



coopsetanta

Butlletí informatiu de
Cooperativa 70

C. Font i Boet, 7 · Caldes de Montbui
Tel. 93 865 45 30

Número 12
Gener - Març de 2007

L'import de l'edició
de la nadala es
destinarà a accions
solidàries

En aquest butlletí...



Les claus històriques
de l'anticatalanisme

Xerrada a càrrec de Josep Termes

Pàgina 4



Una visió crítica dels mitjans
de comunicació

Xerrada a càrrec de Miquel Calzada

Pàgina 4



Manual de Bones
Pràctiques Ambientals
de Cooperativa 70

Pàgines 8 i 9



Nous cursos
d'anglès

Pàgina 3



Nous avantatges
per als socis

Pàgina 13

PROGRAMACIÓ GENER - MARÇ

Cursos i tallers

Per aprendre a fer anar l'ordinador...



Iniciació a l'ordinador personal (I)

Curs adreçat a persones **sense cap pràctica ni coneixement en l'ús de l'ordinador**. Des del principi, a l'abast de tots. Inclou nocions de navegació per INTERNET. **(Curs de 20 hores)**.

Del 16 de gener al 20 de març
Els dimarts, de 6 a 8 del vespre
100 euros

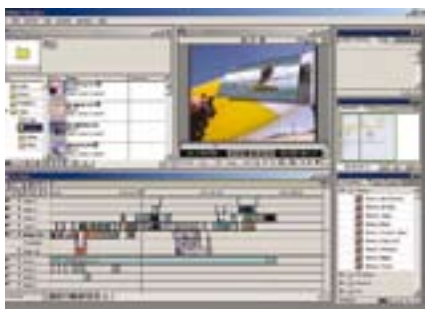
Iniciació a l'ordinador personal (II)

Curs adreçat a **persones que ja tenen alguna noció de l'ús de l'ordinador** i que volen continuar progressant en els seus coneixements. **(Curs de 20 hores)**.

Del 17 de gener al 21 de març
Els dimecres, de 6 a 8 del vespre
100 euros

Edita les teves pel·lícules de vídeo

Edició de vídeo amb ordinador



Aprèn a fer anar els programes d'edició de vídeo amb l'ordinador i introdueix-te en els conceptes tècnics i estètics d'un bon muntatge cinematogràfic. Obtindràs unes pel·lícules més amenes i amb una superior coherència narrativa, d'acord amb les normes de la comunicació audiovisual. **(Curs de 10,5 hores)**

Del 15 de febrer al 29 de març
Els dijous, de 2/4 de 8 a 9 del vespre
Preu: 75 EUROS

Cursos d'anglès

Cursos bàsics de llengua anglesa

Ja fa molts anys que el grau de coneixements d'anglès és un factor determinant per a l'accés a multiplicitat de llocs de treball o per a la promoció professional. Avui, a més, amb l'eclosió de l'ús d'INTERNET, les oportunitats d'accés d'informació vàlida amb finalitats professionals, de lleure o culturals, es multipliquen si es coneix aquesta llengua.

Oferim als socis uns cursos d'aprenentatge d'anglès basats en un sistema pedagògic amb intuïtiu, amb molta participació dels alumnes i amb una orientació pràctica. Es pot anar adquirint coneixements d'aquesta llengua de manera gradual, a partir dels diversos cursos ideats per a diferents nivells de coneixement previ de la llengua anglesa.



Curs d'iniciació nivell 0 "Starter"

Curs de nivell bàsic d'anglès adreçat a persones sense cap coneixement previ d'aquesta llengua. Curs orientat a l'adquisició de nocions bàsiques de conversa i d'escriptura. Especialment indicat per navegar per INTERNET i per a tenir un primer contacte amb l'anglès. **(Curs de 50 hores)**

Del 10 de gener
al 4 d'abril
Dilluns i dimecres
De 10 a 12 del matí
Preu: 190 EUROS
(inclou llibre i diccionari)

Curs nivell "PET"

Curs adreçat a persones amb coneixements mínims d'anglès. Inclou nocions tant en l'aspecte oral com escrit. A la finalització del curs, els alumnes podran matricular-se en els exàmens del nivell Preliminary English Test amb certificat de la Universitat de Cambridge. **(Curs de 50 hores)**

Del 8 de gener
al 2 d'abril
Dilluns i dimecres
De 2/4 de 7
a 2/4 de 9 del vespre
Preu: 190 EUROS
(inclou llibre i diccionari)

Curs nivell "Pre-First"

Curs adreçat a persones que ja tenen un coneixement mitjà d'anglès. És el primer dels dos cursos que permeten matricular-se a l'examen del First Certificate de la Universitat de Cambridge. Al finalitzar el curs, hi ha l'opció de matricular-se al British Institute. **(Curs de 50 hores)**

Del 9 de gener
al 3 d'abril
Dimarts i dijous
De 2/4 de 7
a 2/4 de 9 del vespre
Preu: 190 EUROS
(inclou llibre i diccionari)

Aquests cursos s'anul·laran si no s'arriba a un mínim de 6 alumnes per grup. L'accés a l'examen dependrà de la valoració del professor respecte al nivell de cada alumne.

