



ESPECIAL FIRA

25, 26, 27 d'octubre del 2024



el teu univers **TRANSFORMA**

DEL 25 AL 27 D'OCTUBRE, A LA FIRA D'ANDORRA LA VELLA.





LA FIRA D'ANDORRA 2024: INNOVACIÓ, SOSTENIBILITAT I PARTICIPACIÓ CIUTADANA

La 45a edició de la Fira d'Andorra la Vella es presenta com un esdeveniment clau per a la dinamització econòmica i social del país, amb un fort èmfasi en la sostenibilitat i la participació ciutadana. Una de les grans novetats d'enguany és l'espai 'Àgora 3.0', concebut com un lloc de diàleg on els visitants podran interactuar amb representants del Comú i participar en més de 30 xerrades sobre temes d'interès per a la comunitat. Aquesta iniciativa, jun-

tament amb l'aposta per materials orgànics i sostenibles, marca un nou enfocament per a la fira, amb l'objectiu de generar consens i donar veu als ciutadans.

Sectors destacats i presència empresarial

Aquesta edició compta amb la participació de 194 expositors, amb una important presència d'empreses locals i internacionals. Els sectors amb més presència inclouen les energies renovables, la mobilitat sostenible i la digi-

talització, eixos fonamentals per al desenvolupament futur d'Andorra. A més, el sector comercial ha ampliat el nombre d'estands per donar resposta a la creixent demanda. Els concessionaris de vehicles mantenen una forta presència amb 12 estands que mostraran les últimes novetats en mobilitat sostenible.

Pel que fa als espais exteriors de la fira, ubicats al Parc Central, ofereixen un ampli ventall d'activitats per a infants, amb tallers i zones

d'inflables, així com un mercat artesanal ampliat que crea sinergies amb l'eix comercial de la ciutat. A més, hi ha zones de descans i punts de restauració per gaudir d'un ambient familiar i dinàmic al llarg del cap de setmana.

La Fira d'Andorra 2024 reafirma així el seu compromís amb la innovació, la sostenibilitat i la participació ciutadana, consolidant-se com un referent per al desenvolupament econòmic i social del país. <

ANDORRANA DE PUBLICACIONES

President
Enric Dolsa Font



Direcció general
Irina Rybalchenko
Coordinació general
Nona Muñoz
Director de Màrqueting
i Comunicació
Manel Montoro

Caps de redacció
Laura Gómez
Alex Montero

Maquetació
Pako Temprado
César Arquíñigo

Assessores publicitat
Irene Izquierdo
Olga Kuznetsova
Stanislav Frolov

Subscripcions
subscriptions@elperiodic.ad
Tel +376 736 200

"LA FIRA ÉS EL PUNT DE RETROBAMENT ENTRE TOTA LA POBLACIÓ DEL PAÍS"

ENTREVISTA SERGI GONZÁLEZ

CÒNSOL MAJOR D'ANDORRA LA VELLA

LAURA
Gómez



—La seva primera fira com a cònsol major, quina valoració en fa?

—Encara l'hem de començar, però sens dubte el nostre equip l'afronta amb molta il·lusió i ganes que continuï sent un revulsiu econòmic i social per als ciutadans de la parròquia i del país. Enguany hem ampliat els metres quadrats destinats a zona expositiva per a empreses comercial, reduint la relativa al sector de l'automòbil. Gràcies a aquesta acció hem pogut donar cabuda a vuit expositors més, mantenint el nombre de concessionaris participants.

—Com ha estat el camí fins aquí?

—La consolidació de la Fira d'Andorra la Vella al llarg dels seus 45 anys és fruit d'un esforç continuat per oferir un esdeveniment atractiu i rellevant. El camí fins aquí ha implicat treballar diversos aspectes, com la capacitat d'incorporar noves propostes i millorar l'experiència del visitant. També ha estat clau mantenir el suport del teixit empresarial i comercial del



país, així com fomentar la participació del teixit associatiu i els productors artesanals, entre altres.

—En quin punt es troba la intenció d'interacionalitzar la Fira?

—No té cap intenció d'internacionalitzar-se, ja que la seva essència recau en ser el principal esdeveniment comercial del país, destinat principalment al públic local. Tanmateix, sempre hi ha una presència d'expositors estrangers que complementen l'oferta. Al llarg dels anys, la Fira ha evolucionat, però

sempre mantenint el focus en la proximitat, el suport al comerç intern i l'arrelament al territori.

—En què s'ha pensat pel tema central de l'edició?

—El tema central de l'estand és la parròquia del futur a llarg termini, sota el concepte 'Una nova visió, un nou futur'. Buscarem, a través de diversos eixos, traslladar i fer partícips als visitants en els projectes actuals i de futur del Comú. També fem una aposta per la sostenibilitat, reduint la petjada de carboni amb l'elaboració de l'estand. La decoració ha estat feta amb teles d'origen orgànic i tenyides amb tints naturals gràcies a la col·laboració de l'artista i artesana Sara Valls.

—Hi haurà un espai d'escolta activa per a la població?

—Sens falta! Com hem fet d'ençà que vam entrar al Comú, la participació ciutadana i la proximitat és un dels nostres puntals. Per aquest motiu, a banda de la sostenibilitat, la cúpula central de l'estand acollirà l'Àgora 3.0, un espai que vol posar en relleu la importància de crear un futur compartit i que els ciutadans se sentin que formen part d'aquest procés de transformador.

—Quina necessitat important té ara mateix la capital?

—La Fira d'Andorra la Vella és l'únic esdeveniment que aglutina tot el sector comercial, empresarial i associatiu del país. És per aquest motiu que creiem fermament que l'esdeveniment és aquell punt de retrobament entre tota la població, no només d'Andorra la Vella, sinó d'arreu del país. Estem molt contents que l'èxit de la Fira també es vegi reflectit en una atracció turística. <



"ESTEM MOLT CONTENTS QUE L'ÈXIT DE LA FIRA TAMBÉ ES VEGI REFLECTIT EN UNA ATRACCIÓ TURÍSTICA"

COMPTES JÚNIOR



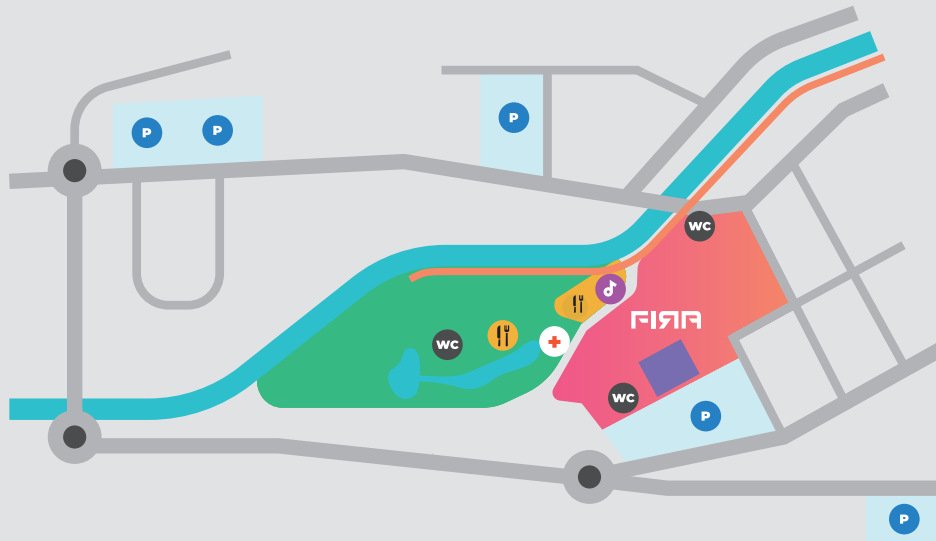
Generació Myandbank

Compte remunerat al 2% TAE
0 comissions
0 despeses
Targeta gratuïta
Bizum

myandbank

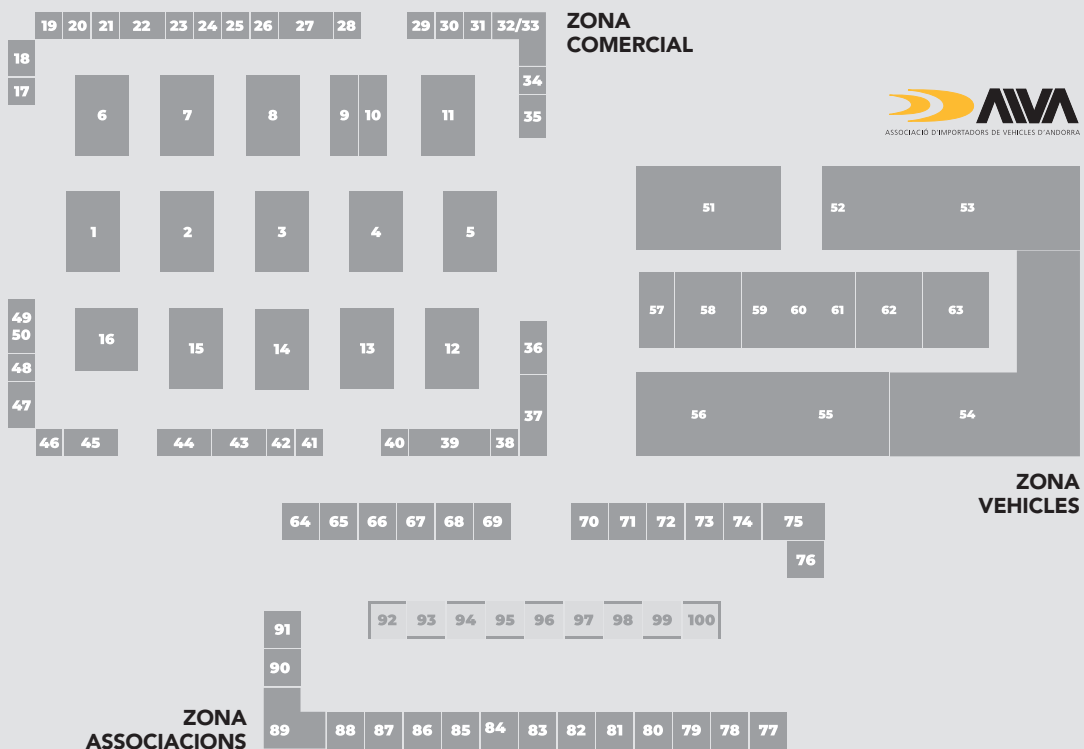
El Compte Júnior és un producte de Myandbank destinat a joves d'entre 12 a 17 anys. Myandbank és un banc 100% digital, un nou canal comercial d'Andorra Banc Agrícola Reig, SA (Andbank). Andbank opera amb el Número de Registre Tributari (NRT) A700158F, el núm. de Registre Societats Mercantils 5008, i el núm. de registre a l'Autoritat Financera Andorrana (AFA) EB 01/95. Per a més informació, contacta amb hola@myandbank.com o al 881 960.

