la autogeneración eléctrica, es decir, al autoconsumo, que puede ir de 50 euros a 300 euros al mes en una vivienda unifamiliar. Este ahorro, juntamente con la bonificación del IBI, supone que la inversión de la instalación queda absolutamente recuperada en poco menos de 5 años, en la gran mayoría de los casos. Para que queden claros estos datos, analicemos el caso de una casa unifamiliar de 200m², con 2 plantas y piscina y una factura de electricidad de 120 euros/mes. Para esta vivienda harían una inversión inicial de instalación fotovoltaica de 6.500 euros y cada mes ahorrarían 70 euros, sin tener en cuenta la bonificación del IBI.

Si a esto le unimos que la instalación de placas de energía solar fotovoltaica para el autoconsumo tiene una garantía de 25 años, solo cabe deducir que queda totalmente «autopagada». Es decir, sin duda, es una inversión altamente rentable.

La apuesta por el autoconsumo mediante energía solar no solo es rentable económicamente hablando, también es una inversión de futuro para nuestro planeta, puesto que es una energía verde, que no contamina y que ayuda a la reducción de la emisión de gases invernadero, y, por tanto, a que todos podamos respirar un aire más puro, y eso no tiene precio.

¿Quieres promocionar tu negocio?
ESTE ESPACIO DESDE 25€
Contacta con nosotros en el
Tel. 617 026 168

COYPE
Confecció, venda i instal·lació de cortines
Articles per la llar
Decorant des de 1972
Horari de 10 a 13:30 h. i de 17 a 20 h.
Dissabtes a la tarda tancat
Av. de l'Estatut, 7 · Rubí
Tel 93 588 54 59 · 679 600 131
coype2019@hotmail.com

Tintoreria OpenSec Bugaderia
ARREGLOS DE TODO TIPO DE PRENDAS DE ROPA Y PIEL - TALLER PROPIO
• Lavado de prendas de ropa, en agua y seco
• Especialistas en prendas delicadas y vestidos de fiesta
• Servicio a domicilio
Carrer de Pere Esmendia, 23
Rubí
Tel. 691 75 73 99

CONSULTORIA Moreno & Martínez
• ASESORÍA FISCAL-CONTABLE
• ASESORÍA LABORAL
• TRAMITACIÓN DE EXTRANJERÍA
• GRADUADO SOCIAL
C/ Víctor Català s/n · Tel. 936 978 961 · 08191 RUBÍ
ESTAMOS EN LA ZONA DE LAS TORRES, JUNTO A LA RAMBLA DEL FERROCARRIL

abitare RUBÍ
Comedores · Sofás
Dormitorios · Juvenil
Recibidores · Descanso
Muebles a medida
Calidad al mejor precio
Carrer de Terrassa 19 · Rubí
(junto policía nacional)
Tel. 931 300 196
L'Escardivol
Promoción Junio
Canapé + Colchón
De 150 x 190 cm. por solo 549 €
(Cuatro colores disponibles)

Consejos para dormir bien con aire acondicionado

Programa el aparato en modo noche

Los aparatos de aire acondicionado modernos cuentan con distintos programas de uso. El programa nocturno está específicamente diseñado para utilizar el equipo durante las horas de sueño, minimizando su consumo energético.

El acondicionador funciona hasta alcanzar la temperatura introducida y luego se para. A la hora, aproximadamente, la temperatura introducida aumenta de nuevo automáticamente 1°C. De este modo se ahorra energía sin perjudicar el confort nocturno.



No superes los 24 grados de temperatura por la noche

Si nuestro aparato no dispone de modo nocturno, programar el aparato a no menos de 24 grados centígrados, que es la temperatura recomendada por el IDAE, ya que sino la habitación se encontrará demasiado fría y corremos el riesgo de resfriarnos.

Recuerda que al dormir nuestro cuerpo apenas consume energía y que el propio metabolismo reduce nuestra temperatura corporal, por lo tanto, no necesitarás más temperatura.

Evita el flujo de aire directo



Es preciso instalar el aparato de aire acondicionado de forma que el flujo del aire no se dirija directamente hacia la cama.

Aunque creas que vas a dretirte por el calor, no caigas en la tentación de colocar tu cama justo bajo el flujo del aire acondicionado.

Recibir un flujo constante de aire frío durante toda la noche no es saludable ya que podemos sufrir un choque térmico que se traduzca en enfermedades de garganta.

Una opción para evitar este flujo directo de aire es programar el aparato en modo "swing" de forma que las aspas varíen la dirección de la salida del aire distribuyéndolo por la estancia de forma indirecta.



SUGIN
SUMINISTROS GINER & GINER, S.L.

