Butlletí informatiu de Cooperativa 70
C. Font i Boet, 7 · Caldes de Montbui
Tel. 938 654 530
Número 51
Gener - març de 2020

coopsetanta

En aquest butlletí...

APINDEP
Pàgina 2

Agència Catalana de Consum
Pàgina 3

Programació
De la pàgina 4 a la 8

Nou avantatge
Pàgina 13

L'Àgora d'APINDEP

Amb l'arribada del nou any els #Apindèpics celebrem el nostre primer aniversari a Cooperativa70.

Ara just fa un any enllestíem els últims preparatius per poder obrir la cafeteria el 14 de gener. Els nervis estaven a flor de pell i la ment navegava en un mar de dubtes: què pensaran, les persones sòcies, del projecte? ho farem bé? serem capaços de dur a terme aquesta nova etapa?
Dia a dia hem anat superant els reptes i els dubtes han fugit de dins nostre tot transformant-se en il·lusió i energia per seguir enfrontar-ne de nous.

Amb orgull podem dir que els #Apindèpics han deixat bocabadats a més d'una persona, propera o no al Centre Ocupacional. La seva valentia i força de superació han fet que aquelles tasques que creiem difícils d'aconseguir es realitzessin i formin part de la nostra rutina.

Al llarg dels mesos el projecte de la cafeteria s'ha anat ampliant amb el servei de càtering. Els nois i noies usuaris d'Apindep han preparat aperitius dolços i salats en varis esdeveniments, tant dins com fora de la cafeteria, organitzats per varis ajuntaments i associacions: jornades formatives, inauguracions d'exposicions, jornades de teatre, festes nadalenques… En algunes d'elles els #apindèpics han demostrat la seva professionalitat com a grans cambrers.

Com a nous calderins i calderines hem gaudit i participat de les festes al llarg de l'any a la nostra vila: la Festa Major, l'Escaldàrium, les Jornades Gastronòmiques de les Cireres de Caldes, la Via del Pintxo, el moviment #Movember…
L'últim trimestre de l'any començà amb un nou repte amb col·laboració del canal de televisió santaulalienc Canal Set. Al programa de cuina "Cuina amb mi" que s'emet mensualment per xarxes socials, els #apindèpics us ensenyen a preparar moments dolços amb els #apindepastissos que podeu berenar a la nostra cafeteria o a casa vostra.
I mentre tot això passava a la Cooperativa70, al centre de Santa Eulàlia han seguit treballant en diferents projectes, alguns dels quals n'hem pogut gaudir a la cafeteria: els treballs a l'hort i la posterior collita de verdures, la preparació dels més de 2000 lots i paneres nadalenques, el concurs de creativitat amb cubs, el taller de fusteria…
No sabem quines sorpreses ens sorprendran aquest nou any però les esperem amb il·lusió i entusiasme.

PER MOLTS ANYS MÉS AMB LA VOSTRA COMPANYIA!

Segueix-nos a xarxes i no et perdis cap novetat

@lagoradapindep
@ApindepL
@agoraapindep

L'À D'A
GO PIN
RA DEP

Horari:
De dilluns a divendres de 8 del matí a 2/4 d'1 del migdia i de 4 de la tarda a 8 del vespre.

Agència Catalana del Consum

Seguretat a Internet.

Al portal de l'Agència Catalana del Consum pots trobar diferents articles relacionats amb Internet. En aquest article et parlen de les mesures que pots prendre per intentar tenir una conducta segura davant la xarxa.
Per exemple, et proposen diferents consells a tenir en compte, que són els següents:

- No obris ni responguis missatges de mòbil o correus electrònics que et semblin sospitosos (desconfia'n encara que imitin el logotip o les senyes d'identitat d'una empresa, d'un organisme oficial o d'una entitat bancària). Alguns indicis per detectar missatges fraudulents són:
    1. No en coneixes el remitent.
    2. Contenen arxius adjunts comprimits o executables (acabats en .exe).
    3. Estan mal redactats, són en llengües estrangeres o bé el text sembla una traducció automàtica.
    4. Els enllaços (si n'hi ha) apunten cap a una adreça diferent a la que indica el text.
    5. Et demanen dades personals o bancàries.
- Vigila amb els arxius adjunts i amb els enllaços que t'arribin de remitents desconeguts. Podrien apuntar cap a pàgines fraudulentes per captar les teves dades personals –el que s'anomena phishing o pesca de dades– o per instal·lar-te programes maliciosos en el telèfon o en l'ordinador.
- No facilitis dades bancàries (número de compte, claus d'accés) o dades personals (telèfon, adreça, DNI) per correu electrònic o en formularis web d'origen poc clar.
- Descarrega les aplicacions mòbils només en les botigues oficials.
- Evita connectar-te a xarxes Wi-Fi obertes (sense contrasenya) de les quals no en coneguis el propietari.
- Instal·la, tant a l'ordinador com al mòbil o la tauleta, un programa de protecció per a virus, correu brossa, etc.
- Si penses que pots ser víctima d'un delicte relacionat amb la navegació per internet, en qualsevol de les seves possibilitats, denuncia-ho a la comissaria dels Mossos d'Esquadra més propera. Per a qualsevol aclariment pots escriure a l'adreça electrònica internetsegura@gencat.cat.