PLÀNOL D'UBICACIÓ



- RECINTE FIRAL
- MERCAT ARTESANAL
- + PUNT DE PRIMERS AUXILIS
- FIRA D'ASSOCIACIONS
- wc LAVABOS
- || PUNTS DE RESTAURACIÓ
- ESPAIS EXTERIORS
- ♪ ESCENARI
- P APARCAMENTS

PLÀNOL D'EXPOSITORS

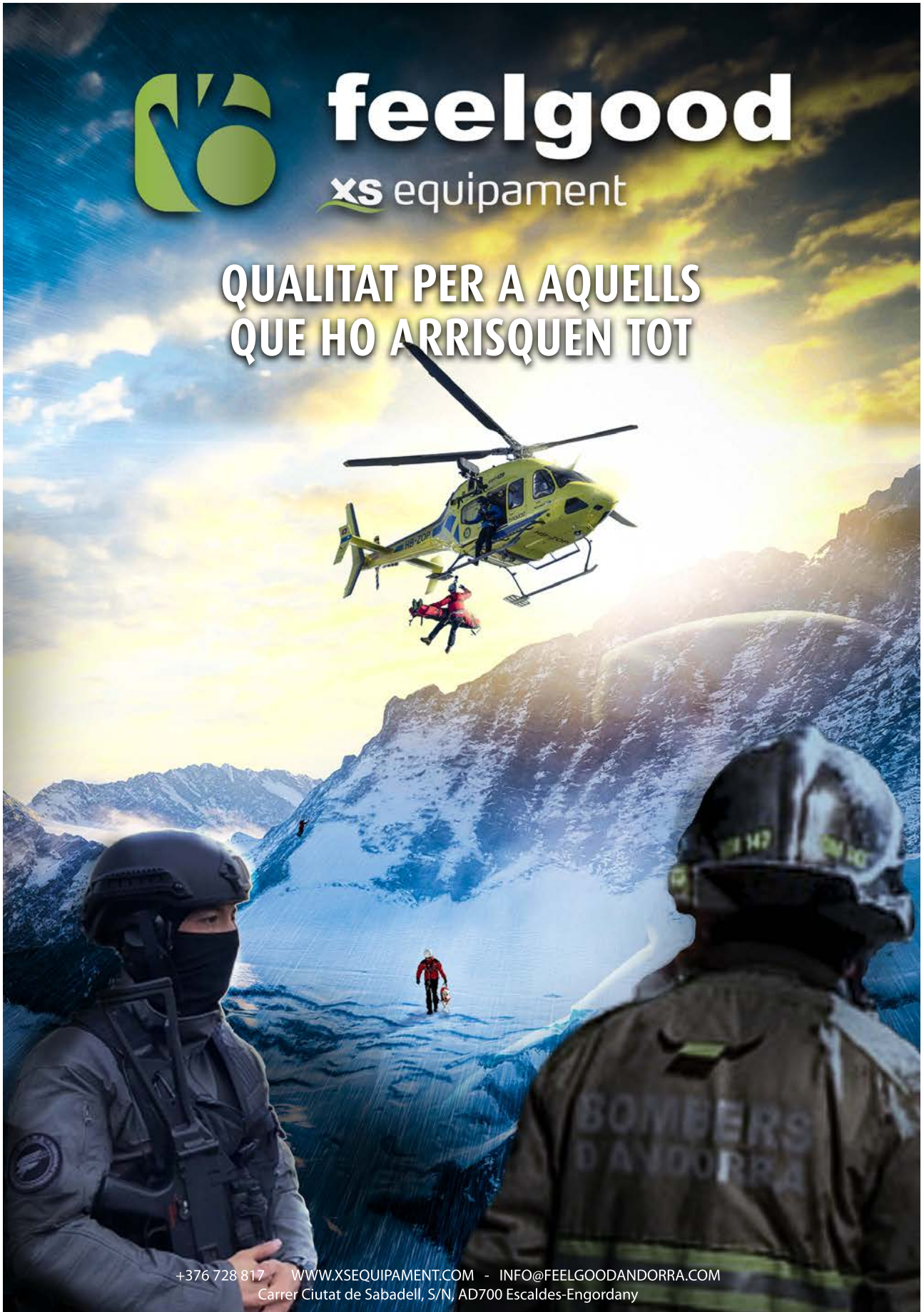




feelgood

xs equipament

QUALITAT PER A AQUELLS
QUE HO ARRISQUEN TOT



+376 728 817 - WWW.XSEQUIPAMENT.COM - INFO@FEELGOODANDORRA.COM
Carrer Ciutat de Sabadell, S/N, AD700 Escaldes-Engordany

LLISTAT ZONES

COMERCIAL

- 14 ACA CLUB
- 4 AGFS
- 33 AMBINATURE
- 6 ANDORRA - UNIÓ EUROPEA (GOVERN D'ANDORRA)
- 2 ANDORRA TELECOM
- 15 ANDSHOCK - ÖHLINS
- 12 ASSEGUR
- 45 BASQUET CLUB ANDORRA
- 17 CELLERS MASET
- 8 CITYXERPA
- 47 CLUB NÀUTIC D'ANDORRA ASSAP - FIATC
- 1 COMÚ D'ANDORRA LA VELLA
- 43 COVIMA
- 31 DOCTOR ENERGY
- 37 DONA SECRET
- 29 ECOFROG - ANDECO
- 34 ECOSPAI
- 42 EL PERIÒDIC D'ANDORRA
- 18 EMPRESSES DE VALLS I L'ALT CAMP
- 27 FABRICACIÓ I MUNTATGES TÈCNICS A. FONT, SL
- 7 FEDA
- 36 FUNDACIÓ PRIVADA JOCS DELS PETITS ESTATS D'EUROPA ANDORRA 2025
- 38 FUTBOL CLUB ANDORRA
- 16 GRANDVALIRA RESORTS Grandvalira, pal arinsal i ordino arcalís
- 49 GRUP PIC NEGRE10 GRUP SANDOR
- 40 HAPPY RENTALS
- 26 HIBRIDAR ENERGIA VERDA I&I SERVEIS - FPNSM 24
- 46 LA FRENCHIE BULLÉ arquitectura d'interior i decoració
- 20 TURISME D'ARIÈGE
- 11 MAPESA
- 25 MEVI DRON
- 5 MORABANC
- 3 MYANDBANK
- 44 NATURLAND el centre d'activitats outdoor d'andorra
- 39 OFIJET
- 48 PANTALLEA ANDORRA

- 23 RECICLEMBÉ
- 9 REVEPLUS
- 50 SHUSSKY
- 35 SIPCE ENERGY
- 41 SIRA
- 30 SOLAR CITY
- 32 SUD PIRINEUS
- 21 TELELAVO
- 22 THERMOMIX ANDORRA
- 19 TURISME DE VALLS
- 13 VISENDUM Fusta tecnològica

VEHICLES

- 52 AUTO CENTRE PRINCIPAT
- 61 AUTO DIESEL
- 59 AUTO SELECCIÓ
- 54 AUTOMÒBILS PYRÉNÉES
- 53 BECIER VEHICLES
- 55 CENTRE PRESTIGI AUTOMÒBIL
- 56 CIMEX AUTO
- 60 CRÈDIT ANDORRÀ
- 58 EUROP AUTO
- 51 GARATGE NOGREDA
- 57 MOTOR ESPAI
- 62 TOP MOTO
- 63 TOYOTA MOTORS

ASSOCIACIONS

- 76 ACOMVIU
- 95 AIKIDO KOKORO DOJO INT
- 64 AMICS DEL CAMÍ D'ANDORRA
- 65 AMMA
- 70 ARGENTINOS EN ANDORRA
- 100 ASSANDCA
- 87 ASSOCIACIÓ ANDRAIL
- 73 ASSOCIACIÓ CULTURAL DE RUSSOPARLANTS
- 81 ASSOCIACIÓ DE CELÍACS D'ANDORRA - ACEA
- 74 ASSOCIACIÓ MARIA SANTA
- 72 CLUB INTERNACIONAL
- 99 CLUB PIRINENC ANDORRÀ
- 69 CREU ROJA ANDORRANA
- 90 DIVERSAND
- 88 FABLAB ANDORRA LA VELLA
- 66 FEDERACIÓ DE LA GENT GRAN DEL PRINCIPAT D'ANDORRA
- 78 FÒRUM DE LA JOVENTUT
- 84 FUNDACIÓ P. MARCEL CHEVALIER

- 92 FUNDACIÓ PRIVADA TUTELAR
- 83 GOS-SOS
- 71 GRUP DE FOLKLORE CASA DE PORTUGAL
- 97 HANDBALL SCHOOL
- 67 MILSOMRIURES
- 82 NAMI, ASS. PROTECTORA DE GOSSOS
- 94 PATRONAT DE DAMES DE MERITXELL
- 93 PENYA MOTORISTA L'ESQUIROL
- 98 PETITS ESTELS D'ANDORRA
- 91 PROJECTE VIDA
- 86 RAFAELES EDÉN
- 85 RONRONEJAND
- 75 SAHAJA YOGA
- 77 SEGORA LYCÉE COMTE DE FOIX
- 80 STOP VIOLÈNCIES
- 79 TÉLÉTHON ANDORRA
- 96 TRASPLANTATS I DONANTS D'ANDORRA
- 68 UNICEF
- 89 UNIÓ RADIOFICIONATS ANDORRANS

PRODUCTORS AGRICOLS

- 117 ASGARD
- 107 AUTÈNTIC
- 113 BIOBO
- 112 CAL JORDI
- 119 CAN SONA
- 116 CERVESA ALPHA
- 108 CERVESA BORIS
- 103 EL BATALL
- 111 EL PASTADOR
- 110 FORMATGERIA CASA RAUBERT
- 115 KALUNAE
- 118 L'ÀNIMA DE BOSCH
- 101 NATURALIS
- 106 POCIONS DE LLUNA NOVA
- 102 RAMADERES D'ANDORRA
- 105 RATASSIA DE LA CARMETA
- 104 TALLER INFANTIL
- 109 VITAL
- 114 XOCLAND

Transformació i innovació en uniformitat laboral



Famagusta
Professional

+376 811 829 WWW.FAMAGUSTAPROFESSIONAL.COM - INFO@FAMAGUSTAPROFESSIONAL.COM
Av. Copríncep de Gaulle, 9, AD700 Escaldes-Engordany

AGENDA D'ACTIVITATS

DIVENDRES 25 D'OCTUBRE

RECINTE FIRAL

11 h INAUGURACIÓ OFICIAL

Estand 1 - Comú d'Andorra la Vella

Tens alguna pregunta a fer-nos del Comú o d'Andorra la Vella? Apropa't al nostre estand i demana-li a la Laura, la nostra IA ho sap tot!

