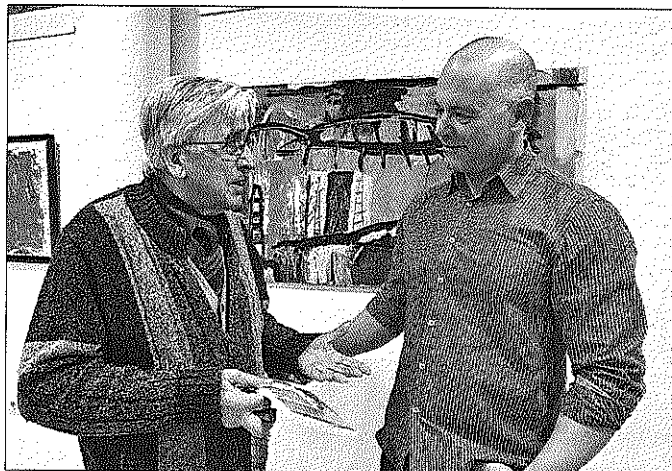


Canovelles i Les Franqueses

Alberto Gutiérrez presentà el llibre *Gimnasia específica para el rejuvenecimiento facial*

Granollers. En els temps en què els canons de la bellesa exigeixen una munió d'operacions estètiques a moltes persones que costen forçacalerons, és d'agrair la presentació de llibres com el d'**Alberto Gutiérrez**, una proposta editorial que va explicar el passat dimarts al vespre el propi autor a la llibreria La Gralla en un acte en el qual estava acompanyat per **Joan Sala Vila**. Aquest va dir del llibre que "ofereix aspectes nous sobre coses relacionades amb la salut que resulten molt interessants". L'autor del llibre (Lleida, 1960), fa temps que desenvolupa diverses activitats a la comarca del Vallès Oriental dins les especialitats que domina: mestre de cultura física, instructor de fitness i musculació, tècnic en nutrició, entrenador personal, assessor dietètic... L'autor defensa amb una sèrie de textos i de dibuixos, com



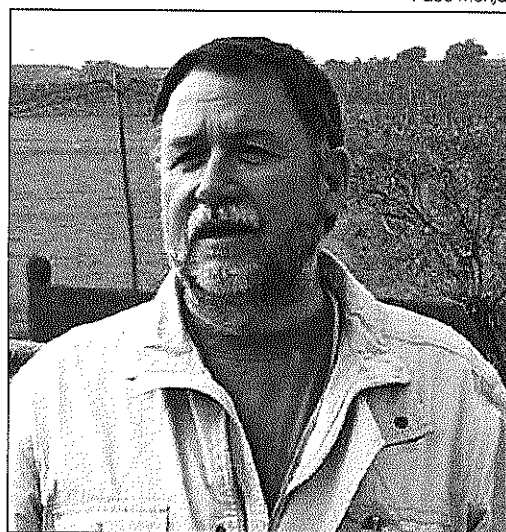
Xavier Solanas

és possible realitzar diferents exercicis només amb l'ajuda de les mans per mantenir un rostre jove.. Es tracta en la majoria dels casos d'exercicis que es poden fer sense cap mena de dificultat i que ofereixen bons resultats, ja que, segons va dir, "aquests són més que evidents després d'unes quantes sessions". **RdV**

Regina Santamaria, Albert Cuesta, Martí Boada i Jorge Wagensberg, col·laboradors habituals d'un nou programa de VOTV

Granollers. VOTV ha estrenat aquest passat dimecres 'Fórmula 1', un magazin divulgatiu coproduït amb XTVL que reflexiona sobre els diferents factors que incideixen en el benestar personal i la qualitat ambiental. L'alimentació, la salut, la biodiversitat, la tecnologia i la recerca centraran l'atenció del programa, que es nodrirà de l'opinió de reconeguts experts. Així, **Regina Santamaria**, filla del conegut xef, **Santi Santamaria**, que ens va deixar ara fa un any, parlarà cada setmana de les propietats dels productes ecològics i de les receptes culinàries que se'n poden derivar. De la seva banda, el periodista **Albert Cuesta**, expert en noves tecnologies, descobrirà a l'audiència aplicacions per a dispositius mòbils relacionades amb el medi ambient i la sostenibilitat. El naturalista **Martí Boada** (foto) i el científic **Jorge Wagensberg** compartiran en cada entrega un espai de reflexió a l'entorn de la sostenibilitat, el canvi climàtic i els recursos naturals. Aquestes converses tindran com a escenari el Cosmo Caixa i el Museu de la Ciència de Barcelona.