Per a més informació:

- Informació de Mossos d'Esquadra sobre internet, xarxes socials i aplicacions.
- Centre de Seguretat de la Informació de Catalunya.
- Internet segura.
- Recomanacions per comprar o contractar per internet
- Consells de la Comissió Europea per comprar productes segurs per internet

Article consultat, copiat i adaptat parcialment de* **http://consum.gencat.cat/ca/recomanacions/seguretat-a-internet/ *a data 14 de gener de 2020*

PROGRAMACIÓ
GENER - ABRIL

Cursos i tallers

Idiomes

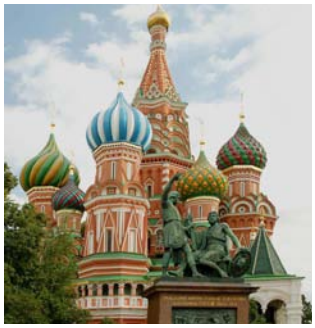
Italiano per piacere!

"Italià per plaer!" és un curs adreçat a persones amb interès i ganes d'aprendre italià, tinguin alguns petits coneixements o no en tinguin. Es tracta d'aprendre italià pel plaer de poder parlar una nova llengua, a l'hora que conèixer diferents aspectes de la cultura italiana (part de la seva història, algunes ciutats, costums, la cuina italiana, etc.). Per posar en pràctica els continguts treballats i tenir un contacte viu amb la llengua, cada any es fa un viatge a Itàlia, de forma opcional.

Curs a càrrec de **Jeroni Miguel**, soci de Cooperativa 70, Doctor en Filologia, professor d'italià titulat per la Universitat de Siena (Itàlia).

Nivell 0: els dimecres de 5 a 1/4 de 7 de la tarda
Nivell 1: els divendres de 5 a 1/4 de 7 de la tarda
Nivell 2: els dimecres de 2/4 de 7 de la tarda a 8 del vespre
o els divendres de 2/4 de 7 de la tarda a 8 del vespre
Preu: 30 euros mensuals

Curs de rus



L'idioma rus és una llengua indoeuropea i és l'idioma oficial a Rússia, Bielorússia, Kirguizistan i Kazakhstan. És un dels sis idiomes oficials de les Nacions Unides. És el quart idioma més parlat del món tenint en compte els parlants totals. Curs a càrrec de **Maribel Ripoll**, sòcia de Cooperativa 70.

Els dijous de 10 a 11 del matí
Preu: 30 euros mensuals

Idiomes

Conversa en anglès (grups d'adults, joves i infants)

Per conèixer i no perdre el coneixement d'una llengua, cal practicar-la. Per això, amb els grups de conversa en anglès podràs posar en pràctica aquesta llengua, parlant de diferents temes que t'agradin o et puguin ser útils, a través dels quals aniràs també incorporant vocabulari nou. Amb una mestra nadiua. Consulta el teu nivell i incorpora't el més aviat possible. Curs a càrrec de **Maribel Ripoll**, sòcia de Cooperativa 70.

HORARI ADULTS	HORARI INFANTS I JOVES
Els dilluns de 4 a 5 i de 6 a 7 de la tarda **Els dimarts de 2/4 de 10 a 2/4 d'11 del matí** **Els dimecres de 2/4 de 5 a 2/4 de 6** **Preu: 30 euros mensuals*** ***Inscripcions obertes*** ***(Consultar nivells)*** **35 euros menors de 21 anys / 30 euros a partir de 21 anys*	***Grups infants:*** **Els dilluns de 5 a 6 de la tarda** **Els dimarts de 5 a 6, de 7 a 8** **Els dimecres de 2/4 de 6 a 2/4 de 7, de 2/4 de 7 a 2/4 de 8** **Els dijous de 2/4 de 6 a 2/4 de 7 de la tarda** ***Grup joves:*** **Els dimarts de 6 a 7** **Els dijous de 2/4 de 7 a 2/4 de 8 del vespre** **Preu: 35 euros mensuals*** ***Inscripcions obertes*** ***(Consultar nivells)***