15 h programa de ràdio en directe 'La Companyia' amb Xavier Albert

17 h el programa de radio en directe 'Fora de Context' amb l'Anna Mata i els joves del Rusquejant

Durant el dia, a l'espai Àgora

3.0 h hi haurà xerrades de diversos temes. Consulta el programa a andorralavella.ad i al llibret de la Fira.

Estand 3 - MYANDBANK

De 16.30 a 20 h #RepteMyandbank.

Posa a prova la teva resistència amb aquest repte de superació i aconsegueix el teu premi! Activitat per a majors de 12 anys.

20 h - Sorteig presencial d'un Iphone 15 entre tots els clients de Myandbank que visitin l'estand i dipositin la seva butlleta a l'urna.

Sorteig per a majors de 18 anys.

Estand 5 - FEDA

El teu Univers transforma. Revertir els efectes que el canvi climàtic pot tenir sobre Andorra i la resta del planeta és una missió de tothom. Apostar per les energies renovables i assolir la neutralitat en carboni són alguns dels reptes que ens hem fixat en el grup FEDA. Que no saps com hi pots contribuir? Vine a veure'ns!

Estand 6 - Unió Europea

Descobreix el cub interactiu que amb intel·ligència artificial i altres tecnologies ofereix tota la informació sobre l'Acord d'associació entre Andorra i la UE... Perquè, Estem d'Acord, tenir tota la informació és important per decidir!

17.30 h - El TestAcord: Posa a prova els teus coneixements so-

bre l'Acord en un concurs obert a tothom! Un acte presentat per Quelcom i amb premi final.

19 h - Actuació de Quelcom: Actuació dels humoristes del país Ivan Lira i Miki Legendario sobre l'Acord d'associació amb la UE. El futur és teu: Què vols ser de gran? Decideix-ho i el Cub t'ho mostrarà!

Estand 12 - Assegur

16 a 17.30 h - 4 en ratlla gegant: Gaudeix d'un dels jocs més clàssics en una mida gegant! Uneix estratègia i diversió amb el 4 en ratlla més gran que hagi vist mai. Seràs tu qui aconsegueixi la línia de quatre abans que el teu contrincant?

18 a 20 h - Afterwork Desconnecta a l'estand d'Assegur amb el nostre Afterwork!

Comparteix les teves inquietuds, et resolrem qualsevol dubte i et permetrà connectar amb el nostre equip en un ambient relaxat mentre gaudeixes d'un beure.

Estand 18 - Empreses de Valls i l'Alt Camp

Veniu al nostre estand per conèixer de primera mà les empreses, els productes i els serveis que us poden oferir les empreses de Valls i l'Alt Camp. El nostre equip està a la vostra disposició per donar-vos més detalls dels productes i serveis que us poden oferir les nostres empreses. No t'ho perdís i coneix amb més detall l'àrea de Valls i l'Alt Camp.

Estand 19 - Visita Valls 'Calçots castells cultura'

Valls, ciutat coneguda arreu del món per ser la ciutat origen de la calçotada i dels castells, amb importants atractius culturals, tradicionals i gastronòmics, a pocs quilòmetres de la Costa Daurada i la Ruta del Císter. I que ara llueix amb més esplendor gràcies al seu MUSEU CASTELLER DE CATALUNYA.

ESPAIS EXTERIORS

Zona de descans

Empreses de Valls i l'Alt Camp

17 h - Maridatge de vins, caves i productes alimentaris del Camp de Tarragona Vine a gaudir d'un tast organitzat i dirigit on es mariden vins i caves de l'Alt Camp amb productes agroalimentaris locals, agafant com a fil conductor La Calçotada i la seva Salsa. Aquest tast/maridatge inclourà productes agroalimentaris locals com per exemple: olis d'oliva, melmelades, fruits secs, pans artesans, salsa de calçotada, calçots, etc.

Gratuit amb inscripció prèvia, aquí: <https://forms.gle/62sTDdBnaZ86s4pT9>

Cafè la Brasilera

Torrefactors de cafè des de 1947 a Andorra. Tres generacions immerses en el món del cafè que han anat evolucionant al llarg dels anys fins a arribar avui dia, on apostem per la tecnologia i la innovació en un sector on la tradició pesa més.

Sala d'exposicions del Govern

12 h i 17 h - Visita guiada de l'exposició de surrealisme Pop i Art Lowbrown.

Espai 124 - Banders d'Andorra

11.30 a 12.30 h i **16 a 18 h** - Tir amb l'arma d'aire comprimit de teleanestèsia
Activitat per infants d'entre 8 i 14 anys.

Espai 136 - Inflable Casteller de Valls

D'11 a 13 h i **de 17 a 19 h**
Visita Valls i el Museu Casteller de Catalunya han arribat a la Fira d'Andorra la Vella 2024 per donar a conèixer la riquesa cultural i les tradicions de la ciutat de Valls, amb un inflable casteller. Us convidem a enfilar-vos fins a tocar el cel des de l'inflable del Museu Casteller de Catalunya.

Espai 138 - IQOS GAME CHANGERS

T'esperem amb moltes sorpreses i experiències exclusives que no et deixaran indiferent. Grava el teu dispositiu, participa en un sorteig i gaudeix d'un bar molt especial. Vine a descobrir què

és ser un autèntic GAME CHANGER.

19 h - Show de cocteleria: Aforament limitat, per ordre d'arribada, exclusiu per a usuaris d'IQOS o fumadors adults/consumidors de productes amb nicotina.

Espai reservat per a majors de 18 anys.

Espai 141 - NAMI, Associació Protectora de Gossos

11 h i 16 h

Vine amb el teu gos i aprèn com jugar amb ells. Gaudiràs de tallers i jocs amb el teu millor amic.

17.30 h

Vine a conèixer els nostres gossos en adopció. Necessiten una llar i sentir-se estimats. No t'ho pensis més!

Espai 142 - Naturland

L'Airtrekkids és una estructura en alçada per a petits aventurers que es divertiran equipats amb un arnés, passant per diferents passarel·les, un mur d'escalada i molt més! Activitat per a nens d'entre 1 i 1,30 metres d'alçada.

Espai 143 - RENT WELLNESS/ LIQUID HOUSE

Vine a conèixer els nostres productes wellness com els hot tubs, les banyeres spa, flotariums, etc.

ESCENARI - FIRA D'ASSOCIACIONS

18.30 h Actuació musical Banda de l'Institut de Música d'Andorra la Vella

17 h Salutació al sol amb meditació, consciència de cos, emoció i llenguatge
Associació de Coaching Ontològic, Meditació i Viure - ACOM-VIU

18 h Exhibició de HIP HOP
Associació de Dansa Esportiva Profi

18.10 h Concert Coral Rocafort Coral Rocafort

18.30 h Danses tradicionals
Esbart Santa Anna d'Escaldes-Engordany

19 h Exhibició de dansa urbana
TC Escola de Dansa



El viatge dels teus somnis comença *aquí*

A la 45a Fira d'Andorra la Vella



Préstec Cotxe

Euríbor **+ 3,95%**
12 mesos (TAE: 7,149%)



Préstec Cotxe Verd 100% elèctric

Euríbor **+ 2,95%**
12 mesos (TAE: 6,089%)

Préstecs al consum adreçats a persones que estiguin interessades a adquirir un vehicle nou o de segona mà.

Finançament màxim: **40.000 €**

Termini màxim: **5 anys**

Sense comissió de cancel·lació

0€ DE COMISSIÓ D'ESTUDI

Més info:
creand.ad

Creand[®]

Crèdit Andorrà

La concessió d'un préstec està subjecta als criteris de risc del banc. Càlcul de la TAE per a un import de 10.000 € a retornar en 5 anys. S'aplica l'euríbor 12 mesos del 16/09/2024. Oferta vàlida des del 28/10 fins al 08/11.

AGENDA D'ACTIVITATS

DISSABTE 26 D'OCTUBRE

RECINTE FIRAL

Estand 1 - Comú d'Andorra la Vella

Tens alguna pregunta a fer-nos del Comú o d'Andorra la Vella?

Apropa't al nostre estand i demana-li a la Laura, la nostra IA ho sap tot! Durant el dia, a l'espai Àgora 3.0 hi haurà xerrades de diversos temes. Consulta el programa a andorralavella.ad i al llibret de la Fira.

Estand 3 - MYANDBANK D'11 a 13 h i de 16.30 a 20 h

#RepteMyandbank

Posa a prova la teva resistència amb aquest repte de superació i aconsegueix el teu premi! Activitat per a majors de 12 anys.

20 h - Sorteig presencial d'un Iphone 15 entre tots els clients de Myandbank que visitin l'estand i dipositin la seva butlleta a l'urna. Sorteig per a majors de 18 anys.

Estand 5 - FEDA

El teu Univers transforma. Revertir els efectes que el canvi climàtic pot tenir sobre Andorra i la resta del planeta és una missió de tothom. Apostar per les energies renovables i assolir la neutralitat en carboni són alguns dels reptes que ens hem fixat en el grup FEDA. Que no saps com hi pots contribuir? Vine a veure'ns!

Estand 6 - Unió Europea

Descobreix el cub interactiu que amb intel·ligència artificial i altres tecnologies ofereix tota la informació sobre l'Acord d'associació entre Andorra i la UE... Perquè, Estem d'Acord, tenir tota la informació és important per decidir!

12.30 h - Podcast d'El Safreig: El Podcast El Safreig, conduït per Maria Solsona i Dani Abreu, debatrà al voltant de l'Acord.

17.30 h - El TestAcord: Posa a prova els teus coneixements sobre l'Acord en un concurs obert a tothom! Un acte presentat per Quelcom i amb premi final.

18 h - Taller de cubs de Rubik: Vine al nostre estand del Cub i aprèn a fer cubs de Rubik!

19 h - Actuació de Quelcom: Actuació dels humoristes del país Ivan Lira i Miki Legendario sobre l'Acord d'associació amb la UE.

El futur és teu: Què vols ser de gran? Decideix-ho i el Cub t'ho mostrarà!

Estand 12 - Assegur

D'11 a 14 h - Pintacares per a nens: Els més petits de casa podran

transformar-se en els seus personatges preferits amb els nostres pintacares. Diversió garantida!