Instalación y Mantenimiento de aire acondicionado
Limpieza de unidades con máquinas de inyección de ozono

❄️ ❄️ ❄️

C/ Milà i Fontanals, 31 - Rubí
Tel. 93 588 42 22
www.sugin.es · suginrubi@hotmail.com

Presupuestos sin compromiso

CARPINTERIA DE ALUMINIO

FANNY S.L.

Acabados de máxima calidad con el mejor material
Asesoramiento y presupuesto sin compromiso

C/ Murcia, 30-32 L.1 - Rubí
Telf. 935 886 193
www.fannysl.com

MOMENTS DE LECTURA



El camino del fuego

María Oruña

Editorial: Ediciones Destino

Temática: Novela negra | Misterio

La teniente Valentina Redondo y su compañero Oliver deciden tomarse unas vacaciones y viajan a Escocia para visitar a la familia de este. Su padre, Arthur Gordon, está empeñado en recuperar parte del patrimonio y de la historia de sus antepasados y ha adquirido el castillo de Huntly, en las Highlands, que había pertenecido a su familia hasta el siglo XVII. Durante la rehabilitación del edificio encuentra un diminuto despacho que llevaba oculto doscientos años y en él, documentos que revelan que las memorias de Lord Byron —supuestamente quemadas a comienzos del siglo XIX— pueden seguir intactas y hallarse entre esas paredes. Pronto correrá la voz del extraordinario hallazgo y tanto la prensa de todo el país como varias personas allegadas a la familia se acercarán a ellos para seguir el curioso acontecimiento.



Los Diez Escalones

Fernando J. Muñoz

Editorial: Booket

Temática: Novela contemporánea | Histórica

En una época en la que se confundía a Dios con el Diablo, y donde el amor se enjaulaba bajo las leyes de los hombres, diez escalones podían mostrar la diferencia. Reino de Castilla, 1283 d. C. Alvar León de Lara, cardenal de la curia, vuelve a la abadía que abandonó veinte años atrás con el alma rota por un amor imposible. Su maestro desea revelarle algo que cambiará el curso de la cristiandad. Sin embargo, su llegada desencadenará la tragedia: enigmas tras puertas ocultas, crímenes inexplicables y símbolos que conducen a trampas. Alvar tendrá que enfrentarse a la mujer que desgarró su corazón, a la intransigencia de los cobardes, a la lucha por mantenerse entre los vivos y, finalmente, a los diez escalones. Fernando J. Muñoz, autor del bestseller La cocinera de Castamar, nos transporta en esta ocasión a los mundos ocultos del Medioevo, donde los personajes desafiarán a demonios antiguos que aún perviven entre nosotros: los prejuicios, las ideas irracionales y los dogmas inamovibles.



El Demonio de Arbennios

Bernard Torelló López

Editorial: Minotauro

Temática: Fantasía | Fantasía heroica

El Demonio de Arbennios ofrece lo mejor de la fantasía épica con un ritmo trepidante. Del youtuber Kai 47.

Kai es un antiguo soldado de élite que reside en Arbennios, capital del reino de Lénoda, cuya monótona vida se sustenta en tres pilares: un trabajo en la guardia del noble señor Nárenwal, la compañía de su leal grupo de amigos y las furtivas visitas de su amante secreta.

Por desgracia, durante un caluroso día de verano tendrá lugar un ataque inesperado que dará un giro a su vida. Condenado por la misma sociedad a la que había defendido durante años, Kai se verá arrastrado por un torbellino de emociones y violencia que lo llevarán por el oscuro camino de la venganza.



EL SEÑOR MIYAGI

Camisetas originales y regalos para fans de:
Star Wars, Dragon Ball, Marvel, Harry Potter
y mucho más...

Calle Maximí Fornés, 38 · Rubí · Tel. 620 959 460



Sudoku

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

HUESOS DEL CUERPO

- CLAVICULA
- COSTILLA
- CUBITO
- ESFENOIDES
- ESTERNON
- ETMOIDES
- HUMERO
- MANDIBULA
- MARTILLO
- METACARPIANO
- METATARSO
- OCCIPITAL

Sopa de letras

A	H	F	C	U	B	I	T	O	X
L	Z	U	X	P	J	M	H	D	W
U	O	C	G	Q	A	E	U	M	E
C	F	F	W	D	L	L	M	E	T
I	A	P	H	A	U	F	E	T	M
V	L	M	M	O	B	E	R	A	O
A	L	E	A	C	I	S	O	C	I
L	I	T	R	C	D	F	N	A	D
C	T	A	T	I	N	E	O	R	E
S	S	T	I	P	A	N	N	P	S
G	O	A	L	I	M	O	R	I	K
X	C	R	L	T	S	I	E	A	S
J	I	S	O	A	S	D	T	N	B
A	L	O	N	L	Z	E	S	O	G
B	B	I	R	P	R	S	E	V	I