Salut · Esport

Pilates

El Pilates treballa el cos i la ment d'una forma conscient i precisa. Ens ajuda a millorar tant el nostre rendiment físic com emocional. "Ment sana in corpore sano".
La consciència corporal, la musculatura profunda, el moviment fluït i la respiració, són les nostres bases.
Després de 10 sessions ja podràs notar un canvi del teu cos i de segur t'emportaràs el Pilates en el teu dia a dia... millorant la postura a la feina i en les rutines del teu viure. Farem servir eines com bandes elàstiques, pilotes, foam roller i altres joguines que ens ajuden a millorar el nostre cos i equilibri.
Recomanat pel benestar, recuperar lesions i sobretot per prevenir-les.
A càrrec de **Jaume Roura**, instructor de Pilates i soci de Cooperativa 70.

Dimarts i/o dijous de 7 a 8 del vespre.
Preu: 40 euros (1 sessió setmanal) o 50 euros (2 sessions setmanals)
Inscripcions obertes

Salut · Esport

Ioga per a nens i nenes

Ioga significa unitat, unitat amb el nostre cos, la nostra ment i el nostre cor, unitat amb els altres i amb tot el que ens envolta. Ioga és molt més que un exercici físic, és prendre consciència de tot el que passa en el seu interior. Promou la salut física i la vitalitat, i en l'entorn infantil es converteix en una activitat saludable i divertida. En general, el Ioga, estimula i desenvolupa: la coordinació, la calma emocional, la consciència, la flexibilitat i la confiança en un mateix.

Evidentment la metodologia i el tipus de classe varien depenent de l'edat dels participants. Generalment a totes les classes es treballa a partir de jocs, equilibris, postures de ioga, expressió plàstica... entre d'altres. L'aspecte lúdic és fonamental.

A càrrec de **Jaume Roura**, especialista de Ioga per Nens i Adolescents i soci de Cooperativa 70.

Els divendres de 2/4 de 6 a 2/4 de 7 de la tarda

Preu: 35 euros mensuals

Inscripcions obertes

Ioga per a adolescents

A l'adolescència, on es viuen canvis físics, emocionals i socials, on passem de ser nens a quasi adults, on la pressió acadèmica creix exponencialment i on els amics i les influències externes es prioritzen, el Ioga ens ajuda amb eines i recursos per poder mantenir-nos autèntics i genuïns.

Aprenem tècniques que ens aporten silenci i escolta, treballem el nostre equilibri i fortalesa interna.

Cuidarem el nostre cos... moltes hores a la cadira i males postures fan que ens trobem malament, febles i el nostre cervell no oxigeni correctament. Cuidarem i controlarem les nostres emocions que ens segresten i no ens deixen veure més enllà.

Les sessions per adolescents són dinàmiques, divertides i participatives... tots aprenem de tots.

A càrrec de **Jaume Roura**, especialista de Ioga per Nens i Adolescents i soci de Cooperativa 70.

Els divendres de 2/4 de 7 a 8 del vespre

Preu: 40 euros mensuals

Inscripcions obertes

Xerrades

Gent Gran

Envelliment actiu i saludable

Es realitzarà un taller per a millorar el benestar emocional i per adquirir hàbits saludables en la tercera edat, tenint present les necessitats de cada persona i fent front a les dificultats de la vida quotidiana. Es treballarà la comunicació de sentiments, necessitats i desitjos. S'aprendrà a relacionar-se de manera positiva. Es posaran en coneixement exercicis i eines per a millorar les funcions cognitives com la percepció, l'atenció i la memòria.

A càrrec de **Jessica Soto**, psicòloga, coach i sòcia de Cooperativa 70.

Dijous 23 de gener a les 10 del matí.

Entrada lliure i gratuïta

Creixement personal

Les constel·lacions familiars

Les Constel·lacions Familiars tenen el propòsit de desenterrar els programes de la família que van ser oblidats per dolor. El què jo reprimeixo es transforma en el meu destí i al què em resisteixo, persisteix. Submergir-se en el procés de constel·lacions és iniciar un gran viatge al centre del nostre Jo, utilitzant la família com a inspiració per a transmutar, evolucionar, per curar, per estimar totes les parts de nosaltres que no estimem del passat.

Vine a conèixer com van ser creades i com s'apliquen a l'actualitat.

A càrrec de **Marta López**, Terapeuta Sistèmica i Integrativa des del 2017, i sòcia de Cooperativa 70.

Dimecres 12 de febrer a 2/4 de 7 de la tarda

Entrada lliure i gratuïta

Què és el coaching i com pot ajudar-te?