De 18 a 20 h - Afterwork: Desconnecta a l'estand d'Assegur amb el nostre Afterwork! Comparteix les teves inquietuds, et resolrem qualsevol dubte i et permetrà connectar amb el nostre equip en un ambient relaxat mentre gaudeixes d'una copa.

Estand 18 - Empreses de Valls i l'Alt Camp

Veniu al nostre estand per conèixer de primera mà les empreses, els productes i els serveis que us poden oferir les empreses de Valls i l'Alt Camp. El nostre equip està a la vostra disposició per donar-vos més detalls dels productes i serveis que us poden oferir les nostres empreses. No t'ho perdís i coneix amb més detall l'àrea de Valls i l'Alt Camp.

Estand 19 - Visita Valls 'Calçots castells cultura'

Valls, ciutat coneguda arreu del món per ser la ciutat origen de la calçotada i dels castells, amb importants atractius culturals, tradicionals i gastronòmics, a pocs quilòmetres de la Costa Daurada i la Ruta del Cister. I que ara llueix amb més esplendor gràcies al seu MUSEU CASTELLER DE CATALUNYA.

ENVELAT PRODUCTES AGRÍCOLES I ARTESANS D'ANDORRA - RAMADERS D'ANDORRA

A les 10 h, a les 12 h, a les 16 h i a les 18 h

Taller teatralitzat infantil "L'Aventura Ramadera": Els nens i nenes de 6 a 10 anys podran descobrir i endinsar-se en el món de la ramaderia d'Andorra a través d'un taller teatralitzat on coneixeran el dia a dia de la vida dels ramaders i veuran les particularitats de la vaca Bruna, la raça autòctona del país. Inscripcions: www.ramadersandorra.ad

ESPAYS EXTERIORS

Zona de descans

Cafè la Brasileira

Torrefactors de cafè des de 1947 a Andorra. Tres generacions immerses en el món del cafè que han anat evolucionant al llarg dels anys fins a arribar avui dia, on apostem per la tecnologia i la innovació en un sector on la tradi-

ció pesa més. Sala d'exposicions del Govern

12 h i 17 h - Visita guiada de l'exposició de surrealisme Pop i Art Lowbrown.

Espai 124 - Banders d'Andorra

11.30 a 12.30 h i 16 a 18 h - Tir amb l'arma d'aire comprimit de teleanestèsia. Activitat per infants d'entre 8 i 14 anys.

Espai 127 - Cafè la Brasileira

Torrefactors de cafè des de 1947 a Andorra. Tres generacions immerses en el món del cafè que han anat evolucionant al llarg dels anys fins arribar a dia d'avui, on apostem per la tecnologia i la innovació en un sector on la tradició pesa més.

Espai 136 - Inflable Casteller de Valls

D'11 a 13 h i de 17 a 19 h

VisitaValls i el Museu Casteller de Catalunya han arribat a la Fira d'Andorra la Vella 2024, per donar a conèixer la riquesa cultural i les tradicions de la ciutat de Valls, amb un inflable casteller. Us convidem a enfilar-vos fins a tocar el cel des de l'inflable del Museu Casteller de Catalunya.

Espai 138 - IQOS GAME CHANGERS

T'esperem amb moltes sorpreses i experiències exclusives que no et deixaran indiferent. Grava el teu dispositiu, participa en un sorteig i gaudeix d'un bar molt especial. Vine a descobrir què és ser un autèntic GAME CHANGER.

12.30 h i 19 h - Show de cocteleria: Aforament limitat, per ordre d'arribada, exclusiu per a usuaris d'IQOS o fumadors adults/ consumidors de productes amb nicotina. Aquest espai està reservat per a majors de 18 anys.

Espai 140 - Mapesa OCR Training De 10 a 14 h i de 16 a 19 h

L'entrenament OCR és una activitat física que combina força, resistència, agilitat i, sobretot, diversió i està dissenyat per a tots els públics. El preu d'entrada (1 €) i de les competicions (3 €), es destinarà a una causa benèfica. Us esperem per gaudir i per ajudar junts a una causa solidària!

Espai 141 - NAMI, Associació Protectora de Gossos

17.30 h - Vine a conèixer els nostres gossos en adopció. Necessiten una llar i sentir-se estimats. No t'ho pensis més!

11 h i 16 h - Vine amb el teu gos

i aprèn com jugar amb ells. Gaudiràs de tallers i jocs amb el teu millor amic.

Espai 142 - Naturland

L'Airtrekkids és una estructura en alçada per a petits aventurers que es divertiran equipats amb un arnès, passant per diferents passarel·les, un mur d'escalada i molt més! Activitat per a nens d'entre 1 i 1,30 metres d'alçada.

Espai 143 - RENT WELLNESS/ LIQUID HOUSE

Vine a conèixer els nostres productes wellness com els hot tubs, les banyeres spa, flotariums, etc.

ESCENARI - FIRA D'ASSOCIACIONS

18.30 h Actuació musical Banda de l'Institut de Música d'Andorra la Vella

11 h Salutació al sol amb meditació, consciència de cos, emoció i llenguatge

Associació de Coaching Ontològic, Meditació i Viure - ACOMVIU

12 h Danses tradicionals

Esbart Dansaire d'Andorra la Vella

13 h Al Toque - Rock argentí

Associació Argentinos en Andorra

15 h Exhibició de Boxa

Club Esportiu Club Boxa Serradells

15.30 h Exhibició de gimnàstica i

teatre corporal Origami - Club

Vale Oro

Associació Cultural de Russoparlants

15.50 h Exhibició de Hip Hop - Es-

cola de dansa urbana CEADF

Encamp

Club Esportiu Andorrà de Dan-

sa i Fitness

16.20 h Taller i ballada de sardanes

Agrupació Sardanista Andorrana

17 h Actuació Escola de Teatre Mu-

sical Broadway

Associació de Trasplantats i Do-

nants d'Andorra - ATIDA

17.30 h Actuació bastoners lau-

redians

Esbart Laurèdia de Sant Julià de

Lòria

18 h Mostra de folklore portuguès

Grup Folklòric de l'Alto Minho a

Andorra

18.40 h Taller i exhibició de danses

colombianes

Associació de Colombians

d'Andorra

19 h Cants i balls tradicionals del

nord de Portugal

Grup de Folklore Casa de Portugal

AGENDA D'ACTIVITATS

DIUMENGE 27 D'OCTUBRE

RECINTE FIRAL

Estand 1 - Comú d'Andorra la Vella

Tens alguna pregunta a fer-nos del Comú o d'Andorra la Vella? Apropa't al nostre estand i demana-li a la Laura, la nostra IA ho sap tot!

Durant el dia, a l'espai Àgora 3.0 hi haurà xerrades de diversos temes. Consulta el programa a andorralavella.ad i al llibret de la Fira.

Estand 3 - MYANDBANK

D'11 a 13 h i de 16.30 a 20 h

#RepteMyandbank

Posa a prova la teva resistència amb aquest repte de superació i aconsegueix el teu premi! Activitat per a majors de 12 anys.

19 h - Sorteig presencial d'un Iphone 15 entre tots els clients de Myandbank que visitin l'estand i dipositin la seva butlleta a l'urna.

Sorteig per a majors de 18 anys.

Estand 5 - FEDA

El teu Univers transforma. Revertir els efectes que el canvi climàtic pot tenir sobre Andorra i la resta del planeta és una missió de tothom. Apostar per les energies renovables i assolir la neutralitat en carboni són alguns dels reptes que ens hem fixat en el grup

FEDA. Que no saps com hi pots contribuir? Vine a veure'ns!

Estand 6 - Uniò Europea

Descobreix el cub interactiu que amb intel·ligència artificial i altres tecnologies ofereix tota la informació sobre l'Acord d'associació entre Andorra i la UE... Perquè, Estem d'Acord, tenir tota la informació és important per decidir!

11.30 i 17.30 h - El TestAcord:

Posa a prova els teus coneixements sobre l'Acord en un concurs obert a tothom! Un acte presentat per Quelcom i amb premi final.

12 i 18 h - Taller de cubs de Rubik: Vine al nostre estand del Cub i aprèn a fer cubs de Rubik!

19 h - Actuació de Quelcom: Actuació dels humoristes del país Ivan Lira i Miki Legendario sobre l'Acord d'associació amb la UE. El futur és teu: Què vols ser de gran? Decideix-ho i el Cub t'ho mostrarà!

Estand 12 - Assegur

D'11 a 14 h - Pintacares per a nens: Els més petits de casa podran transformar-se en els seus personatges preferits amb els nostres pintacares. Diversió garantida!

De les 16 a 17.30 h - Batalla de robots: Vine a viure les emocionants batalles de robots en directe a la Fira i guanya fins a 300 euros!

Veuràs com els robots s'enfronten en batalles èpiques, on només els més forts i enginyosos sortiran victoriosos. No t'ho pots perdre si tens fins a 18 anys!

Estand 18 - Empreses de Valls i l'Alt Camp

Veniu al nostre estand per conèixer de primera mà les empreses, els productes i els serveis que us poden oferir les empreses de Valls i l'Alt Camp. El nostre equip està a la vostra disposició per donar-vos més detalls dels productes i serveis que us poden oferir les nostres empreses. No t'ho perdís i coneix amb més detall l'àrea de Valls i l'Alt Camp.

Estand 19 - Visita Valls 'Ca-lçots castells cultura' Valls, ciutat coneguda arreu del món per ser la ciutat origen de la calçotada i dels castells, amb importants atractius culturals, tradicionals i gastronòmics, a pocs quilòmetres de la Costa Daurada i la Ruta del Císter. I que ara llueix amb més esplendor gràcies al seu MUSEU CASTELLER DE CATALUNYA.

ENVELAT PRODUCTES AGRÍCOLES I

ARTESANS D'ANDORRA - RAMADERS D'ANDORRA

A les 10 h, a les 12 h, a les 16 h i a les 18 h

Taller teatralitzat infantil

"L'Aventura Ramadera": Els nens i nenes de 6 a 10 anys podran descobrir i endinsar-se en el món de la ramaderia d'Andorra a través d'un taller teatralitzat on coneixeran el dia a dia de la vida dels ramaders i veuran les particularitats de la vaca Bruna, la raça autòctona del país. Inscripcions: www.ramadersandorra.ad

ESPais EXTERIORS

Zona de descans

Cafè la Brasileira

Torrefactors de cafè des de 1947 a Andorra. Tres generacions immerses en el món del cafè que han anat evolucionant al llarg dels anys fins a arribar avui dia, on apostem per la tecnologia i la innovació en un sector on la tradició pesa més.

Sala d'exposicions del Govern

12 h i 17 h - Visita guiada de l'exposició de surrealisme Pop i Art Lowbrown.