Autodefinido

TAPIR, DANTA	REFLEJO LUMINOSO	DÍA ANTERIOR	QUE SUPRIME	TEATRO GRIEGO
PERSONA	OBLIGACIÓN	OBSERVE		
JUICIO, OPINIÓN			POSTDATA	
COLA			UNIVERSIDAD DE BARCELONA	
			SOPA ESPESA	
			TENER MIEDO	
PONER UNA COSA CURVA	GANSO, ANSAR	REVISTA DE HISTORIETAS		
		PONER, UBICAR		
			SIN NÚMERO	
			COMPUESTO DE SILICIO	
DANZA	TERCER ESTÓMAGO DE LA VACA			PLANTA NAUSEABUNDA
	HIJO DE DEDAJO			
			CÓLERA	
			COGER CON LA MANO	
QUIEBRA	ANIMAL MARINO COLONIAL			APÓCOPE DE "TANTO"
	RADIO TELEVISIÓN ESPAÑOLA			
			SITUADA	
NEGOCIAR, COMERCIAL				
DE INFERIOR CALIDAD				
			RUMIANTE DEL NORTE	

Soluciones

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

O	N	E	R	R	O	P
A	R	A	F	A	T	R
A	S	I	A	C	A	C
S	L	A	R	A	O	C
A	I	R	A	L	E	B
O	A	S	O	M	A	S
S	N	C	E	R	C	O
O	E	B	E	T	E	R
E	P	O	R	A	B	O
D	P	S	I	S	I	T
O	N	D	I	A	I	D
S	A	V	A	L	A	V

8 Beneficis de consumir verdures i hortalisses a l'estiu

- Són rics en nutrients fonamentals per al bon funcionament del metabolisme.
- Gràcies al consum d'hortalisses el cos es manté ben hidratat, molt important en l'època estiuenca, ja que contenen grans quantitats d'aigua que, a més, provoquen l'eliminació de toxines.
- Una dieta ha de ser tan equilibrada com sigui possible, especialment per a aquells nens que practiquen esport i necessiten diversos nutrients.
- Prevenen el restrenyiment. A causa del seu alt contingut en fibra ajuden a regular el funcionament intestinal i a més contribueixen a tenir un millor control del colesterol.
- Generalment, són productes molt baixos en greixos, per la qual cosa aporten un nombre reduït de calories.
- Si anem introduint a poc a poc verdures i hortalisses en l'alimentació dels nens, els acostumarem a menjar de manera equilibrada i variada.
- Poden protegir enfront de molts tipus de càncer.
- Contribueixen a un major enfortiment dels ossos.

Això és fonamental per als nens esportistes, ja que després de realitzar exercici físic necessiten recuperar els líquids i els electrolits perduts durant l'activitat.

Això afavoreix una millor forma física en els més petits i facilita que puguin fer els seus exercicis adequadament.

Les verdures, especialment les de fulles verdes com la col arrossada o els espinacs, proporcionen calci, àcid fòlic, vitamina K i altres nutrients que mantenen sana l'estructura òssia.



Tallarines a la marinera

Ingredientes:

- 12 mejillones
- 12 gambones
- ½ cebolla
- 2 dientes de ajo
- 10 ml de aceite de oliva virgen extra
- 250 g de anillas de calamar
- 1 cucharadita de azafrán
- 125 ml de vino manzanilla o vino blanco
- 250 g de tomate triturado
- 1 cucharadita de sal
- 300 g de tallarines
- 1 cucharadita de perejil seco



Preparación

- ▶ Limpiar los mejillones y pelar los gambones
- ▶ Pochar la cebolla con los ajos para elaborar la salsa
- ▶ Añadir las anillas de calamar y rehogaras
- ▶ Incorporar el azafrán, el vino blanco y dejar evaporar el alcohol
- ▶ Añadir el tomate y cocinar media hora
- ▶ Añadir los gambones
- ▶ Tras dos minutos añadir los mejillones, subir a fuego medio, tapar la cazuela de la salsa y dejar que abran los mejillones
- ▶ Cocer la pasta en agua abundante con sal y escurrir
- ▶ Añadir la salsa marinera a la pasta y remover
- ▶ Servir los tallarines a la marinera con perejil seco



Dorada al horno con patatas panaderas

Ingredientes:



- 2 doradas
- 4 patatas
- 2 zanahorias
- 3 cebolletas
- 2 dientes de ajo
- Sal y pimienta
- Perejil
- Aceite de oliva



Preparación

- ▶ Pelamos y cortamos en rodajas las patatas,
- ▶ Las incorporamos en una bandeja de horno con aceite de oliva virgen extra.
- ▶ Luego, añadimos la cebolleta y zanahorias cortadas en tiras con sal y aceite.
- ▶ Pre-calentamos el horno a 180° y cocinamos unos 20 minutos.
- ▶ Recomendamos hacer unos cortes en las doradas.
- ▶ Verter por encima un majado de ajo, perejil y sal.
- ▶ Añadimos el pescado a la fuente.
- ▶ Introducimos en el horno otros 20 minutos o hasta que terminen de cocinarse.



LA CUINA DE L'ORIOL
Menjar per empotar
Paelles · Pollastres a l'ast

C/ Calderón de la Barca, 22 · RUBÍ
636 25 25 37
www.lacuinadeloriol.com

Encàrrecs i servei a domicili
Obert tots els dies: 11:00 a 16:00 h.

EMPORIAM EL BÚHO ROSTISSERIA

Plaça del Progrés, 2 · Local 1 · Rubí
Reservas Tel. 93 124 13 98
Horario J-D 11:00h a 15:30h

DISFRUTA TAMBIÉN LOS VIERNES Y SÁBADO NOCHES DE EMPORTA'T EL BÚHO

Pizzas 1/2 metro · Hamburguesas
Milanesas al pan · Empanadas Criollas
Croquetas caseras · Bravas
Postres caseros

DE MIÉRCOLES A VIERNES MENÚ DIARIO
3 primeros, 3 segundos, a elegir + postre
por : 7,50 €

Sorbete de naranja

Ingredientes:

- 300 ml de zumo de naranja
- 250 g de azúcar
- 250 ml de agua
- 2 claras de huevo
- Hojitas de menta



Preparación

- ▶ En primer lugar, preparamos un almíbar con el azúcar y el agua, poniendo ambos ingredientes en un cazo al fuego.
- ▶ Cuando empiece a hervir, dejamos durante 1 minuto al fuego y después retiramos y dejamos templar.
- ▶ Lavamos las naranjas y sacamos el zumo.
- ▶ Lo ponemos en un bol junto con las claras ligeramente batidas y le añadimos el almíbar cuando haya enfriado. Mezclamos todo bien.
- ▶ Pasamos la mezcla a un recipiente de cristal que podamos meter en el congelador.
- ▶ Debemos sacarlo cada 30 minutos un par de veces o tres, para remover la mezcla, hasta que se congele.
- ▶ Servimos en copas o vasitos decorado con unas hojitas de menta.



Pets Lovers

Espigas y animales de compañía

Las comúnmente llamadas espigas son un tipo de plantas herbáceas pertenecientes a las gramíneas.

Tienen unas vainas muy características, con forma de flecha, ásperas, alargadas, con una punta afilada, duras y formando un conjunto que cuando maduran se secan y caen, como son ligeras salen volando y llegan a cualquier parte.

Esta forma característica hace que se clave en tejidos y pelo, y con la forma de flecha y la aspereza, la espiga solo puede ir hacia delante y clavarse cada vez más. Las veremos cuando empieza a hacer más calor, a partir de finales de mayo, cuando se secan y toman un color amarillo. Pueden clavarse en cualquier parte del animal y los más propensos son los animales de pelo largo.

Las zonas frecuentes son el hocico, las orejas, las almohadillas, el tórax, los ojos y la zona genital. En la mayoría de zonas es necesaria la sedación para extraerla.

Hocico: Cuando a nuestro perro le entra una espiga en la nariz comenzará a estornudar con mucha intensidad y seguido, moqueará y es posible que tenga una secreción sanguinolenta dada la fuerza de los estornudos, además torcerá el morro de una manera exagerada.

Es importante llevarlo al veterinario en las primeras horas, ya que la espiga puede llegar hasta los pulmones o el aparato digestivo, incluso a la columna vertebral.

Oídos: En este caso el perro sacudirá la cabeza constantemente y la ladeará hacia el oído que tenga la espiga. Las orejas caídas y grandes tienen más predisposición a este problema. Si no se retira puede causar una fuerte otitis.

Almohadillas: Si el perro pisa una espiga puede clavarse en las almohadillas o entre los dedos y veremos un lamido excesivo, tendrá dolor, la zona estará inflamada y cojeará.

Tórax: Este caso es más común en pelo largo, ya que la espiga cada vez más entra dentro del pelaje hasta llegar a la piel, donde se clavará en la piel y puede llegar a cualquier parte, normalmente veremos un bulto y un lamido excesivo por el dolor.