Les matrícules de més de 45 euros es poden abonar en pagaments fraccionats

Cicle de xerrades *Avui parlem amb...*



Les claus històriques de l'anticatalanisme

Josep Termes

Dilluns, 26 de febrer a 2/4 de 9 del vespre

En aquesta sessió del cicle "Avui parlem amb..." Josep Termes analitzarà des d'un punt de vista històric l'anticatalanisme, una tendència que sembla força arrelada en la vida política i social espanyola i que de vegades es presenta de manera especialment explícita, intensa i agressiva, amb un discurs que sembla repetir-se en períodes històrics distants i que semblen molt diferents.

Josep Termes, historiador, ha destacat en l'àmbit de la recerca per la seva especialització en **l'estudi del moviment obrer català dels segles XIX i XX i la seva relació amb el catalanisme**, i ha combatut les tesis que defensen l'origen burgès del catalanisme polític.

L'any 1963, el seu activisme en contra del règim del general Francisco Franco va provocar que **fos expulsat de la Universitat de Barcelona l'any 1958 i el 1966**. Ha estat catedràtic d'història contemporània a la Universitat de Barcelona entre el 1982 i el 1991, any en què va passar a la Universitat Pompeu Fabra.

L'any 2006 se li va atorgar el **Premi d'Honor de les Lletres Catalanes** en reconeixement de l'extensió i la qualitat de seva obra com a investigador.



Una visió crítica dels mitjans de comunicació

Miquel Calzada, Mikimoto

Dilluns, 26 de març a 2/4 de 9 del vespre

El periodista Miquel Calzada, també conegut com Mikimoto, ens donarà el seu punt de vista sobre el panorama dels mitjans de comunicació a Catalunya, i ens traslladarà elements de valoració i criteris d'anàlisi que ens poden servir per a jutjar de manera crítica el que ens ofereixen els mitjans de comunicació.

Mikimoto va ser una de les veus més populars des dels primers anys de Catalunya Ràdio, ja des del mateix inici de les emissions de l'emissora de la Corporació Catalana de Ràdio i Televisió. Entre d'altres programes, va presentar i dirigir **Pasta gansa**, un concurs radiofònic que es basava en l'originalitat dels seus guions, que també traspaven un sentit de l'humor potent i amb tocs d'absurd.

A televisió va començar a destacar amb el programa musical **Oh! Bongònia**. Posteriorment, **Persones Humanes** esdevenia un dels programes amb més audiència de TV3 i també un dels més discutits i polèmics.

Actualment, Miquel Calzada dirigeix i presenta, també a TV3, el programa **Afers Exteriors** que el porta a voltar per tot el món per a explicar-nos les vivències de catalans residents als països més llunyans.

Exposicions d'art

La Cooperativa continua oferint el Local Social als socis que fan alguna activitat artística perquè puguin exposar la seva obra. Pintors, escultors, fotògrafs, podeu compartir el vostre art amb la resta de socis.

"Viatges, visions i paisatges"



Fotografies de la sòcia **Lurdes Gangonells**
Inauguració el 9 de febrer a les 8 del vespre.
Exposició fins el 4 de març
Entrada lliure

Exposició de pintures



Obres de la sòcia **Rosa Maria Climent**
Inauguració el 12 de gener a les 8 del vespre.
Exposició fins el 4 de febrer
Entrada lliure

"Anem per parts"



Obres de la sòcia **Marga-lef**
Inauguració del 9 de març a les 8 del vespre.
Exposició fins l'1 d'abril
Entrada lliure

Grups de reeducació postural i de consciència corporal

Continuen els Grups de Reeducació Postural i Consciència Corporal, en què podem conèixer quines són les nostres limitacions corporals, descobrir on es localitzen les nostres "tensions reals" i saber per quin motiu són allà.

Mitjançant petits moviments que s'inicien a l'interior d'un mateix, anirem prenent consciència corporal de la unitat del nostre cos, retrobarem emocions i dolors ocults que ens bloquegen, restablirem l'equilibri corporal. Aquest curs s'orienta a combatre aspectes com:

- Problemes musculars, articulars i ossis.
- Disfuncions orgàniques, mecàniques i estructurals.
- Problemes posturals, estètics i amb falta de concentració.



Els grups continuen a partir del 8 de gener, els dilluns de 10 a 2/4 de 12 del matí i els mantindrem fins el mes de maig. La inscripció és per mesos, i el cost mensual és de 50 euros.

Manualitats per a la llar



Curs de Patchwork

Les tècniques de Patchwork ens permeten confeccionar un ampli ventall d'objectes de decoració de la llar.

La Cooperativa ofereix un taller permanent d'aquestes tècniques, al que et pots inscriure mensualment.