Sovint llegim i sentim les paraules "Coaching" i "Coach" en multitud de revistes i fulletons i d'altres mitjans de comunicació, però realment sabem què volen dir aquestes paraules? I el que és més important, en què consisteix un procés de Coaching i quins beneficis pot aportar a la vida diària, professional i empresarial?

La xerrada pretén aclarir aquests i d'altres conceptes i mostrar als assistents en què consisteix aquest procés vital meravellós i enriquidor que serveix d'inspiració per potenciar les habilitats i capacitats personals i professionals.

A càrrec de **Jaume Valls**, Enginyer Tècnic Industrial amb Postgrau i Màster en Coaching i Lideratge Personal i soci de Cooperativa 70.

Dimecres 4 de març a les 7 de la tarda

Entrada lliure i gratuïta

Fundació Jardí Santa Sussanna

CICLE DE XERRADES:

Vida saludable: alimentació i molt més

- **Taller de risoteràpia.** A càrrec de Pilar Lozano. 30 de gener a les 7 de la tarda. **Cal reservar plaça*
- **Microbiota: eix intestí-microbiota-cervell.** A càrrec de Carolina Valera. 20 de febrer a les 7 de la tarda.
- **Taller de gestió de les emocions.** A càrrec de Yako. 19 de març a les 7 de la tarda.
- **Cuina oberta.** Cloenda. 28 de maig a les 7 de la tarda.

Organitza:

ASSOCIACIÓ jardí SANTASUSANNA

Entrada lliure i gratuïta,
excepte en risoteràpia que cal reservar plaça

Economia

Les targetes revolving

Què són i com funcionen? En què perjudiquen a les persones consumidores?

Les targetes revolving són aquelles targetes de crèdit (tipus: wizink, targetes de crèdit de diversos supermercats,...) que permeten al consumidor fer pagaments aplaçats o ajornats en el temps, a canvi del pagament d'alts interessos - que estan sent considerats abusius per part dels Tribunals de Justícia-. Tanmateix, suposen un sobreesforç i una impossibilitat de cancel·lar el crèdit de la targeta de forma eficient.

A càrrec de **Marc Congost**, advocat i soci de Cooperativa 70.

www.advor.es
ADVOR DESPATX D'ADVOCATS
MARC CONGOST MARTOS
Advocat Soci
Telf. 93.115.03.18
Mbl: 682.731.934
Fax: 93.299.75.81
C/Gregori Montserrat 11, Local (08140)
Caldes de Montbui

Dilluns 3 de febrer a les 7 de la tarda

Entrada lliure i gratuïta

Exposicions

COCREA · Calendari solidari

Procés dialògic a través de l'art entre dotze persones amb discapacitat intel·lectual o diagnòstic en salut mental i dotze persones de l'àmbit artístic.

Per a nosaltres és important que ens acompanyis a l'exposició del COCREA a dues mans.

Un projecte realitzat per dotze persones amb discapacitat intel·lectual i/o diagnòstic en salut mental conjuntament amb dotze persones del món artístic.

T'esperem a la inauguració de l'exposició divendres 17 de gener de 2020, a les 6 de la tarda.

També podràs comprar aquest calendari al Local de Cooperativa 70.

Exposició del 17 al 31 de gener

Inauguració: divendres 17 de gener

a les 6 de la tarda

ENTRADA
LLIURE I GRATUÏTA

Organitza:

FAMÍLIA I SOCIETAT
Fundació Tutelar

VOLUNTARIAT PER LA LLENGUA

Vols fer de voluntari lingüístic i ajudar aquelles persones que volen aprendre la nostra llengua?

Vine i et buscarem una parella que vulgui practicar-la. T'ho passaràs bé i és molt enriquidor!

Oficina de Català de Caldes de Montbui
Plaça de la Font del Lleó, 11
Tel. 938 627 024
A/e: caldes@cpnl.cat

Sabies que...

El Consorci per a la Normalització Lingüística va celebrar, aquest 2019, 30 anys amb 1,9 milions d'alumnes, 83.565 cursos i 137.000 parelles lingüístiques

30 anys de Política Lingüística al servei del país

Creat el 1989 per la Generalitat de Catalunya, 19 ajuntaments i la Diputació de Girona, el Consorci per a la Normalització Lingüística (CPNL) ha ensenyat català a 1.900.000 persones que han passat pels 83.565 cursos organitzats arreu del territori. També ha format 137.000 parelles lingüístiques del programa Voluntariat per la llengua i ha participat en l'extensió territorial de programes com "Català i Empresa. Ja estàs al dia?" o "I tu, jugues en català?", sempre treballant en xarxa al territori, amb la col·laboració de més de 880 entitats i 4.170 establiments comercials adherits.