Ojos: Si entra una espiga en el ojo la molestia causará que lo cierre y puede llegar a supurar, también se rasará y puede estar un poco desorientado por no abrir los ojos.

Es importante retirarla rápido porque puede causar úlceras y lesiones graves. Genitales e inglés: Esta zona es también muy molesta y bastante común, ya que entra en los orificios como pasa con la nariz o las orejas.

Puede causar diversas infecciones, como la de orina, no solo de los genitales. En todos los casos es crucial actuar rápido para que la espiga se desplace el mínimo posible.

Para evitar estas situaciones lo único que podemos hacer es evitar estas zonas de paseo y vigilar por donde olisquea por si acaso una espiga a llegado volando, además le daremos una cepillado y revisaremos todas estas zonas cuando terminemos el paseo.

El Bon Gust
Bar Restaurante

Menú diari casolà 13€
Caps de setmana i festius 20€

Carri Brasa
Esmorzars
Entrepans i tapes
Especialistes en paelles i torrades

També per a portar i servei Glovo

Sant Joan, 5 · Rubí
Tel. 93 699 29 72

Obert tots els dies

A prop de tu

Descárgate esta revista desde nuestra web:

www.revistaapropdetu.com

Núcleo zoológico 82500008

AGRI FAUNA

Servicio a domicilio

Piensos (también a granel) · Abonos · Accesorios Jaulas
Animales · Plantas y árboles · Vino a granel

Carrer Marconi, 3 - L.1 - 08191 Rubí
Tel. 936 971 356 · Mov. 615 853 996
agrifauna.2018@gmail.com

BAR CASA NICO

Arroces por encargo

Arroz caldoso de bogavante
Paella de marisco
Arroz negro
Arroz caldera (pulpo, calamar y bogavante)
Fideuá

HORARIO:
de martes a domingo
de 6 a 18 horas

Menú diario
Menú fin de semana
Desayunos de tenedor y brasas

C/ Joaquim Bartrina, 16 · Rubí
T. 93 699 01 11

Fiorella's
Bar - Cafetería

Batidos - Desayunos - Meriendas

Disfruta de un buen café en el mejor y tranquilo entorno de Rubí

Horario: de 7:30 h a 18 h (De lunes a viernes)

C/ d'Antoni de Borja, 15 · Rubí
Tel. 937 609 573

Pets Lovers.es

La Botiga que trien les Mascotes

Servei a Domicili
Perruqueria
Canina i Felina

633 667 555
PetsLovers.es

La importancia de tener los faros del coche en buen estado

El exterior de los faros sufre todo tipo de agresiones

La parte externa de los faros, tanto los delanteros como los traseros, sufren todas las agresiones propias de ir a la intemperie.

Los delanteros en especial son los que más expuestos están tanto a golpes con otros vehículos, como en los garajes, chinazos de los camiones, tierra de la propia carretera, sal en invierno, cambios bruscos de temperatura, etc.

El sol es su peor enemigo

De todos los "ataques" por parte de los elementos a los que se ven sometidos los faros el peor de todos es el sol.

El dispersor, que es como se llama este plástico tiene una capa de resina transparente para que esté protegido que poco a poco se va

cuarteando y estropeándose. Esto es más acusado en los coches que pasan mucho tiempo en la calle y el resultado es que el faro se va volviendo opaco cuando ya no tiene esa protección.

Un faro cuyo plástico exterior está opaco no ilumina como debe y lo peor es que no nos damos cuenta, pues esa opacidad se va creando de manera progresiva a lo largo del tiempo.

Nosotros no vemos bien y el resto de los conductores tampoco nos ven, de manera que hay que ponerse manos a la obra para solucionar el problema cuanto antes.

Para eliminar la opacidad de los faros hay que ir a un profesional

En Internet vamos a encontrar todo tipo de trucos para que los faros de

nuestro coche vuelvan a ser transparentes, pero sirven de poco.

No hay mejor remedio para estos casos que el pulido de faros. Lo podemos hacer nosotros en casa, pero siempre recomendamos llevar el coche a un taller mecánico que sea especialista.

¿Por qué ir a un taller y no pulirlo nosotros?

Es cierto que nosotros podemos pulir los faros en casa, pero para ello necesitamos herramientas y una serie de productos cuyo precio es más que probable que supere a lo que nos van a cobrar en un taller especializado.

Además, para pulirlos bien hay que desmontarlos algo que no está al alcance de cualquiera, pues en algunos modelos quitar todo el faro no es nada sencillo.