**Continuem el taller a partir del 9 de gener
Els dimarts, de 5 de la tarda a 8 del vespre
Preu: 32 euros mensuals**

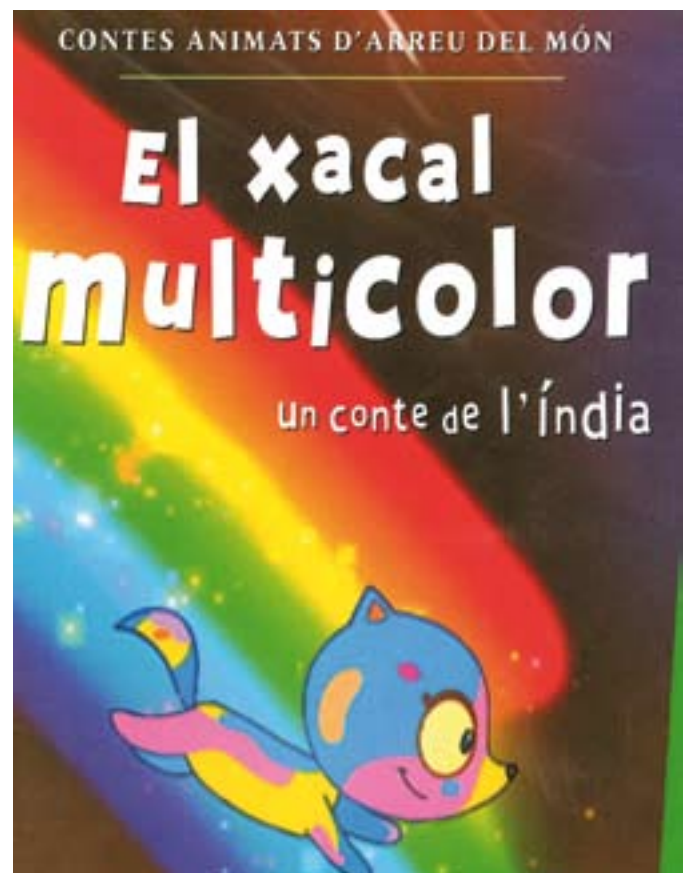
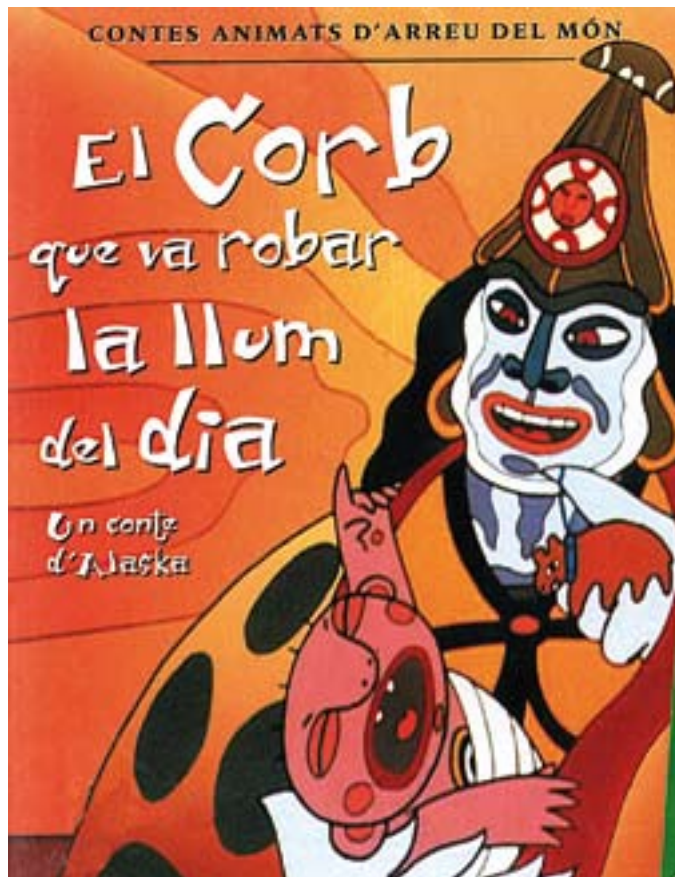
Fes-nos suggeriments

Què trobes a faltar o què canviaries de tot el que ofereix la Cooperativa? Què mereix la teva aprovació i què creus que cal millorar? Digues la teva als **fulls** que trobaràs al **Local Social** o al formulari de contacte del nostre WEB:

www.cooperativa70.coop

Cinema infantil

Contes Animats d'Arreu del Món



Dissabte 24 de febrer a 2/4 de 6 de la tarda "El corb que va robar la llum del dia"
 Dissabte 24 de març a 2/4 de 6 de la tarda "El xacal multicolor"

Entrada lliure

Continuem amb la sèrie de pel·lícules d'animació que reproduïxen contes tradicionals de països dels cinc continents. Constitueix una activitat altament educativa en els valors de respecte a la diversitat, la solidaritat i el coneixement i valoració de cultures molt diferents a la nostra.

**A l'acabar la sessió, a més, podeu adquirir les pel·lícules.
 Demaneu-les al personal de la Cooperativa.**



INTERNET 1 €/h

Bones pràctiques ambientals

El manual de Cooperativa 70

Reduir, reutilitzar i reciclar, els tres termes amb què es resumeix una conducta ambientalment responsable. Hem redactat aquest **Manual de Bones Pràctiques Ambientals**, que serveix de guia tant als treballadors com als socis per a fer més respectuoses amb el medi ambient totes les activitats de la Cooperativa.