L'objectiu central del CPNL és facilitar a la població adulta l'accés al coneixement del català i afavorir-ne l'ús. Sempre amb la voluntat d'incorporar nous parlants i alhora promoure la cohesió social, ha esdevingut una institució clau en l'acolliment lingüístic dels ciutadans nouvinguts, que actualment són un 72 % de l'alumnat.

L'acció del Consorci és un model d'èxit creixent, que el 2018 va comptar amb més de 3.700 cursos i més de 80.000 inscripcions per tot Catalunya i que el primer semestre del 2019 va millorar significativament.

Actualment formen el Consorci, junt amb la Generalitat, 135 administracions públiques entre ajuntaments, consells comarcals i diputacions a 146 punts d'atenció organitzats en 22 centres de normalització lingüística. Hi presten servei 744 professionals, entre directius, tècnics de dinamització, assessorament i ensenyament i personal administratiu.

El treball en xarxa, la complicitat i el compromís dels diferents ens que en formen part, així com també d'institucions privades, han fet del CPNL un agent clau per a la vertebració i la cohesió social del país.

L'apunt

Un nou diccionari del TERMCAT sobre els drets dels infants

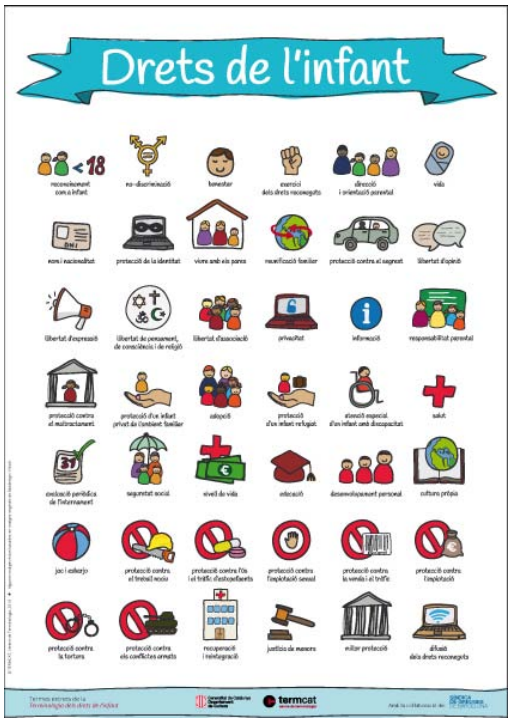
La *Terminologia dels drets de l'infant* consta de 48 termes relacionats amb la Convenció sobre els Drets de l'Infant adoptada per l'Assemblea General de les Nacions Unides el 20 de novembre de 1989, que aplega els principals drets civils, socials, culturals i col·lectius dels infants, així com les llibertats i els principis que els protegeixen.

Cada fitxa terminològica inclou la denominació en català, equivalents en castellà, francès i anglès, una definició i, si escau, notes complementàries que amplien la informació de la definició.

TERMCAT, CENTRE DE TERMINOLOGIA. *Terminologia dels drets de l'infant*. Barcelona: TERMCAT, Centre de Terminologia, 2019. (Diccionaris en Línia)

<http://www.termcat.cat/ca/diccionaris-en-linia/275/>

La publicació del diccionari es complementa amb una infografia interactiva sobre els drets recollits en la Convenció dels Drets de l'Infant. Cada icona dona accés a una de les fitxes de la *Terminologia dels drets de l'infant*, en què també trobareu la definició relacionada, els equivalents en castellà, francès i anglès i, sovint, altres notes complementàries.



TERMCAT, CENTRE DE TERMINOLOGIA. *Drets de l'infant* [en línia]. Barcelona: TERMCAT, Centre de Terminologia, cop. 2019. [1 infografia] <https://www.termcat.cat/ca/recursos/productes-multimedia/drets-linfant>

Per a més informació:

CONSORCI PER A LA NORMALITZACIÓ LINGÜÍSTICA
CNL DEL VALLÈS ORIENTAL
OC de Caldes de Montbui
30 ANYS
El català és futur

Plaça de la Font del Lleó, 11
Tel. 93 862 70 24
A/e: **caldes@cpnl.cat**

https://cooperativa70.coop

Per estalvi econòmic i per reduir el consum de paper en les comunicacions i així contribuir a la protecció del medi ambient, hem deixat d'enviar en paper el butlletí a les persones sòcies. Pots trobar la versió impresa al local i recorda que a través del lloc web de la Cooperativa 70 pots mantenir-te informada de les diverses activitats que es van programant al llarg del curs i et pots descarregar la versió digital del butlletí.