Al pulirlos hay que restaurar la capa de barniz exterior, algo que en casa no se suele hacer o no se hace bien, con el resultado de que a los pocos meses de haber hecho el pulido los faros se comienzan a oscurecer de nuevo.

No debemos olvidar limpiar los faros

A veces la parte exterior del faro no necesita ponerse opaca u oscurecerse para que nuestra visión quede limitada.

En determinados ambientes, la suciedad se va acumulando hasta que deja al faro "ciego", de manera que cuando los tenemos que usar en carretera la distancia a la que ilumi-

nan se acorta mucho, lo cual puede ser un problema muy serio cuando hay niebla, nieve o llueve mucho.

De esta manera, cada vez que lavemos el coche dedicaremos unos segundos a hacer lo mismo con los faros, con el fin de que queden relucientes e iluminen bien.

Hay que mantener las luces a la altura correcta

La altura de las luces es algo a lo que también hay que prestar atención. De hecho, una de las primeras pruebas de la ITV es mirar si están a la altura correcta.

Unas luces muy bajas no alumbran apenas y unas muy altas tampoco lo hacen, además de que en este caso son peligrosas para el resto de los usuarios de la vía, que se verán deslumbrados cada vez que circulemos de noche.

El agua es uno de sus enemigos

Los faros tienen varios mecanismos para que el agua no entre dentro y para que no haya condensación, con juntas en lugares específicos e incluso sistemas de ventilación redundantes, pues los fabricantes saben lo importante que es que no se empañen.

Unos faros empañados son un problema que afecta nuestra seguridad, de manera que si nos damos cuenta de que no es algo puntual habrá que ir al taller.

A veces, parece que la parte exterior está nueva, pero con el tiempo se van produciendo microrroturas que dejan pasar la humedad y el agua al interior.

Dentro de los elementos de seguridad del coche, los faros son uno de los más importantes pese a que les prestamos poca atención. De ellos depende el poder ver de noche y cuando el clima es adverso, y que otros conductores nos vean a nosotros para que no se produzca un choque por alcance.



ZONE GARAGE

ESPECIALISTAS EN EL CUIDADO ESTETICO DE TU COCHE

- Limpieza ecológica de vehículos
- Vinilado integral o parcial
- Rotulación comercial
- PPF y tintado de lunas
- Restauración de faros

Passeig de la Riera 41 local • Rubí

SIGUENOS EN REDES PARA ACCEDER A TODAS NUESTRAS PROMOCIONES

633 666 268 937 04 40 69 @z.onegaragerubi

ZoneGarage Rubi z.onegaragerubi@gmail.com





2x1* EN NEUMÁTICS DE DETERMINADES MARQUES

*SOTA I PRESSIÓ D'INFLATGE A OPORTA PEUGEOT/EL/POURVENTA/EN NEUMATICS



NOMES UNA PAUSA I CONTINUA GAUDINT AL VOLANT



AUTO TALLER MORRAL · Crta. Molins de Rei, Km. 12,2 (Direcció Sabadell) Rubí · Tel. 935 882 819 · www.autotallermorral.cat

934 885 233 Ctra. Terrassa, 110 · RUBÍ (BARCELONA)



GRUPO Pro Service Rubí

SERVICIO INTEGRAL TODO TIPO DE VEHÍCULOS

- MECÁNICA
- PLANCHA
- PINTURA
- ELECTRICIDAD
- ELECTRÓNICA
- SERVICIO ITV
- AIRE ACONDICIONADO
- REVISIONES
- NEUMÁTICOS
- FLOTAS DE EMPRESAS

TRABAJAMOS CON LAS PRINCIPALES COMPAÑÍA ASEGURADORAS





OCASIÓN

VENTA DE VEHÍCULOS

ELÉCTRICOS · HÍBRIDOS · GASOLINA

MULTIMARCA: KILÓMETRO CERO · SEMI NUEVOS · GERENCIA

Garantizados
A partir de un año de garantía

Stock
Gran stock para entregas inmediatas

Financiación
Págalo cómodamente

www.proservicerrubi.com

934 885 233 info@proservicerrubi.com

Ctra. Terrassa, 110 · RUBÍ (BARCELONA)



Plancha, Pintura, Mecánica i Electricitat
Vehícle de substitució

25%
dto.

En la primera franquicia

50€
dto.