Als serveis

- Tancarem les aixetes quan no les fem servir i avisarem a qui correspongui de l'estat de les que degoten.
- Minimitzarem el consum de les cisternes dels vàters prement el pulsador de descàrrega reduïda.
- No farem servir els vàters com a paperera. Utilitzarem les papereres disposades a tal efecte.
- Farem servir només el sabó de mans estrictament necessari, sense fer una gran sabonera.
- Farem servir les tovalloles de paper estrictament necessàries. Les agafarem d'una en una, i no en plec gruixuts, i les aprofitarem al màxim. Una vegada les haurem fet servir, les dipositarem a la paperera disposada a tal efecte, no al vàter.

A la cafeteria i la venda de productes

- Preveurem les necessitats d'aliments que estan congelats i els traurem del congelador amb prou temps per a evitar l'ús del forn o el forn microones.
- Descongelarem o courem a l'hora la quantitat de pa i altres aliments que creiem que farem servir durant el dia o les següents hores, per a evitar fer successives

fornades amb molt poca quantitat d'aliments.

- Tancarem les aixetes quan no les fem servir i avisarem de l'estat de les que degoten.
- Abans de fer servir el rentaplats procurarem omplir-lo totalment.
- Apagarem la cafetera a les nits.
- Evitarem obrir innecessàriament les portes de neveres i congeladors.
- Adquirirem productes d'alimentació i les begudes amb el mínim embalatge i amb envasos reciclables o reutilitzables.

• Si hem de substituir algun electrodomèstic, ens fixarem en l'etiquetatge del nou per tal d'adquirir-ne un de classe A+ (màxima eficiència energètica).

- No llençarem els olis per l'aigüera. Els dipositarem a l'envàs corresponent i els portarem a la deixalleria.
- Proporcionarem a les persones sòcies i clients i clientes bosses o caixes reutilitzables i/o reciclables quan adquireixin productes a la cooperativa.
- Classificarem els residus i escombraries dipositant-los als contenidors adequats en cada cas.

En el treball d'oficina i la sala d'informàtica

- Apagarem els ordinadors, impressores i fotocopiadores quan ens absentem de l'oficina més de 2 hores i sempre durant les nits i els caps de setmana i posarem el salvapantalles en mode "pantalla negra", i a uns 10 minuts de temps d'activació.
- Dipositarem el paper utilitzat a una cara a les safates corresponents per tal de reutilitzar-lo. Farem les impressions a doble cara. Revisarem bé els documents abans d'imprimir-los. Prioritzarem l'ús del correu electrònic i dels documents en xarxa. Farem les còpies estrictament necessàries de cada document.



En les tasques de neteja

- Farem servir productes de neteja el menys agressius possible contra el medi ambient i en la quantitat necessària, sense excessos.
- Programarem de manera racional les tasques de neteja i farem només les realment necessàries, sense rutines que ens portin a netejar sobre net.
- Farem servir draps tèxtils reutilitzables per a no gastar excessiu paper absorbent.
- Minimitzarem l'ús de bosses d'escombraries. Les omplirem del tot.

El local en general

- Mantindrem la climatització a uns 20/22° a l'hivern i uns 24/25° a l'estiu, suficients per a obtenir una sensació de benestar.
- Apagarem els llums dels espais desocupats. Aprofitarem al màxim la llum natural.

- Ajustarem portes i finestres per a evitar despeses de climatització.
- Posarem, sempre que sigui possible, bombetes de baix consum.

En els desplaçaments

- Sempre que sigui possible, prioritzarem l'ús del transport públic o compartirem el cotxe per tal que sempre vagi el més ocupat possible.
- Planificarem els viatges per evitar les zones de congestió, calculant el temps suficient per arribar a la destinació sense necessitat d'augmentar la velocitat i per tant, el consum de combustible.
- Circularem amb les finestres tancades i evitarem usar portaequipatges, per a reduir el fregament i la resistència de l'aire.
- Encendrem el motor sense prémer l'accelerador i evitarem accelerades i reduccions brusques de la velocitat.
- Moderarem la velocitat: si circulem a 120 km/h consumim un 44% més de combustible que si circulem a 100 km/h.
- Farem un ús responsable de l'aire condicionat del vehicle.
- Si tenim un vehicle gas-oil optarem pel biodièsel. Reduirem les emissions de CO₂.
- Farem el manteniment periòdic i correcte del vehicle.
- Intentarem concentrar el mateix dia els nostres desplaçaments a una zona determinada per a aprofitar al màxim els viatges.