Si encara no reps la informació per correu electrònic només cal que ens el facis arribar!

www.facebook.com/CooperativaSetantaSccl
www.twitter.com/Cooperativa70
www.instagram.com/Cooperativa70

Recorda que per a les persones sòcies tenim servei de fotocòpies a color i en blanc i negre a preus reduïts. Informa-te'n.

LA TORTUGA AVUI

Associació Cultural

www.latortugaavui.com

Ja pots llegir el butlletí digital de l'Associació Cultural La Tortuga Avui, entrant al seu portal.

(Núm. 84 - desembre 2019)

Vine a la reunió del proper dijous 23 de gener a les 7 de la tarda per formar part de la comissió.

Cal confirmar assistència prèviament per correu (coop70@cooperativa70.coop)

o trucant al 93 865 45 30.

coopsetanta

Recepció i atenció telefònica Coop70

De dilluns a dijous de 9 del matí a 2 del migdia, i de 5 a 7 de la tarda. Els divendres de 9 del matí a 2 del migdia.

Oficina Municipal d'Informació al Consumidor

Omic

Dimarts i dimecres de 9 del matí a 2 del migdia, i de 5 a 7 de la tarda. Els dijous de 9 del matí a 2 del migdia.

L'À D'A GO PIN RA DEP

L'Àgora d'APINDEP · Cafeteria

De dilluns a divendres de 8 del matí a 2/4 d'1 del migdia, i de 4 de la tarda a 8 del vespre.

Nou avantatge:

QUÈ OFEREIXO I COM

- Acompanyament a infants, joves i adults
- Especialista en donar veu a allò que necessita l'infant de l'adult: treball del Nen Interior.
- Tallers de Constel·lacions Familiars i Sistèmiques
- Professionalitat, confidencialitat, senzillesa, creativitat, comprensió, suport als processos de descoberta personal, tracte respectuós lliure de prejudicis, capacitat d'adaptació i respecte als ritmes individuals, somriures
- Aporto respostes i noves comprensions a conflictes interns, millorant el benestar de la persona, la relació amb ella mateixa i amb el seu entorn.
- Integro diferents mètodes, eines, recursos i dinàmiques per a la descoberta personal
- Acompanyo el reconeixement de les sensacions corporals i les emocions de la persona

EXPERIÈNCIA

Trenta anys d'experiència a escoles bressol com a educadora i directora
Terapeuta Sistèmica i Integrativa des del 2017, espai i consulta pròpia

FORMACIÓ

Formacions de Constel·lacions Familiars i Sistèmiques, Teràpia Integrativa i Respiració Conscient, Trauma, Pedagogia Sistèmica, Practitioner en PNL
Mestra d'Educació Infantil

5% de descompte en la primera visita mostrant el carnet de sòcia de Cooperativa 70.

661393957
www.terapiacaldes.cat
@martaterapiacaldes (Instagram)
Marta López Juncosa (Facebook)

Marta López Juncosa
Terapeuta sistèmica

Ser sòcia de Cooperativa 70 té molts avantatges

Si encara no ho ets:

Fes-te'n sòcia

Fer-se sòcia de Cooperativa 70 permet accedir a tot un seguit d'avantatges com els descomptes a la cafeteria L'Àgora, els descomptes en el preu del carburant de la benzinera situada al costat del Caprabo de Caldes, els preus especials en els productes de comerç just i de cooperatives catalanes i els descomptes a diversos establiments comercials i empreses de serveis amb conveni amb la Cooperativa. A més, pots participar en les activitats que impartim al Local Social.

Aquests avantatges es fan extensius a tots els membres de la unitat familiar (cònjuge o convivent amb relació anàloga, amb independència de la seva orientació sexual, les descendents i ascendents comuns i les de qualsevol d'ambdues que convisquin amb la persona sòcia).

Per fer-se sòcia només cal fer un únic pagament de 18 euros per a tota la unitat familiar, sense quotes addicionals ni de manteniment

La benzinera de Cooperativa 70

Situada a l'aparcament del Caprabo de Caldes de Montbui

ACTUALMENT, DESCOMPTE DE 2 CÈNTIMS PER LITRE. NOMÉS PER A LES PERSONES SÒCIES (*).

RECORDA: PRIMER IDENTIFICAR-TE COM A SÒCIA, POSANT LA TARGETA ABANS DE TRIAR EL PRODUCTE.

**El descompte aplicable a la persona sòcia es pacta periòdicament amb Gas-Oils Rovira en funció de l'evolució de les vendes i dels preus de mercat, podent ser un descompte més gran o més petit.*

Recorda que el butlletí és trimestral i pot haver modificació en els descomptes en aquest període de temps. Per tal de consultar els descomptes vigents, sempre pots consultar a la pàgina web de la Cooperativa, a l'apartat "Descomptes als comerços" dins de la pestanya "Avantatges persones sòcies".