Espai 124 - Banders d'Andorra

11.30 a 12.30 h i 16 a 18 h - Tir amb l'arma d'aire comprimit de teleanestèsia
Activitat per infants d'entre 8 i 14 anys.

Espai 129 - Club Caní Pirineus Andorra

12 h i 16 h

Som el Club Caní Pirineus Andorra, el primer i únic club on podràs practicar esport amb el teu gos! Al nostre club podràs aprendre a fer agility, rally d'obediència, mantrailing i molt més!

Vine a la Fira d'Andorra la Vella el diumenge 27 i us farem una petita demostració d'agility!

Espai 138 - IQOS GAME CHANGERS

T'esperem amb moltes sorpreses i experiències exclusives que no et deixaran indiferent. Grava el teu dispositiu, participa en un sorteig i gaudeix d'un bar molt especial.

Vine a descobrir què és ser un autèntic GAME CHANGER.

12.30 h i 18 h - Show de cocteleria: Aforament limitat, per ordre d'arribada, exclusiu per a usuaris d'IQOS o fumadors adults/ consumidors de productes amb nicotina.

Aquest espai està reservat per a majors de 18 anys.

Espai 140 - Mapesa OCR Training

De 10 a 14 h i de 16 a 19 h

L'entrenament OCR és una activitat física que combina força, resistència, agilitat i, sobretot, diversió i està dissenyat per a tots els públics.

El preu d'entrada (1€) i de les competicions (3€), es destinarà a una causa benèfica.

Us esperem per gaudir i per aju-

dar junts a una causa solidària!

Espai 141- NAMI, Associació Protectora de Gossos

17.30 h - Vine a conèixer els nostres gossos en adopció. Necessiten una llar i sentir-se estimats. No t'ho pensis més i coneix-los!

11 h i 16 h - Vine amb el teu gos i aprèn com jugar amb ells. Gaudiràs de tallers i jocs amb el teu millor amic.

Espai 142 - Naturland

L'Airtrekkids és una estructura en alçada per a petits aventurers que es divertiran equipats amb un arnés, passant per diferents passarel·les, un mur d'escalada i molt més!

Activitat per a nens d'entre 1 i 1,30 metres d'alçada.

Espai 143 - RENT WELLNESS/ LIQUID HOUSE

Vine a conèixer els nostres productes wellness com els hot tubs, les banyeres spa, flotariums, etc.

ESCENARI - FIRA D'ASSOCIACIONS

18.30 h Actuació musical

Banda de l'Institut de Música d'Andorra la Vella

11 h L'experiència interior de la meditació amb musicoteràpia Associació Vishwa Nirmala Dharma - Sahaja Yoga

12 h Exhibició de gimnàstica rítmica Club Rítmica Serradells

13 h Exhibició de gimnàstica artística Club Artística Serradells

15 h Mostra de folklore argentí Associació Argentinos en Andorra

16 h Cançó espanyola - Francisco Amat Associació Sociocultural Al-Andalus

17 h Taller i exhibició de gipsydance, rumba, bachata i sevillanes Fit Gipsy Dance

18 h Taller i exhibició del ball estil caribeny Associació de Ball Social Estil Caribeny

19 h Celebrem 10 anys d'existència amb la DJ Ciretek Stop Violència

EPIS: LA ROBA LABORAL QUE ENS AJUDA A MINIMITZAR ELS RISCOS A LA FEINA

En l'entorn laboral, la seguretat és un dels aspectes més rellevants per garantir el benestar dels treballadors i evitar accidents o malalties professionals. Un dels elements claus per aconseguir aquest objectiu són els Equips de Protecció Individual (EPIs), que són indispensables en moltes professions. Malgrat això, no es tracta només d'utilitzar qualsevol EPI, sinó de seleccionar el més adequat per a cada tipus de feina.

Els EPIs no són una solució genèrica, sinó que han de ser específiques segons les necessitats i riscos de cada ocupació. Per exemple, un treballador de la construcció requerirà un casc, guants resistent i sabates de seguretat, mentre que un professional sanitari necessitarà roba esterilitzada, mascaretes i ulleres de protecció. L'objectiu final és sempre el mateix: minimitzar l'exposició als riscos que comporta el treball, sigui físic, químics, biològics o mecànics.

Una mala elecció d'aquestes pot comportar greus conseqüències, si no són adequats, poden no protegir de forma efectiva i augmentar el risc d'accidents o problemes de salut. Això pot provocar lesions o malalties laborals que es podrien haver evi-



**LA SEGURETAT
ÉS UN DELS
ASPECTES MÉS
RELLEVANTS PER
GARANTIR EL
BENESTAR DELS
TREBALLADORS
I EVITAR
ACCIDENTS
O MALALTIES
PROFESSIONALS**

tat amb una correcta protecció. A més, és crucial que els EPIs s'ajustin correctament al cos, siguin còmodes i estiguin en bon estat de manteniment, ja que si el treballador no se sent còmode o segur, és probable que no utilitzi l'equip de protecció de forma adequada.

També cal tenir en compte que, més enllà dels riscos evidents, hi ha altres factors a considerar a l'hora de triar l'uniforme laboral. La comoditat i la mobilitat són essencials, ja que un treballador que

se sent limitat o incòmode pot veure afectada la seva productivitat. Per això, a més de la protecció, s'ha de buscar un equilibri entre seguretat i ergonomia.

Finalment, la formació dels treballadors sobre l'ús correcte dels EPIs és fonamental. No només és important saber quins equips utilitzar, sinó també com fer-ho correctament i com mantenir-los en bon estat. Amb una bona formació, es redueixen les possibilitats d'errors humans que puguin posar en perill la salut o la vida del personal. <

PUBLICITAT

DESCOBREIX NATUR PAPER I TOT LO QUE POT OFERIR-TE

Des del 2007, Natur Papers s'ha consolidat com a referent en la distribució de papereria, material d'oficina, joguines, llibres escolars i serveis d'impressió a tot el Principat. Tant per a empreses com per a particulars, oferim una àmplia gamma de productes i serveis dissenyats per cobrir totes les teves necessitats.

A la nostra botiga de Sant Julià, trobaràs serveis com impressió, enquadernació, plastificació i serigrafia. També comptem amb un extens catàleg de consumibles, paper d'oficina, embalatge, mobiliari, manualitats, màquines d'oficina i informàtica, amb servei de distribució a l'engròs a tot el país.

Si necessites material escolar, tenim tot el que busques: llibres,



motxilles, agendes, calendaris, llibretes i complements. A més, oferim un servei complet de copisteria per fer-te la vida més fàcil.

A Natur Paper també proporcionem solucions a institucions públiques i priva-

des de tot el país. Ara, amb el nostre servei de WhatsApp Business (+376 844 620), pots gestionar comandes i consultes de manera ràpida i eficient.

Natur Paper, sempre amb tu per cobrir totes les teves necessitats!

PUBLICITAT



- | | |
|---------------------|-----------------------------|
| Consumibles | Material de papereria |
| Impressió òfset | Impressió sobres / Targetes |
| Etiquetatge | Segell automàtic / manual |
| Serigrafia | Formularis paper continu |
| Paper de regal | Calendaris / Agendes |
| Mobiliari d'oficina | Bossa plàstic per a comerç |
| Film extensible | Bossa paper per a comerç |
| Enquadernacions | Bossa de paper per a pa |
| Rotllo registradora | Cinta adhesiva |
| Plastificacions | Caixa de cartró ondulada |

Av. Verge de Canòlich, 76
Edifici Major . Baixos local 1
AD600 Sant Julià de Lòria
Principat d'Andorra
Tel. +376 844 640
naturpaper@andorra.ad
WhatsApp Business.
Comandes i Consultes
Tel. +376 844 620

ELS EPI, CLAU PER A LA SEGURETAT LABORAL EN TEMPS DE RISCOS CREIXENTS



Els Equips de Protecció Individual (EPI) són una eina fonamental per garantir la seguretat i salut dels treballadors en una àmplia varietat de sectors laborals, especialment en aquells considerats de risc, com la construcció, la indústria química, la sanitat i l'energia. Aquests equips tenen la funció de protegir els usuaris de perills que poden causar lesions o malalties, ja siguin de naturalesa física, química o biològica. En els últims anys, el seu ús s'ha generalitzat i perfeccionat, especialment arran de la pandèmia de la COVID-19, la qual ha fet més evident la importància d'una protecció eficaç. A continuació, es detallen els grups més importants i actuals d'EPI:

1. Protecció respiratòria

Els equips de protecció respiratòria són essencials per evitar la inhalació de substàncies perilloses, com gasos tòxics, pols, fums, vapors o agents biològics nocius. Els respiradors i les màscares autofiltrants (FFP1, FFP2, FFP3) han estat

àmpliament utilitzats en sectors com la construcció i, més recentment, en l'àmbit sanitari durant la pandèmia. Les màscares FFP2 i FFP3 ofereixen una protecció molt alta contra aerosols i són utilitzades especialment per treballadors exposats a riscos biològics.

2. Protecció ocular i facial

La protecció dels ulls i la cara és imprescindible en activitats on hi ha risc d'exposició a partícules voladores, llums intenses, radiació o productes químics. Ulleres de seguretat, pantalles facials i màscares facials integrals són alguns dels EPI més utilitzats en indústries com la metal·lúrgica, la fusteria, la sanitat i la soldadura. Aquests equips han evolucionat tecnològicament per millorar la comoditat i visibilitat, augmentant la protecció sense sacrificar la funcionalitat.

3. Protecció auditiva

Els equips de protecció auditiva són imprescindibles en llocs de treball

amb alts nivells de soroll, com en la construcció, la indústria manufacturera o en l'aviació. Els taponers per les orelles, orelles i cascos antisoroll són els dispositius més habituals. Aquests equips es dissenyen per reduir el soroll fins a nivells segurs, evitant la pèrdua auditiva induïda pel soroll prolongat o sobtat.

4. Protecció del cap

Els cascos de seguretat són indispensables en la construcció i altres sectors industrials on hi ha risc de caiguda d'objectes. Aquests cascos es dissenyen per absorbir impactes i protegir el crani de lesions greus. Existeixen també variants per a la protecció contra electricitat o altes temperatures, ampliant la seva aplicabilitat a sectors específics com l'energia i la indústria química.

5. Protecció del cos

La protecció del cos inclou una varietat d'equips, com roba de protecció resistent al foc, a productes químics o a temperatures extremes. Els monos i granotes ignífugues, per exemple, són utilitzats habitualment per bombers o treballadors de refineries. A més, la roba d'alta visibilitat s'utilitza en sectors com la construcció i la logística per garantir que els treballadors siguin visibles en condicions de poca llum o en entorns amb trànsit pesat de maquinària.