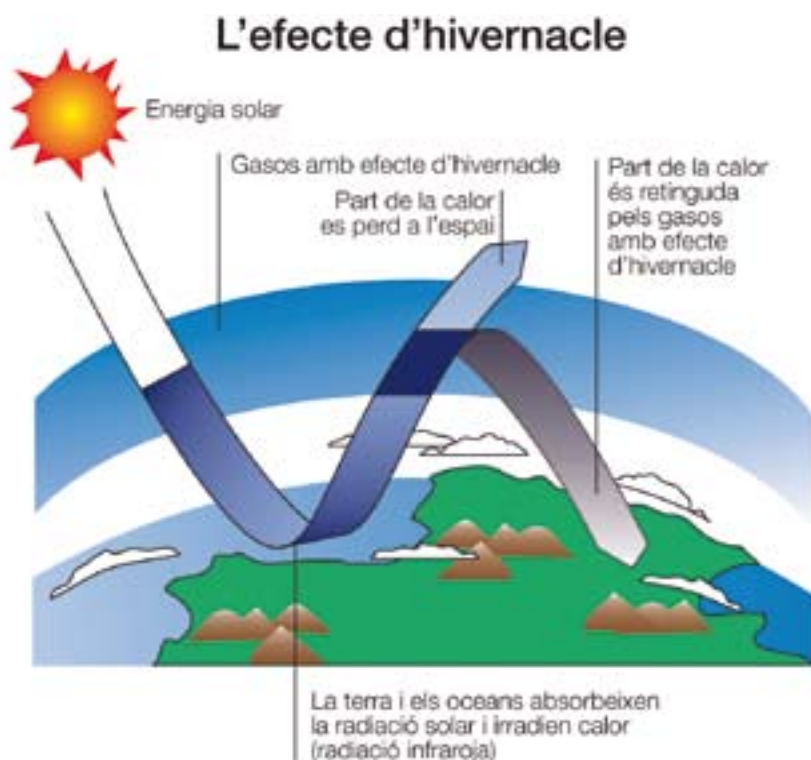


Visiteu el nostre lloc web

www.cooperativa70.coop

Efecte hivernacle

L'escalfament del planeta



A l'atmosfera hi ha una sèrie de gasos (sobretot el vapor d'aigua i el diòxid de carboni) que tenen un efecte d'hivernacle, és a dir, absorbeixen i reemetten la radiació infraroja, impedit que part d'aquesta escapi de la terra, i contribuint a que la temperatura mitjana de l'aire superficial del planeta sigui d'uns 15° C. L'efecte hivernacle, és per tant un fenomen natural de l'atmosfera.

L'activitat humana, però, està accentuant aquest efecte de manera dràstica. La major part de la demanda d'energia prové de cremar el carbó i el petroli i derivats. La combustió d'aquestes substàncies produeix com a resultat l'emissió de vapor d'aigua i gasos carbònics que tenen com a propietat atrapar la radiació solar i impedir que retorni cap a l'espai.

Fins a mitjan segle XIX, la concentració de diòxid de carboni a l'atmosfera era força estable i al voltant de 280 parts per milió en volum (ppmv). En un segle i mig s'ha incrementat gairebé un 30%, la temperatura mitja global ha pujat 1 °C i la població s'ha multiplicat per 6 (de 1.000 milions a més 6.000 milions). Durant aquest període més del 80% de les emissions de diòxid de car-

boni ha procedit dels països industrialitzats. El creixement econòmic i industrial experimentat per un 20% de la població mundial, que consumeix el 80% de l'energia, s'ha traduït en un proporcional i constant increment del diòxid de carboni acumulat a l'atmosfera.

L'escalfament de l'atmosfera posa en perill la composició, la capacitat de recuperació i la productivitat dels ecosistemes naturals i el mateix desenvolupament econòmic i social, la salut i el benestar de la Humanitat.

Els gasos atmosfèrics que contribueixen a l'efecte d'hivernacle són el diòxid de carboni (CO₂), el metà (CH₄), l'òxid nítrós (N₂O), el vapor d'aigua, l'ozó, els halocarbons: els hidrofluorcarburs (HCFC), els perfluorcarburs (PFC) i l'hexafluorur de sofre (SF₆).

L'any 1996, les emissions de carboni al món procedents de la crema de combustibles fòssils van assolir les 6.250 milions de tones i si no es pren algun tipus de mesura global els actuals 6.000 milions de tones de carboni per any assoliran els 9.000 milions de tones anuals cap el 2.010, és a dir, un 40% per sobre del nivell de 1990.

Les conseqüències

La principal conseqüència d'aquest augment de l'efecte hivernacle provocat per l'activitat humana és l'augment de la temperatura mitjana de la terra, que els científics pronostiquen que serà d'1 a 3,6 graus centígrads en el proper segle. Recordem que un canvi de temperatura d'1 °C equival a un canvi latitudinal de 100 a 150 km, és a dir, que incrementar un grau la temperatura vol dir que l'actual vegetació de Castelló seria la comuna a l'àrea de Barcelona.

El resultat més immediat d'aquest increment de temperatura seria una pujada del nivell del mar entre 15 i 95 cm al llarg del proper segle. Els efectes de la inundació de terres planes costaneres actualment emergides serien catastròfics per a les àrees litorals de molts països (com ara Bangladesh o Holanda) i moltes de les petites illes de l'oceà Pacífic.

La desertització de certes zones del planeta, pluges de caràcter torrencial en d'altres zones, regressió de les glaceres, la difusió de certes malalties de tipus tropical en zones avui de clima temperat o l'extinció de múltiples espècies animals i vegetals, són altres de les conseqüències que cal esperar de l'augment de la temperatura mitjana del planeta.