OCI I LLEURE

cicles 02 Oxigen esports de muntanya

Entre un 5% i un 10% de descompte en material de muntanya i ciclisme

Av. Pi i Margall, 132 · 08140 Caldes de Montbui
Tel. 93 865 47 28

Descompte del 10%

Apartament per a 4/5 persones al casc antic de la vila termal de Caldes de Montbui. Lloguer per a reunions i dinars d'empresa.
Més informació:
fontlleo@graupeiro.net o 650.715.264

LLOGUER D'APARTAMENT TURÍSTIC
Caldes de Montbui

Termes Victòria hotel - balneari

Descompte del 8% al 15% en tècniques termals

C. Barcelona, 12 · Caldes de Montbui · Tel. 93 865 01 50

BROQUETAS BALNEARI

Descompte del 8% al 15% en tècniques termals

Pl. de la Font del Lleó, 10 · Caldes de Montbui
Tel. 93 865 01 00

SERVEIS A LES PERSONES SÒCIES

ALIMENTACIÓ

Vedella de qualitat certificada ecològica.
Directe del productor i
repartiment a domicili.
Servim caixes de 6 quilos.

5% de descompte en el preu de comanda

Feu la vostra comanda a:
93 866 27 21 · lasoleia@ramaderiaecologica.cat

Productes ecològics 3% de descompte en tots els productes

Font i Boet, 1 · 08140 Caldes de Montbui
Tel. 93 865 45 00

5% de descompte en herboristeria

Agustí Santa Cruz, 33 · 08182 St. Feliu de Codines
Tel. 93 866 27 89

Descompte del 5% en les compres i donatiu del 5% a la Cooperativa 70.

C. Montserrat 118-120 · 08140 Caldes de Montbui
930139433 · www.granel.cat · community@granel.cat

Parada de productes d'alimentació original de Galícia a Caldes de Montbui, Granollers,
Santa Eulàlia de Ronçana i Lliçà d'Amunt
15% de descompte acreditant-te com a sòcia

Descompte del 5% en tots els productes (promoció no acumulable amb d'altres ofertes)

C. del Forn 26 · 08140 Caldes de Montbui
Tel. 640 576 949 · facebook: carmecaldes2013

PROFESSIONALS

Entre el 10% i el 15% de descompte en assessoria laboral, fiscal, comptable i jurídica

Sant Pau, 94 · Caldes de Montbui
Tel. 93 865 48 25

PMAYORDOMO

Comptable - Fiscal - Laboral

Declaració de la Renda per a sòcies de Cooperativa 70
8 euros

938622152 - 687624246
pmayordomo@aece.es
C. Santo Domingo, núm. 6 Caldes de Montbui

15% de descompte sobre els honoraris. Informació sense compromís

Sant Pau, 24 · Caldes de Montbui · Tel. 93 865 38 90
Fax 93 865 50 03 · despatx@pradasimarti.com

Assessorament jurídic

Encàrrecs d'assessoria jurídica · 15 % de descompte

C. Gregori Montserrat, 11 Local · Caldes de Montbui
682 731 934 · advor@advor.es

ARQUITECTURA URBANISME I GESTIÓ TÈCNICA
preus especials per als socis
Plaça del Marquès s/n • Caldes de Montbui • T.93 865 43 08 • www.arquimes.com

10% de descompte per a sòcies

- Fosses sèptiques
- Clavegueres
- Servei 24 hores

palauservice@hotmail.com
C. Can Ceferí, 7 08184
Palau - Solità i Plegamans

Urgències 24 h: 637 412 587 · 93 863 98 15

1a visita gratuïta i 10% de descompte per a sòcies

Empresa especialitzada en Head-renting financer

www.edhom.cat / info@edhom.cat
C. Progrés, 3 Local 2 Barcelona

SERVEIS A LES PERSONES SÒCIES

CONVENIS COOPERATIUS

Abacus Cooperativa

Abacus cooperativa ofereix a Coop 70 la tarifa reduïda (cost soci) en tots els seus productes, només a botigues:
Papereria, idiomes, llibreria, llibreria infantil, joguines, manualitats, text, puericultura i tecnologia.

www.abacus.coop

arç cooperativa

Assegurances d'automòbil, llar, vida i accident; plans de pensions i d'estalvi

Informa't a Cooperativa 70

DISSENY I TECNOLOGIA

AL CENTRE HISTÒRIC DE CALDES
FOTO POCH
INFO@FOTOPOCH.CAT CALDES DE MONTBUI
LA FOTO QUE VULL AL CARRER DE VIC, 20
WWW.FOTOPOCH.CAT 93 865 05 75