Si tu seguro es a terceros en reparaciones de plancha superiores a 300€

Promociones válidas hasta el 30.06.22

Vehículo cortesía gratuito
Recogida y entrega a domicilio
Lavado gratuito con la reparación

Carrer del Ciclisme, 37 · 08191 Rubí · Tel. 936 99 53 13 · 673 104 134 · www.hobbycars.es

AGENDA JUNY

01 JUNIO 2022 16:00

08 JUNIO 2022 16:00

JoxMi, Escucha y acompañamiento emocional

ESPAI JOVE TORRE BASSAS, C. Sabadell, 18

Precio: Gratuito

01 JUNIO 2022 18:00

Torneo de baloncesto

La primavera la sangre altera PISTA PLAÇA SARDANA, Ctra. Terrassa, 21-25

Precio: Gratuito

02 JUNIO 2022 17:30

Taller de teatro

La primavera la sangre altera ESPAI JOVE TORRE BASSAS, C. Sabadell, 18

Precio: Gratuito

02 JUNIO 2022 19:30

1949-1955 Cambios irresistibles

Ciclo Campos de Algodón 2.0 | Programación de primavera 2022 02.JUNIO2022 19:30

ATENEU MUNICIPAL, C. Xile, 3

Precio: Gratuito

03 JUNIO 2022 17:45

10 JUNIO 2022 17:45

17 JUNIO 2022 17:45

Taller de K-pop

La primavera la sangre altera ESPAI JOVE TORRE BASSAS, C. Sabadell, 18

Precio: Gratuito

03 JUNIO 2022 18:00

10 JUNIO 2022 18:00

Autodefensa feminista

La primavera la sangre altera ESPAI JOVE TORRE BASSAS, C. Sabadell, 18

Precio: Gratuito

03 JUNIO 2022 18:00

Loren, mi causa

Que tus sueños te lleven allí, donde tu corazón se feliz BIBLIOTECA MESTRE MARTÍ TAULER, Auditorio

Precio: Gratuito

04 JUNIO 2022 09:00 / 11:00

Barroc & Roll

Ciclo de música para la pequeña infancia | Carnet Rubí 360: Competencia Artes, Cultura y Diseño

ATENEU MUNICIPAL, C. Xile, 3

Precio: Gratuito

04 JUNIO 2022 11:00

Barroco & Roll

Música familiar | Programación de primavera 2022

ATENEU MUNICIPAL, C. Xile, 3

Precio: Gratuito

04 JUNIO 2022 18:00

Baile doble de sardanas

Con las coplas Mediterrània y Ciutat de Cornellà

Plaza Dr. Guardiet

Organizador:Foment de la Sardana de Rubí

Precio: Gratuito

06 JUNIO 2022 17:00

13 JUNIO 2022 17:00

Taller de costura

La primavera la sangre altera ESPAI JOVE TORRE BASSAS, C. Sabadell, 18

Precio: Gratuito

06 JUNIO 2022 17:30

13 JUNIO 2022 17:30

Taller de boxeo

La primavera la sangre altera ESPAI JOVE TORRE BASSAS, C. Sabadell, 18

Precio: Gratuito

07 JUNIO 2022 18:15

14 JUNIO 2022 18:15

Taller de cómic manga

La primavera la sangre altera ESPAI JOVE TORRE BASSAS, C. Sabadell, 18

Precio: Gratuito

08 JUNIO 2022 18:00

Creo que estoy enganchado: taller para reflexionar sobre el consumo de tabaco y otros tóxicos

La primavera la sangre altera ESPAI JOVE TORRE BASSAS, C. Sabadell, 18

Precio: Gratuito

09 JUNIO 2022 17:30

Taller de teatro

La primavera la sangre altera ESPAI JOVE TORRE BASSAS, C. Sabadell, 18

Precio: Gratuito

09 JUNIO 2022 19:00

Menstruar como acto político

Ciclo de Feminismo Interseccional | Programación de primavera 2022 ATENEU MUNICIPAL, C. Xile, 3

10 JUNIO 2022 18:00

Hablemos del placer

La primavera la sangre altera ESPAI JOVE TORRE BASSAS, C. Sabadell, 18

Precio: Gratuito

10 JUNIO 2022 18:00

Taller de jabón natural

La primavera la sangre altera ESPAI JOVE TORRE BASSAS, C. Sabadell, 18

Precio: Gratuito

10 JUNIO 2022 19:30

Jalea de mango verde

Ciclo Sala clásica | Programación de primavera 2022 ATENEU MUNICIPAL, C. Xile, 3

12 JUNIO 2022 12:00

Les aventures del Lleó vergonyós - EL POT PETIT

Espectáculo infantil en catalán con títeres y música en directo

Casal Popular de Rubí. C. Pere Esmendia, 14

13 JUNIO 2022 17:00

Taller de taichi

Técnica milenaria que mejora la salud física y mental de las personas que la practican