L'apartat de salut donarà a conèixer els programes de prevenció de malalties que duen a



Paco Manja

terme els hospitals catalans. Aquests reportatges seran elaborats per televisions locals del territori. Un plató virtual que farà viatjar els espectadors a través d'un 'tablet'. La presentadora de 'Fórmula 1', **Clara Armengol**, se situarà en un plató virtual amb un 'tablet' a les mans que farà servir per a donar pas a les diferents seccions. **RdV**

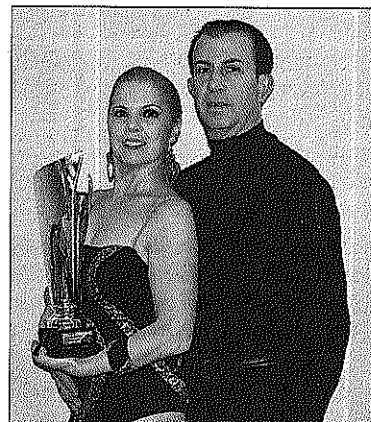
Recital poètic d'Enric Casasses, Pau Gener, Jordi Julià i Noel Tatú a Granollers, aquest dissabte

Granollers. Dins el marc de l'exposició Nogensmenys Kafka, aquest dissabte, dia 18, tindrà lloc a la Sala Ciutat del Centre Cultural, el recital "Tanmateix poesia", amb la participació dels poetes **Enric Casasses**, **Pau Gener**, **Jordi Julià** i **Noel Tatú**. Els

autors de l'exposició, **Ricard Geladó** i **Xavi Plana**, han volgut que la poesia se sumi a l'homenatge a l'autor txec Fran Kafka, quan s'acompleixen cent anys de la seva primera publicació. L'exposició es podrà visitar fins al 26 de febrer. **RdV**

Miguel Torrado i Rosario Figueroa, subcampions d'Espanya de Ball Esportiu

Granollers. **Miguel Torrado Puerto** i **Rosario Figueroa Garcia** es mostren especialment satisfets aquests dies després d'haver aconseguit un important èxit com a balladors que competeixen en proves de molt nivell. El passat dissabte, dia 11, va tenir lloc a Deltebre el campionat d'Espanya de Ball Esportiu i la parella de Canovelles va aconseguir proclamar-se Subcampiona d'Espanya de l'especialitat en la modalitat de 10 balls (standard i llatí). Miguel i Rosario, que participaren en la categoria Senior 3, són alumnes de l'escola Partenaire de Granollers. Mentre preparen d'altres participacions que tenen en el calendari, regenten la Cafeteria Portobello a Canovelles. **RdV**



Dissabte, carnaval a Canovelles

Canovelles. Més de 20 comparses ja estan apuntades al Carnaval de Canovelles. Són 22 les comparses apuntades a la Rua de dissabte, amb més de 1200 participants. Enguany el Rei del Carnestoltes serà l'assemblea jove Kndurgnt. La rua serà dissabte 18 a les sis de la tarda al c. Indústria, davant l'escola Congost. A les vuit hi haurà el discurs del Rei Carnestoltes i el lliurament de premis i tot seguit ball amb discoteca a la Pl. Joventut. A les 23,30 al Campanar, concert infernal "Rumbatarumba". El dia anterior, divendres, a les deu del matí, les comparses infantils de les escoles defilaran pels carrers del poble i a les vuit del vespre al Local de joves, Karaoke Invers "Calcetes pels senyorets i per les senyoretetes calçotets", i a la tarda, El Racó organitza el Carnaval per als més petits de Canovelles i les seves famílies. Diumenge, 19 a les sis de la tarda, concert de Carnaval amb l'Orquestra de Cambra d'Acordions de Barcelona a Can Palots. Dimecres 22, a les 18,30, enterrament de la sardina a la Pl. Joventut. **RdV**

Festa dels Tres Tombs a la Roca del Vallès aquest diumenge, dia 19

La Roca del Vallès. Aquest cap de setmana la Roca del Vallès té programades diverses activitats festives, entre les quals la rua de carnaval prevista per al dissabte, tant a la Roca Centre com a la Torreta (Centre Cultural). Un altre aspecte a destacar és la Festa dels Tres Tombs que tindrà lloc el diumenge en un acte organitzat per l'Associació Amics dels Traginers i l'Ajuntament. El programa s'iniciarà a les 11 del matí amb la concentració a la plaça de l'Església per seguir amb la benedicció i inici del recorregut pels carrers del poble. En finalitzar la desfilada hi haurà un vermut popular a la plaça de Sant Jordi. **RdV**