L'any 1997 ha estat el més calorós del segle. Un estudi de la Universitat de Viena ha detectat que algunes plantes alpines han estat enfilant-se a un ritme de 3,7 m per dècada en els darrers 90 anys cercant temperatures més fresques.

A la península occidental de l'Antàrtida durant els darrers deu lustres les temperatures hivernals han estat de 4 a 5 °C per damunt de la mitjana. Aquest fet ha repercutit en les poblacions del krill planctònic i de rebot sobre la població dels pingüins d'Adelaida, les poblacions del qual han caigut un 40%. I lògicament, les geleres alpines i dels glaceres estan retrocedint de manera alarmant.

Intentem evitar-ho

Els científics del IPCC han demostrat que cal reduir les emissions de CO₂ a nivells inferiors a les mesures del 1990 si es vol estabilitzar la concentració de diòxid de carboni atmosfèric.

Els esforços internacionals a càrrec de governs de tot el món per a evitar l'escalfament global del planeta es centren en el compliment dels acords presos en la Cimera

de Kyoto de 1997, una fita històrica perquè, per primera vegada, els països industrialitzats aproven objectius jurídicament vinculants de reducció dels gasos contaminants.

L'objectiu d'aquesta cimera de Kyoto era establir un protocol vinculant de reducció de les emissions «perquè els ecosistemes puguin adaptar-se de forma natural al canvi climàtic, a fi de garantir la producció d'aliments i que continuï el desenvolupament econòmic de forma sostenible».

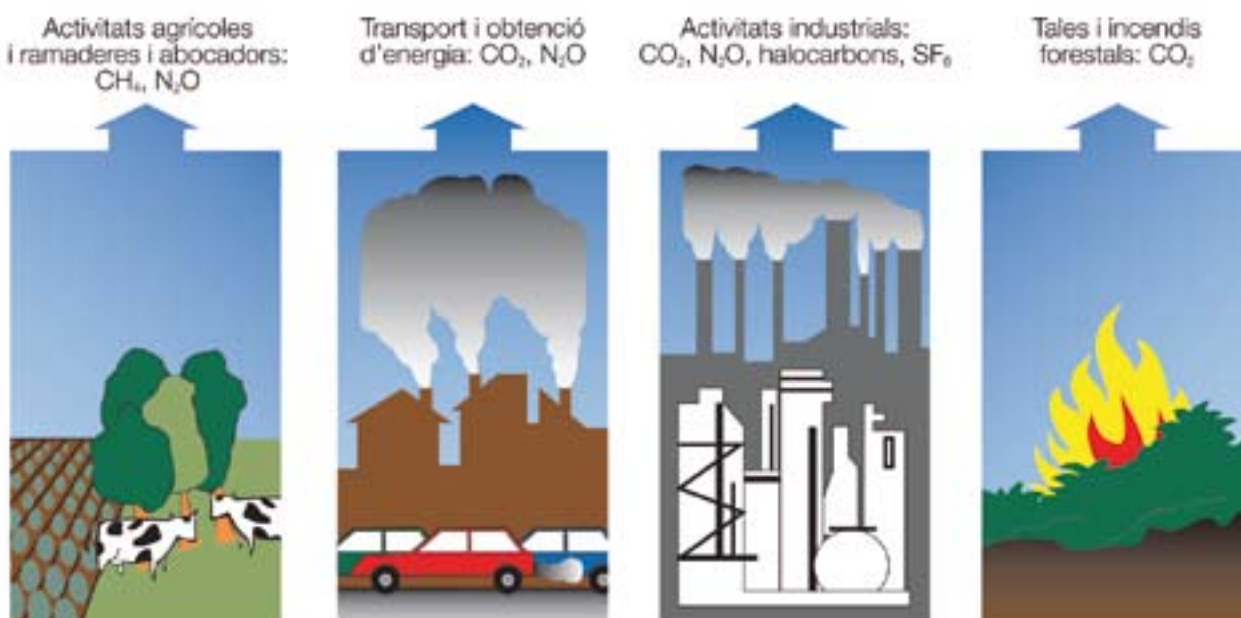
Les negociacions de Kyoto volien servir per establir acords vinculants especificant els terminis, les mesures financeres per assolir-los i les quantitats de reducció d'emissions de gasos als nivells de 1990 a partir del 2005 o el 2010.

El resultat de la Cimera fou que 38 països industrialitzats es comprometeren a assolir una reducció dels gasos en un 5,2% dels nivells de 1990 per al període 2008-2012.

Tots nosaltres **podem contribuir a evitar aquest desastre ecològic amb un consum responsable** i uns hàbits de vida orientats a l'estalvi energètic.

En cadascuna de les edicions del butlletí, ja des de fa uns mesos, us anem oferint consells d'estalvi energètic i de minimització de residus a la llar. També podem disminuir les nostres emissions de gasos que produeixen l'efecte hivernacle amb una conducció responsable, un bon manteniment del nostre automòbil, evitant desplaçaments innecessaris i amb l'ús dels transports públics.