En conclusió, els EPI són una peça clau per a la seguretat en el treball, i la seva correcta implementació no només protegeix els treballadors, sinó que també contribueix a una major eficiència i qualitat en els entorns laborals. La protecció individual és, avui en dia, un requisit innegociable en qualsevol indústria que vulgui garantir el benestar dels seus treballadors i complir amb les normatives vigents. <

CBD: REMEI NATURAL PER A L'ANSIETAT, EL DOLOR I ALTRES TRASTORNS COMUNS

El consum de CBD ha guanyat popularitat en els darrers anys gràcies als seus potencials beneficis per a la salut. Aquest, també conegut com a cannabidiol, és un compost que es troba en la planta del cànem i que, a diferència del THC, no té efectes psicoactius. Això vol dir que no genera sensació d'eufòria o col·locada, fet que el fa atractiu per a aquells que busquen els beneficis terapèutics de la planta sense els efectes secundaris associats al consum de marihuana.

Un dels avantatges més des-

tacats del CBD és el seu potencial per alleujar el dolor crònic. Moltes persones que pateixen condicions com l'artritis, les migranyes o les lesions esportives troben alleujament mitjançant l'ús d'oli de CBD o altres productes derivats. A més, s'ha investigat el seu ús en el tractament de l'ansietat i l'estrès, ja que pot ajudar a relaxar la ment i el cos sense els efectes sedants d'altres fàrmacs.

També pot tenir efectes positius en la qualitat del son. Les persones que tenen insomni o altres trastorns del son poden trobar millores gràcies

a la capacitat del cannabidiol per reduir l'ansietat i promoure un estat de calma. Aquest fet ha estat especialment rellevant per a aquells que busquen alternatives naturals als medicaments tradicionals per dormir.

Tot i aquests avantatges, és important tenir en compte alguns inconvenients. Encara que el CBD és generalment considerat segur, algunes persones poden experimentar efectes secundaris com fatiga, canvis en l'apetit o diarrea. A més, cal destacar que la seva regulació al país està regulada en productes de cosmètica, cremes i olis amb un percentatge màxim del 33%, per la qual cosa és essencial comprar-lo de fonts fiables.

Tot i això, com amb qualsevol suplement o producte terapèutic, és important estar informat sobre els possibles efectes secundaris i adquirir el producte de manera segura. Amb un ús adequat i responsable, el CBD pot ser una eina útil per a millorar la qualitat de vida de moltes persones. ◀

URCOSA

Des del 1971

ESPECIALISTES EN LA CONSTRUCCIÓ I EL DESENVOLUPAMENT
DE PROJECTES DINS DE L'ÀMBIT DE L'EDIFICACIÓ.
TÈCNIC CONSULTOR CERTIFICAT EN PASSIVE HOUSE

C. dels Barres 21, Santa Coloma, Andorra la Vella · T. 720 975 · urcosa@urcosa.ad

www.urcosa.ad



CONSELLS PRÀCTICS PER A UNA TARDOR ENRIQUIDORA

La tardor aporta un dels millors moments per preparar casa nostra per a una època de fred i d'estar més temps a la llar, acompanyat dels que més estimem. Un període que tots ho noten, ja sigui la nostra mare, la nostra parella o la nostra mascota: l'octubre brinda una atmosfera de calma inexplicable. Més temps per llegir, jugar a la consola o gaudir d'una bona tassa de te són algunes de les accions que més repetirem aquests dies, on la manta és indispensable i la família s'uneix més que mai.

En aquest context, cada activitat que realitzem amb els nostres familiars ens ajudarà a millorar els vincles i el sentiment de pertinença generacional. Jugar a cartes, mirar una pel·lícula junts o dur a terme més activitats a l'exterior amb ells és fonamental per conduir i millorar la salut familiar, la qual en aquesta època de l'any, troba

un dels seus punts més àlgids. Una de les filosofies o tendències més interessants que existeixen per tenir una tardor acollidora i relaxada és crear un ambient més 'hygge', volent dir decorar la llar perquè estiguem "més feliços i a gustos amb ella".

La idea principal que recull aquesta disciplina és trobar un equilibri entre la simplicitat i la calidesa. Per aconseguir això, no és necessari dur a terme una gran reforma o invertir una gran quantitat de diners en un projecte nou; simplement hem de parlar atenció als petits detalls, que són els que marquen la diferència a curt i a llarg termini. Amb el fred s'aconsella preparar cada dia un bon sopar o dinar i aplegar una taula que no convidi a encendre la televisió mentre es menja, ja que del contrari, no es fomenten els lligams i les conversacions familiars.

D'aquesta forma, incorporar rutines diàries que promoguin la cal-

ma i el benestar ens ajudarà a desconnectar de l'estrès laboral i gaudir d'uns pensaments més agradables i de connectar amb els que més importen. Per estimular la convivència i el benestar de la nostra ment, resulta molt útil dur a terme alguns consells que fomenta la tendència 'hygge', com ara emprar llampares de llum suau o càlides, que són les que presenten una tonalitat taronja. Decorar el saló afegint unes mantes o coixins suaus convidarà a un descans més profund i a passar més temps en família.

Per acabar, una decoració més ambientada en la tardor també crea una sensació més acollidora i propera, com afegir unes fulles seques, pinyes o carabasses. Una activitat que, a banda, és perfecta per involucrar als més petits en la seva recollida i que proporcionarà tenir part de l'exterior a la casa fins en els dies més freds. <

***INCREMENTEM LES SEVES VENDES. Publicacions i vídeos per a totes les xarxes socials:**
info@app-shop.fr



- **Gestió activa de les xarxes socials amb un increment considerable de visites al perfil (No es tracta només de quants «likes» tenim, si no de quanta gent ens veu)**
- **Preparació, edició i traducció dels menús de Nadal, Cap d'Any i tot el relacionat amb sopars d'empresa. Publicacions per desitjar bones festes, feliç any nou, etc.**
- **Visita a l'empresa i creació de material gràfic - Fotos i Vídeos- per compartir a les seves xarxes i a les nostres xarxes socials. Tenim més de 90.000 seguidors.**
- **Oblidis de treballar amb persones que l'únic que fan és publicar a Instagram. Hem d'estar a LinkedIn, Pinterest, Facebook, Foursquare, Tripadvisor, Google Maps ...**
- **Instagram només ofereix les publicacions al 10 % de seguidors, hem de treballar totes les xarxes socials.**
- **Quan parlem de màrqueting digital no ens referim només a Instagram molta gent creu que Instagram és el més important i no és així. Hem de treballar ALTRES XARXES SOCIALS. Els BLOGS i les WEBS són imprescindibles.**

<https://marketing-de-contenidos.com/>
<https://blackfridayandorra.com/>

TREBALLEM EN LÍNIA (ONLINE)



+33 786 56 89 01 - +376 360 387

CARRER JULI GARRETA, 27 CASA - 08181 SENTMENAT NIF 39145512H

LA IMPORTÀNCIA DE CUIDAR-SE LA PELL A LA TARDOR: PROTEGEIX-LA DEL FRED

Durant la tardor, la pell tendeix a perdre la humitat acumulada durant els mesos d'estiu. A més, les baixes temperatures i els canvis climàtics abruptes poden debilitar la barrera protectora de la pell, fent-la més susceptible a danys externs. Això pot desencadenar problemes com sequedat, vermellor o fins i tot l'aparició de petites esquerdes en les zones més sensibles. Mantenir una rutina de cura adequada ajuda a restaurar i mantenir l'equilibri hídric de la pell, promovent la regeneració i evitant l'envelliment.

Per poder portar a terme una bona rutina facial és important fer-ne ús de productes recomanats per a professionals, i assegurar-te de que aquests productes són específics per a la teva pell. És important saber que existeixen tipus de pell grassa, seca o mixta i que molts dels productes que es troben al mercat s'adapten a les necessitats de cada una, és per això que les marques comercialitzen un mateix producte amb diferents opcions.

Habitualment, el que recomanen els experts és que se'n faci ús d'un netejador facial, tònic, sèrum i sobretot protector solar, tot i que en aquesta època de l'any sembli que el sol no té tanta força, els rajos UV continuen impactant a la nostra pell. En aquestes recomanacions també s'hi troben les que es fan en relació amb els llavis, una part del cos que moltes vegades és descuidada, però que necessita molta hidratació i protecció solar.

Finalment, el fred és un dels altres fenòmens que arriba amb la tardor, i que moltes persones no en tenen compte. Quan parlem de la protecció contra el fred, és important hidratar la pell amb més freqüència i evitar dutxes molt calentes, ja que aquestes poden augmentar la sequedat. Una altra recomanació és fer servir humidificadors a casa per mantenir els nivells d'humitat adequats en els espais interiors i prevenir la deshidratació de la pell. <





Av. Carlemany, 80 - Apt. 411
AD700 ESCALDES-ENGORDANY
(Principat d'Andorra)
T. (+376) 862 882
E. direccio@mfgestio.com

LA NATURA, EL CONFORT I LA CURA PEL MEDI AMBIENT CENTREN ELS DISSENYS D'INTERIOR



EL MINIMALISME ORGÀNIC AGAFA FORÇA DINS DE L'INTERIORISME, INSTAURANT-SE AMB FORÇA EL PENSAMENT QUE MENYS ÉS MÉS

D'altra banda, podem observar com el minimalisme orgànic agafa força dins de l'interiorisme, instaurant-se amb força el pensament que menys és més. Seguint la mateixa filosofia que la tendència anterior, aquest minimalisme vol donar protagonisme als materials, a més de la llum natural.

A aquestes tendències s'ha d'afegir la integració de la tecnologia i mecanismes automatitzats com la domòtica per donar un toc acollidor i natural. Tot i haver vist pel·lícules i sèries on les tecnologies agafa un protagonisme a les llars amb un estil més futurista, el que podem observar és que aquests sistemes tecnològics com la il·luminació intel·ligent o els electrodomèstics connectats es poden fusionar amb el disseny natural i orgànic de les tendències que arriben a les llars per crear espais estètics, càlids i funcionals.

La temporada 2024-2025 arriba carregada de novetats en interiorisme, amb un retorn cap a materials naturals, dissenys minimalistes i una forta inclinació per la sostenibilitat. Aquestes tendències, que s'han vist en esdeveniments internacionals o els informes d'interiorisme globals, ara arriben amb força al nostre territori, adaptant-se perfectament a les necessitats i el clima d'Andorra.

La tendència dominant d'aquesta temporada és la del retorn als

materials orgànics, començant per la fusta massissa fins al cotó o el lli. La combinació d'aquests materials ajuden a la creació d'espais serens i la sensació de benestar. Tot i ser la tendència d'interiorisme d'aquesta pròxima temporada, moltes de les llars del Principat llueixen aquest tipus de decoració on els tons càlids de la fusta natural amb la combinació de les línies simples dels diferents mobles aporten equilibri a moltes de les construccions andorranes, convertint-se en un refugi de pau dels residents.