5% de descompte en les sessions de fotos d'estudi

image-solutions.es expertos en fotografía

10% de descompte en revelat analògic o digital, o en la compra d'àlbums i marcs

Av. Pi i Margall, 87 · Caldes · 93 865 45 70 · is27@image-solutions.es
Av. St. Esteve, 45 · Castellar · 93 714 28 89 · is10@image-solutions.es
Av. Catalunya, 137 · Parets · 93 862 33 18 · is48@image-solutions.es

Ubeda i Molla Fotògrafs

10% de descompte

C. Sant Pau, 31· Caldes de Montbui · Tel. 93 865 47 81
www.umfotografs.com

10% de descompte en els nostres serveis web

webs corporatives
botigues virtuals
webs per a mòbils
e-disseny
e-marqueting

morethansites
La qüestió no és què fem, sinó com ho fem

info@morethansites.com
www.morethansites.com

creativecharts

10% de descompte

www.creativecharts.es info@creativecharts.es m. 617.788.487

ESTÈTICA

Mas perruquers

Perruqueria.
10% de descompte els dimarts, dimecres i dijous

P. Marquès, 10 · 08140 Caldes de Montbui
93 865 16 82

Sandra ESTÈTICA

5% de descompte en tractaments spa i ungles

C. Buenos Aires, 42 · Caldes de Montbui
93 865 13 63 · 649 446 328

Stelios

931 198 456
centremedicstelios@gmail.com
C/ Pi i Margall 24, 08140 Caldes de Montbui

Centre Mèdic Estètic

5% de descompte a les persones sòcies de Cooperativa 70

SERVEIS A LES PERSONES SÒCIES

LLAR

Pintura decorativa
Jose Romero

10% de descompte en treballs de pintura

Tel i Fax 93 865 36 93
Mòbil 687 721 450

ROVIRA GAS-OILS

Gasoil de calefacció

Preus especials per a persones sòcies

Comandes a Cooperativa 70
93 865 45 30

Ombra Natural pintura decorativa

Entre el 15% i el 20% de descompte sobre preus de tarifa en pintura decorativa

Mòbil 603 530 303
www.ombranatural.com

SALUT

SANTASUSANNA FUNDACIÓ

Subvenció en el Servei de Suport a la Persona. Per a sòcies i beneficiàries majors de 65 anys

Informa't a Cooperativa 70

Pau Porcel
Hipnosi i Teràpia Gestalt

Telf: 653 60 84 13 (hores a convenir)
Caldes de Montbui i Barcelona

10% de descompte en les sessions

natural optics TIBAU

Av. Catalunya, 207
Palau Solità i Plegamans
Tel. 93 864 94 71

C. Sant Ramon, 7
Caldes de Montbui
Tel. 93 862 62 23

10% de descompte

CALDENTS Clínica Dental

5% de descompte en tots els tractaments

Odontologia conservadora · Pròtesis · Implants · Cirurgia oral · Ortodòncia
C. Lleida, 23 · 08140 · Caldes de Montbui
clinicadents@gmail.com · Tel. 93 865 59 26

saüc PSICOLOGIA

Psicologia infantil i juvenil
10% de descompte

Carrer d'Aparici, 7
Caldes de Montbui
Tel. 93 865 57 37 · 685 806 557

MONTSERRAT FERNÁNDEZ

Educadora i Psicòloga (Col. 16531)
Atenció a famílies, infants, adolescents i adults

20% de descompte en la primera visita

C/ Major, 32 1r 1a · 08140 Caldes de Montbui
Tel 637 44 00 35 · Hores convingudes

SAKAKI AIKIDO

La 1a setmana del mes de prova (gratuïta) en la pràctica d'Aikido

Buenos Aires, 56 · 08140 Caldes de Montbui
Tel. 655 288 057 · www.aikido-sakaki.com

Farmàcia de l'Ametller

Avda. Pi i Margall 183 Local 2
Caldes de Montbui
938 65 49 96
Al costat de Caprabo

5% de descompte directe sobre tots els productes de parafarmàcia. ***Promoció no acumulable amb d'altres ofertes.***

CATEDRA COACHING

15% de descompte en sessions per a persones sòcies

Coaching Individual i d'Empresa · Formació en Habilitats i Competències · Psicologia d'adults
marta@catedracoaching.com · 669 813672

NOVAB PROJECTS

INSTAL.ACIÓ TRACTAMENT DE L'AIGUA DOMÈSTICA

Informació i demostració sense compromís

5% Dte. Sòcies Coop70

TRUCA'NS! Xavi Nova – 607 029 675
www.novabprojects.com