Principals fonts dels gasos que provoquen l'efecte hivernacle



Estalvi energètic

Rentadores i assecadores

La rentadora representa el 5% de la despesa energètica de la llar, i només la supera el frigorífic i la televisió.

Un ús racional i adequat d'aquest electrodomèstic ens pot aportar una important reducció del consum d'energia, aigua i detergents.

En primer lloc, ens assegurarem que la rentadora que adquirim s'ajusta a les nostres necessitats pel que fa a capacitat i funcions. També comprovarem l'etiquetatge específic per a veure la categoria d'eficiència energètica a què pertany l'aparell que volem adquirir.

Els electrodomèstics estan agrupats en categories que van de la lletra A a la G, lletres amb què s'expressa un grau creixent de consum energètic a igualtat d'ús i prestacions.

Críteris ecològics

Una vegada ja hem adquirit la rentadora adequada, cal fer la bugada amb críteris ecològics i d'estalvi energètic:

- Omplirem la rentadora al màxim de la seva capacitat òptima, però sense excedir-la, procurant no superar els 4 ó 5 quilos de roba.
- Evitarem tant com puguem les temperatures altes de rentat, prioritant els programes de baixa temperatura. Entre el 80% i el 85% de l'energia que consumeix una rentadora es fa servir per a escalfar l'aigua. El cicle de rentat a 90° consumeix gairebé el doble d'energia que el de 60°.
- Separarem la roba més bruta per rentar-la a banda i un tractament previ de les taques ens permetrà l'ús de programes de rentat curts i econòmics, que estalvien aigua i energia.
- Dosificarem adequadament el detergent. Un excés d'aquests productes representa un abocament innecessari al medi i fa tre-

ballar en excés el motor de la rentadora. No hem de superar la quantitat de sabó recomanat pels fabricants. Els detergents líquids fan treballar menys les rentadores.

- L'assecadora consumeix molta energia. Una rentadora amb un centrifugat potent pot evitar-ne l'ús. Limitarem el recurs a l'assecadora als casos d'urgència i estrictament necessaris.
- Un bon manteniment de la rentadora, amb especial atenció al filtre i l'orifici de ventilació, millora el rendiment i allarga la vida útil de l'aparell.



Descomptes del 5% a Estètica Sandra

Estètica Sandra ofereix als socis de Cooperativa 70 un 5% de descompte en les depilacions làser (amb una prova gratuïta), tractaments *spa* (com algoteràpia, cacaoteràpia, pedres calentes, vi-noteràpia, te verd) i unghes de porcellana, unghes de gel i tractament d'unghes mossegades.

Estètica Sandra
Buenos Aires, 42
08140 Caldes de Montbui
93 865 13 63
649 44 63 28



10% de descompte en tots els productes d'Òptica Tibau



Òptica Tibau ofereix als socis de Cooperativa 70 un **10% de descompte en tots els productes** que aquest establiment ofereix al públic.

A més, aquest tracte exclusiu per als socis de Cooperativa 70 coincideix amb l'oferta especial de Natural Òptics, que, en determinades referències, **per la compra d'unes ulleres graduades en donen unes altres de regal***.

Òptica Tibau
Pl. Església, 5
Caldes de Montbui
93 862 62 23

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

* Consulteu condicions de la promoció a l'establiment

Productes de Comerç Just

Bijuteria · Bosses i motxilles
Moda · Complementes · Decoració



Productes
d'alimentació



15% de descompte per als socis en tots aquests productes

Vins de cooperatives catalanes



El Codolar Jove
3,95 € garrafa de 2 l.



El Codolar Criança
4,95 € garrafa de 2 l.

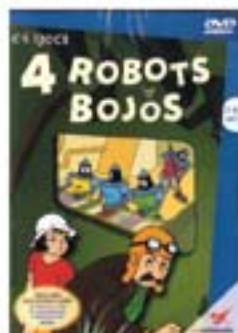


Vi Blanc de Serè
4,10 € l'ampolla



Vi negre Costers de Gravet
11,00 € l'ampolla

Pel·lícules i jocs educatius per a infants fins a 12 anys.



Tenim un gran oli. Tasta'l

Verge extra de Denominació d'Origen Les Garrigues produït per la Cooperativa Agrària d'Alcanó.

23,00 € LA GARRAFA DE 5 LITRES

SERVEIS ALS SOCIS

Abacus

15% de descompte en productes culturals, educatius, papereria i joguines.
A totes les botigues Abacus.
Informe'u-vos a la Cooperativa o a www.abacus.es



Assegurances d'automòbil, llar, vida i accident; plans de pensions i d'estalvi.
Informe'u-vos a la Cooperativa.
Tel 938 654 530



Entre un 5% i un 7% de descompte sobre els preus de tarifa
www.avuiviatges.com
Tel 902 245 244



Instal·ladors d'aire condicionat.
15% de descompte en maquinària.
Ctra. Parets - Bigues, s/n - Sta. Eulàlia de Ronçana
Tel 938 447 676



Descompte fins a 0,06 EURO per litre de gasoil de calefacció.
Comandes a la Cooperativa.
Tel 938 654 530



Descomptes del 8% al 15% en tècniques termals.
Pça. Font del Lleó, 10 - 08140 Caldes de Montbui
Tel 938 650 100