LA TENDÈNCIA DOMINANT D'AQUESTA TEMPORADA ÉS LA DEL RETORN ALS MATERIALS ORGÀNICS, COMENÇANT PER LA FUSTA MASSISSA FINS AL COTÓ O EL LLI

COMPANYIA INTERNACIONAL DEL BRILLANT



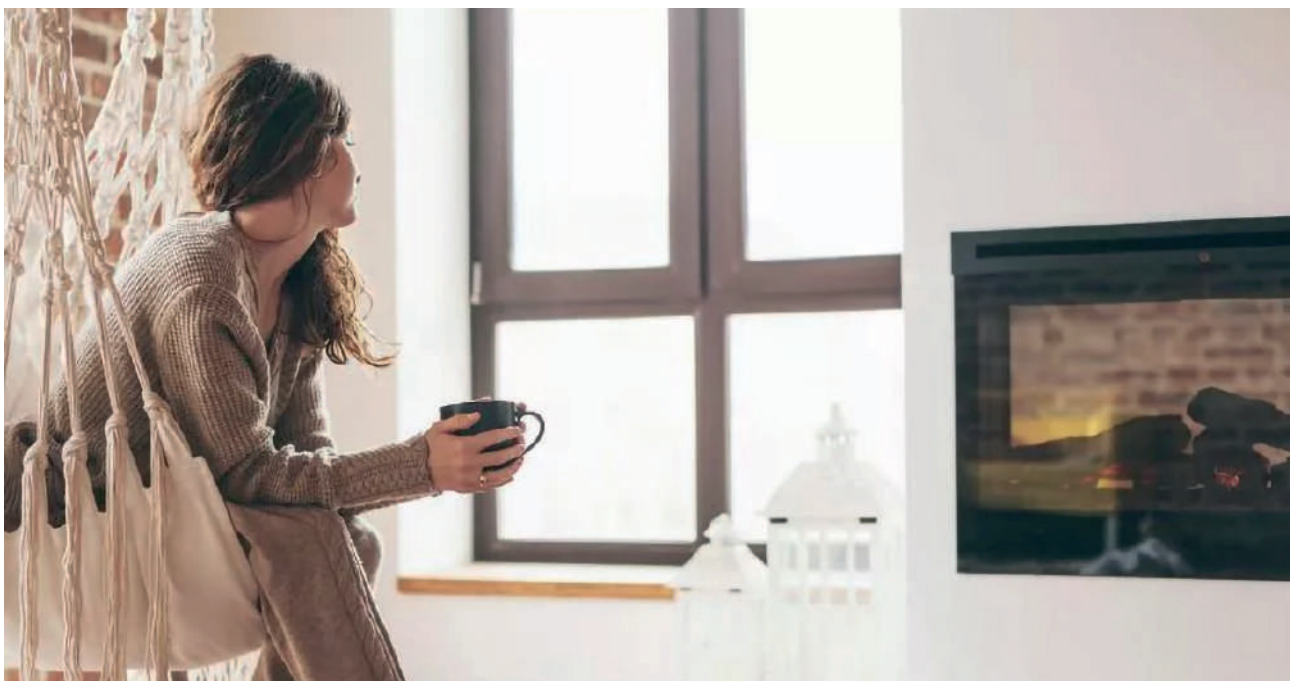
*Únic despatx d'Andorra especialitzat exclusivament
en venda de diamants i or d'inversió*



MANEL CASTILLO

Gemmòleg especialista en diamants. **Membre HRD** (consell sup del diamant) Amberes. Col·legiat núm. 3136 Jorg
Tel.: 00 376 866 157 / 339 382 · email: macscib@gmail.com · Av. Doctor Mitjavila, 17 baixos. **Andorra la Vella**

LA IMPORTÀNCIA DE LES CONDICIONS CLIMÀTIQUES A LES INFRAESTRUCTURES



Un habitatge climatitzat no només millora la qualitat de vida, sinó que també és crucial per la salut, ajudant a prevenir malalties relacionades amb el fred. És per això que amb l'arribada de l'època d'hivern és important conèixer les diferents opcions que tenen les famílies del Principat per poder mantenir les seves llars a una temperatura adequada.

A Andorra, les condicions climàtiques poden ser severes on la neu i el fred intens agafen protagonisme a mesura que la tardor i l'hivern van tenint lloc a les vides dels ciutadans. És per aquest motiu que s'ha de conèixer quines són les temperatures interiors que s'han de tenir quan a l'exterior aquestes poden caure per sota dels zero graus. Segons els experts, la temperatura òptima en interior per a la salut i el benestar és entre 18 i 21 graus, afavorint d'aquesta manera a una llar confortable.

Per poder climatitzar els habitatges d'Andorra, els veïns tenen diferents opcions com la calefacció central o les xemeneies triant d'aquesta manera la que més s'adapti a les seves necessitats. En el cas d'aquestes últimes, han estat l'opció més antiga que existeix de poder mantenir una llar a una temperatura adequada, però aquestes han anat evolucionant en forma i estil.

Una de les xemeneies que per excel·lència triomfa és la de llenya, una opció popular i tradicional que a zones de muntanya com és Andorra són molt utilitzades pel seu encant rústic i calor intensa. En canvi, una opció més moderna que aporta molta calidesa són les xemeneies de gas, una alternativa eficient i neta. L'altra opció popular són les

ÉS PER AQUEST MOTIU QUE S'HA DE CONÈIXER QUINES SÓN LES TEMPERATURES INTERIORS QUE S'HAN DE TENIR QUAN A L'EXTERIOR AQUESTES PODEN CAURE PER SOTA DELS ZERO GRAUS

xemeneies elèctriques, aquestes aporten una solució fàcil d'instal·lar que no necessita ventilació. Finalment, la xemeneia que més força ha agafat en els últims anys han estat les xemeneies de bioetanol que funcionen amb un combustible renovable i no requereixen sortida de fums. <

SIPCE
Sistemes i Processos de Continuitat Elèctrica, S.L.

Servei tècnic oficial de Socomec i Circutor

socomec
Innovative Power Solutions

Circutor

VMC

IMA

CPT cirprotec

victron energy
SMART ENERGY

Carrer Antic Carrer Major, 17, AD500 Andorra la Vella • +376 822 030 • sipce@sipce.ad

7VEU

completem la teva imatge

retolació · pancartes · lones publicitàries
vinilat de vehicles · estructures portàtils
impressió de gran format · banderoles
photocalls · LED · wrapping

+376 70 70 77
info@7veu.com 7veu.com

LES XEMENEIES PORTÀTILS PODEN SER UNA ALTERNATIVA MODERNA AL SISTEMA DE CALEFACCIÓ TRADICIONAL

LES JOIES INSPIRADES EN AQUESTA ESTACIÓ DE L'ANY FAN REFERÈNCIA A LES DE COLOR AMBRE I DAURAT, LES QUALS EVOQUEN LA PAU I LA NOSTÀLGIA

Les xemeneies portàtils s'han convertit en una alternativa moderna i pràctica als sistemes de calefacció tradicionals. Aquestes no només ofereixen calor, sinó que també aporten un toc decoratiu a qualsevol espai. A diferència de les convencionals, les portàtils no requereixen una instal·lació complexa ni una connexió a un sistema de xemeneia, el que les fa molt més versàtils i fàcils d'utilitzar.

El funcionament d'aquestes és molt senzill. Generalment utilitzen bioetanol com a combustible, un producte renovable i net que no genera fum ni olors desagradables, i que redueix l'impacte ambiental. Això elimina la necessitat de conductes de ventilació, ja que no produeixen fums tòxics ni residus nocius per a la salut. A més, aquest compost químic que s'obté a partir de la fermentació dels sucres d'algunes espècies vegetals és un combustible eficient el qual genera una calor agradable i constant mentre dura la combustió.

Un altre avantatge important és la seva mobilitat. Com que no estan fixades a una paret ni a un sistema de ventilació, les xemeneies portàtils es poden traslladar fàcilment d'una habitació a una altra, segons les necessitats de cada moment. Això permet escalfar espais específics sense la despesa energètica que implica escalfar tota la casa amb sistemes tradicionals de calefacció. També són ideals per a espais exteriors com terrasses o jardins, on poden crear una atmosfera càlida i acollidora durant els mesos més freds.

Pel que fa al disseny, les esmentades xemeneies són una opció decorativa molt atractiva. N'hi ha de diferents

estils, des de models minimalistes fins a dissenys més clàssics, la qual cosa permet integrar-les en qualsevol mena d'interiorisme. En afegit, el fet que no necessitin llenya ni produir cendres fa que siguin una opció neta i fàcil de mantenir, cosa que moltes persones valoren en les seves llars.

GENERALMENT UTILITZEN BIOETANOL COM A COMBUSTIBLE, UN PRODUCTE RENOVABLE I NET QUE NO GENERA FUM NI OLSORS DESAGRADABLES, I QUE REDUEIX L'IMPACTE AMBIENTAL

Tot i els seus nombrosos avantatges, cal tenir en compte que les xemeneies portàtils no substitueixen completament un sistema de calefacció central en habitatges grans i que són més adequades per a espais reduïts o com a complement a altres formes de calefacció. Així mateix, encara que el bioetanol és una font de calor neta i renovable, el seu cost pot ser més elevat que altres combustibles en funció de l'ús que se'n faci. ◀



/ Climatització

Honeywell

**No es veu,
però es nota.**

Termostat Honeywell



LAMPISTERIA



SPA
WELLNESS



CALEFACCIÓ



ENERGIES
RENOVABLES



BANYS



CLIMATITZACIÓ



COL-LECTIVITATS

/ **Jocor**



LA LLENYA QUE HAS D'EVITAR PER A AQUESTA TARDOR PER GAUDIR D'UNA LLAR CÀLIDA I SEGURA

Amb l'arribada de la tardor les xemeneies comencen a encendre's a les llars dels pobles i de moltes ciutats. No és una excepció en el cas d'Andorra. No obstant això, cal entendre que no totes les fustes són aptes ni adients per emprar-se com a llenya, un aspecte que molta gent sol passar per alt. Això es deu al fet que certs tipus de fusta, en cremar-se, emanen uns gasos tòxics que presenten un elevat contingut de resina i que contaminen, al mateix temps, l'aire de casa nostra.