BIBLIOTECA MESTRE MARTÍ TAULER, Terraza

14 JUNIO 2022 18:00

Participación musical

Carnet Rubí 360: Competencia Artes, Cultura y Diseño

C.C. ESCARDÍVOL, Edificio el Escardívol 2º piso

15 JUNIO 2022 18:00

Taller de uñas de verano

La primavera la sangre altera ESPAI JOVE TORRE BASSAS, C. Sabadell, 18

Precio: Gratuito

16 JUNIO 2022 17:30

Taller de teatro

La primavera la sangre altera ESPAI JOVE TORRE BASSAS, C. Sabadell, 18

Precio: Gratuito

16 JUNIO 2022 19:00

La Flauta Mágica de W.A. Mozart

Cuéntame una Ópera | Programación de primavera 2022 ATENEU MUNICIPAL, C. Xile, 3

Precio: Gratuito

17 JUNIO 2022 19:00

9º Festival de Blues de Rubí

Los días 17, 18 y 19 de junio de 2022 Castell de Rubí. Carrer del Castell, 35

Organizador: Societat de Blues de Rubí (SBR)

Precio: Gratuito

17 JUNIO 2022 20:00

El ventre del mar

Cicle Gaudí TEATRE LA SALA, Teatre Municipal La Sala de Rubí

Precio: 4,50€ / 3,00€

18 JUNIO 2022 12:00

Tocando el cielo, una aventura sherpa

Teatro familiar | Programación de primavera 2022 ATENEU MUNICIPAL, C. Xile, 3

Precio: Gratuito

19 JUNIO 2022 12:30

Luismi Segurado Quinteto

8º Ciclo de Jazz | Programación de primavera 2022 19.JUNIO2022 12:30 ATENEU MUNICIPAL, C. Xile, 3

Precio: Gratuito

Horóscopo Mes de Junio

Aries



Si buscas pareja, junio es ideal para que conozcas nuevas personas, pero no es un mes indicado para comenzar con una nueva relación sentimental.

Tauro



Las viejas amistades están en nuestra mente, puede ser que una persona de tu pasado tenga una relación sentimental contigo en este periodo.

Géminis



Tienes que perdonar no guardar rencor, porque el camino es largo y en el futuro claramente encontrarás una persona que realmente te valore.

Cáncer



Si ya estás enamorado, vienen días de decisiones. Sé honesto contigo mismo a la hora de pensar en tu futuro y la felicidad estará asegurada.

Leo



Si eres de los que no aún no tienen pareja, podrías sorprenderte en este mes conociendo a una persona bastante interesante en el lugar que menos esperas.

Virgo



Virgo mantén la honestidad en tu relación sentimental, fomenta siempre la lealtad hacia tu pareja. Recuerda que el amor debe ser real, sincero y duradero.

Libra



Un mes lleno de la magia de pasión y el encanto, eres un ser enérgico y lleno de vitalidad, demuestra tu amor y pasión a la persona que amas.

Escorpio



Respecto a la salud ten cuidado con las articulaciones, no realices esfuerzos o grandes movimientos, ya que pueden perjudicar tu espalda.

Sagitario



Si tienes pareja, ¡controla tus emociones! Trata de no buscar peleas sino más bien dialogar para encontrar una solución común.

Capricornio



Muéstrate leal a tus familiares, mantén siempre una excelente comunicación, expresa a cada momento tus pensamientos con plena libertad.

Acuario



Es un mes muy bueno para tener relaciones sexuales de carácter esporádico, pero también el ir despacio te puede permitir conocer personas muy interesantes.

Piscis



En el trabajo y dinero también es un buen mes para piscis, las estrellas y astros se muestran favorables para realizar algún tipo de inversión.

NEW HOMEPC

Especializados en ordenadores a medida para hogar, empresa y Gaming

Productos Gaming - Ordenadores marca - Portátiles - Hardware - Consumibles - Videojuegos y Consolas - Servicio Técnico

C/ Pintor Coello, 15 - Rubí - Tel. 936 67 71 87
www.newhomepc.net



Tu clínica de confianza



Clínica Dental Pifarré

Desde 1973

Financiamos tratamientos

Dr. Marc Pifarré Portella

Col. 4028

Master de Implantología

Máster en Periodoncia

Dra. Clara Noguera Corominas

Col. 3964

Master en Ortodoncia

- Cirugía implantológica y regenerativa
- Estética dental
- Ortodoncia (convencional, lingual, invisible)

Horario: de 9 a 18 h.

* Nuevo servicio odontopediatría



www.clinicadentalpifarre.com

Plaça Constitució, 1 · 08191 RUBÍ · (Barcelona)

Telf. 93 699 36 48

Llamar para concertar cita