3% descompte en tots els productes
Font i Boet, 1 - 08140 Caldes de Montbui
Tel. 938 654 500



Entre un 5% i un 10% de descompte en material de muntanya i ciclisme.
Avda. Pi i Margall, 13 - 08140 Caldes de Montbui
Tel 938 654 728



1,20 €/h descompte en serveis de suport a la llar i 2,00 €/h en serveis de suport a la persona. Per a majors de 65 anys.
Informe'u-vos a la Cooperativa
Tel. 938 654 530



5 % de dte. en herboristeria
Agustí Santa Cruz, 23-08182 Sant Feliu de Codines
Tel 938 662 789



10% de descompte en mobiliari, il·luminació i complements per la llar.
Avda. Pi i Margall, 81 - 08140 Caldes de Montbui
Tel. 938 655 446



D'un 5% a un 8% de descompte en viatges de proveïdors propis
Av. Pi i Margall, 50-08140 Caldes de Montbui
Tel. 938 655 170



10% de descompte els dimarts, dimecres i dijous
Pça. Marquès, 10- 08140 Caldes de Montbui
Tel. 938 651 682



Entre el 15% i el 20% de descompte sobre preus de tarifa
Tel. 93 866 25 87
Mòbil. 600 26 45 49



Rentar, tallar i pentinar per només 8 €
C. Font i Boet, 9 - 08140 Caldes de Montbui
Tel. 938 626 220



5% de descompte sobre els preus de residència, centre de dia, i centre de salut.
Av. Catalunya, 264 - Palau Solità i Plegamans
Tel. 931 479 000



Entre el 10% i el 15% de descompte en assessoria fiscal, laboral, comptable i jurídica.
C. Sant Pau, 94 - 08140 Caldes de Montbui
Tel. 938 654 828



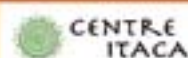
10% de descompte sobre preus de tarifa
Corredossos de Baix, 2 Art. 2a. - Caldes de Montbui
Tel. 938 655 737 - 685 806 557



Descomptes del 8% al 15% en tècniques termals.
C. Barcelona, 12 - 08140 Caldes de Montbui
Tel. 938 650 150



5% de descompte en materials i col·locació de parquet i fusta d'exterior
Tel. 609 702 701



Centre de teràpies naturals

Descompte del 10% en les visites.
P. de l'Àngel, 1 pral. 3a - 08140 Caldes de Montbui
Tel. 657 669 435



Una rentada gratuïta de cada cinc que en facis.
Avda. Principal, 3 - Sentmenat (davant la benzineria BERTOIL)



Descompte del 10% en tots els productes.
P.Església, 5 - Av. Catalunya, 207
08140 Caldes de Montbui - 08184 Palau Solità
Tel. 938 626 223 - Tel. 938 649 471



5% descompte en depilació làser (PROVA GRATUÏTA), tractaments spa i d'ungles.
C. Buenos Aires, 42 - 08140 Caldes de Montbui
Tel. 938 651 363 - 649 446 328

Les activitats dia a dia

Gener

Dilluns 8

**Inici del curs d'anglès
"Angles PET"**

A 2/4 de 7 del vespre

**Continuació tallers de reeducació postural
i consciència corporal**

A les 10 del matí

Dimarts 9

**Inici del curs d'anglès
"Pre-First"**

A 2/4 de 7 de la tarda

Continuació del curs de Patchwork

A les 5 de la tarda

Dimecres 10

**Inici del curs d'anglès
"Starter"**

A les 10 del matí

Divendres 12

**Inauguració de l'exposició de pintura
de Rosa Maria Climent**

A les 8 del vespre

Dimarts 16

**Inici del curs
Iniciació a l'ordinador personal (I)**

A les 6 de la tarda

Dimecres 17

**Inici del curs
Iniciació a l'ordinador personal (II)**

A les 6 de la tarda

Febrer

Divendres 9

**Inauguració de l'exposició
de fotografia de Lurdes Gangonells**

A les 8 del vespre

Dijous 15

**Inici del curs d'edició
de vídeo per ordinador**

A 2/4 de 8 del vespre

Dissabte 24

Cinema infantil

2/4 de 6 de la tarda

Dilluns 26

Avui parlem amb...

"Les claus històriques de l'anticatalanisme"

Josep Termes

A 2/4 de 9 del vespre

Març

Divendres 9

**Inauguració de l'exposició de pintura
de Marga-lef**

A les 8 del vespre

Dissabte 24

Cinema Infantil

A 2/4 de 6 de la tarda

Dilluns 26

Avui parlem amb...

"Una visió crítica dels mitjans de comunicació"

Miquel Calzada

A 2/4 de 9 del vespre

La millor nadala



Aquest any no s'ha editat la nadala que tradicionalment Cooperativa 70 enviava als seus socis.

L'import econòmic de la seva edició i distribució s'ha reservat per a donar suport a accions de solidaritat, i prioritàriament a programes de desenvolupament basats en la cooperació. D'aquesta manera, tots nosaltres estarem contribuint de manera més efectiva a fer un demà més just.