Per tot això, es recomana que aquest octubre fem servir llenya que derivi de fusta natural, seca i sense tractaments per protegir-nos davant de possibles riscos per a la salut i crear una combustió eficient i pro-

gressiva. Amb relació als materials a evitar, es recomana, en primer lloc, no utilitzar fustes tractades o pintades. El motiu és perquè aquestes alliberen en la combustió una sèrie de substàncies tòxiques derivades dels insecticides, pintura o conservants que no són positives ni per a nosaltres ni pel medi ambient.

D'altre costat, tampoc s'hauria d'emprar llenya pertanyent de fustes toves i resinoses; com és el cas del pi, l'avet o el xiprer, ja que aquestes contenen grans nivells de resina, el que deriva en una àmplia fumada i la creosota s'emmagatzema en la xemeneia, que pot generar un risc d'incendi. Altres fustes a evitar serien les que són tòxiques naturalment, com l'eucaliptus o les fustes tropicals (que es prenen amb facilitat i deixen com-

postos irritants) o la fusta humida o verda, la qual no és adequada atès al seu nivell d'humitat, el que provoca menor calor i més contaminació pel fum.

La pregunta a resoldre és per quin motiu inhalar aquests gasos és tan perjudicial? El que cal saber és que el fum de la llenya barreja diferents tipus de gasos i partícules fines; el que es denomina material particulat. Seria una qüestió sense importància si no fos pel fet que aquestes partícules tenen la capacitat d'endinsar-se profundament als nostres pulmons i, fins i tot, arribar al torrent sanguini. A més inri, entre els problemes de salut als que ens podem afrontar van des de problemes respiratoris, malalties cardiovasculars o irritació nasal i ocular, fins a poder contraure malalties pulmonars o càncer. <

EL CALIBRATGE D'INSTRUMENTS DE MESURA: CLAU PER A LA PRECISIÓ INDUSTRIAL

AQUEST PERMET ASSEGURAR ELS PROCESSOS INDUSTRIALS PRECISOS I DE QUALITAT

El calibratge d'instruments de mesura és un procés fonamental per a la indústria perquè assegura que els equips funcionin correctament i amb la màxima precisió. El procés consisteix a comparar les mesures de l'instrument amb un patró de referència que tingui valors coneguts i verificats, i en cas de detectar-se desviacions es realitzen ajustos per garantir que les mesures siguin fiables.

El calibratge és essencial en sectors com l'automoció, la farmacèutica o l'aeronàutica, on fins i tot petites inexacti-



tuds poden tenir conseqüències greus. A més, aquest procés ha de realitzar-se de manera periòdica, ja que els instruments poden perdre precisió amb l'ús continuat o per l'envelliment dels components.

Un calibratge correcte garanteix que els processos de producció siguin coherents i eficients, reduint el risc d'errors i assegurant la qualitat del producte final. <



**POTENCIANT
LES ENERGIES RENOVABLES**

enGAS

c/ dels Hortals 8 AD400 La Massana Principat d'Andorra engas@engas.net Tel. 738 121



Solucions que estan impulsant el canvi en el món empresarial.

CONTACTA'NS

- +376 80 25 80
- ofijet@ofijet.com
- www.ofijet.com

XARXES SOCIALS

- Ofijet Andorra
- @ofijet_andorra

**EXPERIÈNCIA
CONEIXEMENT
EFICÀCIA**

IMPRESSIÓ

**CONFIANÇA
TECNOLOGIA
INNOVACIÓ**

INFORMÀTICA

**DISSENY
ESPAI
CREATIVITAT**

MOBILIARI

**COMUNICACIÓ
COMPROMÍS
PRESENCIA**

COMERCIAL

**ATENCIÓ
ORGANITZACIÓ
CALIDESA**

BOTIGA

**COMPLICITAT
MOMENTS
EMOCIONS**

REGALS

CENTRAL
CG2 - Nou Vial Estació Servei Terres de l'Obac. Nou 2
AD200 - Encamp.

BOTIGA
Av. de les Nacions Unides, Ed. Prat De Patrona, Bloc A, Local 3
AD700 Escaldes - Engordany.

La nostra empresa té tot això i més.

Saps per què hem escollit la frase:
«Solucions que estan impulsant el canvi en el món
empresarial»?

Perquè Ofijet és més que el món de l'Oficina.

Ofijet és:

Experiència – coneixement – eficàcia – confiança – tecnologia – innovació – disseny –
creativitat – comunicació – compromís – presència – atenció – organització – calidesa –
complicitat – moments – emocions.

Totes aquestes paraules estan sostingudes pels nostres actes i per la forma que hem esta-
blert la nostra unió comercial. Som conscients que estem compromesos a oferir el millor servei
possible i utilitzem cada experiència com una oportunitat per aprendre i millorar constantment.

Durant aquests 23 anys recorreguts, hem fet costat als nostres clients i col·laboradors
perquè considerem que la nostra empresa, es sosté per l'ètica, el compromís, la lleialtat i
el treball en equip.

Avui ens comprometem a continuar pel mateix camí.



100% capital andorrà des de l'any 2001

LA TARDOR ENGRANDEIX LA BELLESA DE LES FLORS: L'ESTACIÓ DE L'ESPLENDOR

Amb la caiguda de les fulles, l'arribada del fred primaveraic i una menor quantitat d'hores de llum natural és el senyal per la que sabem que la tardor ja està aquí. No ens hauria de preocupar la poca llum i color de l'exterior donat que hi ha una sèrie de flors que enlluernen el nostre jardí o pati, fins i tot, els dies més foscos. Amb el canvi d'estació, escollir apropiadament les plantes ens aportarà el seu màxim benestar.

Per això, cal saber que els jardins tardorals lluiran pletòrics amb la selecció adequada d'arbustos aptes de tardor, plantes anuals i perennes per aportar la millor estructura i profunditat al nostre espai natural. D'entre aquests, destacaria, en primer lloc, la viola cornuta i la viola tricolor, unes plantes molt resis-



tents al fred i aptes per integrar-se en qualsevol ambient.

En segon lloc, les cols ornamentals, de tonalitat blanca i morada, molt decoratives i floreixen abans de morir. D'altra

banda, el cyclamen també es proposa com un bulb elegant, però que cal protegir davant les gelades. Finalment, els breços i callunes són uns arbustos molt cridaners per la seva gran floració. <



És fan tota mena de decoració natural i artificial
Cerimònies, Bodes, Comunion, Bateigs.
També per condolences Donem consells per regals
Entrega a domicili

Floristeria Les Roselles • Andorra la Vella
 Av. Dr. Mitjavilla 41-43, Local 2 • Tel: +376 864 590
 Av. Dr. Mitjavilla 32 baixos • Tel: +376 864 520
 Anabela Tel: +376 864 520

L'IMPACTE POSITIU DE LES MASCOTES EN LA VIDA



Tenir una mascota al país pot millorar significativament la qualitat de vida de les persones i influir positivament en l'entorn, doncs el fet de viure envoltats de natura i muntanyes ofereix un espai ideal per gaudir d'activitats a l'aire lliure amb els animals, promovent una vida activa i saludable.

En primer lloc, els beneficis emocionals són innegables. Les mascotes proporcionen companyia i afec-

te, i poden ser un suport emocional crucial, especialment en moments d'estrès. En un país com el nostre, on la població està distribuïda en petites comunitats, els animals també poden ajudar a combatre la sol·ledat, generant vincles afectius forts i ajudant a mantenir una salut mental equilibrada. A més, tenen la capacitat de crear una rutina diària que

aporta estabilitat.

El contacte amb les mascotes també potencia el benestar físic. Passejar un gos, per exemple, no només ofereix moments de connexió amb la natura, sinó que també fomenta l'exercici regular, essencial per mantenir-se actiu i millorar la salut cardiovascular. En afegit, les rutes naturals que ofereix Andorra són ideals per a llargues caminades amb els animals.

Les mascotes també afavoreixen les relacions socials. Quan sortim amb elles, es generen interaccions espontànies amb altres persones, fet que pot afavorir la integració social, especialment per als novinguts, i aquestes connexions humanes contribueixen a la cohesió social del país.

A banda de tot això, el fet de tenir cura d'un animal ens ensenya valors importants com la responsabilitat, la paciència i la dedicació. I en un territori familiar com és el Principat, on es valora el respecte per l'entorn i els altres, aquests valors s'alineen amb la cultura local. <

45a FIRA
D'ANDORRA LA VELLA

www.mapesa.ad
 +376 724 206 | mapesa@mapesa.ad
 Crt. General 2, AD200 - Encamp, Andorra


 LOSBERGER DE BOER
 Projecte liderat.


mapesa
 Amb col.laboració.

bastides • encofrats • transports • seguretat • **esdeveniments** • vestuari laboral

"CAL TROBAR UN EQUILIBRI ENTRE MENT I COS"

ROSER COLL

QUIROMASSATGISTA,
SERENITY RELAXING (ANDORRA)

IRINA
Rybalchenko



El massatge pot tenir efectes diferents en la psicologia de la gent, a causa de les diferències en la manera com cadascun experimenta l'estrès, les emocions i la relaxació. Aquestes diferències sovint estan influenciades per factors culturals, socials i biològics. Els massatges ajuden a reduir els nivells de cortisol, l'hormona de l'estrès, cosa que pot tenir un efecte positiu en l'estat d'ànim i la salut mental. Parlem amb Roser Coll, quiromassatgista d'un bonic espai de calma i benestar a Andorra, Serenity Relaxing, sobre les relacions entre massatge, salut, psicologia i energètica.

—Es diu que els massatges ajuden a tenir un efecte positiu en l'estat d'ànim i la salut mental. Per què és important?

—Els massatges poden contribuir a una millora en la gestió de l'estrès i major comprensió de les vostres

necessitats emocionals i físiques. Comprendre aquestes diferències pot ajudar a personalitzar les sessions de massatge per maximitzar els beneficis de cada persona.

Els massatges poden ajudar les dones a sentir-se més connectades amb els seus cossos, millorant l'autoestima i la imatge corporal. Aquesta connexió física amb el cos pot ser especialment útil en la gestió de l'ansietat i la depressió.

Culturalment, els homes poden ser menys propensos a expressar les seves emocions. El massatge, en proporcionar un espai de relaxació i introspecció, pot ajudar a connectar amb aquestes emocions de manera segura i sense judici.

—És a dir, el massatge té una part important de psicologia i psicoteràpia, oí?

—Rotundament, sí. Per exemple, el massatge holístic és una teràpia

que tracta el cos, la ment i l'esperit com un tot integrat, amb l'objectiu de promoure el benestar general de la persona. Aquest tipus de massatge es basa en la idea que els problemes físics, emocionals i espirituals estan interconnectats, i que el tractament de tots aquests aspectes pot conduir a una millor salut i equilibri intern.

Cada vegada més persones busquen enfocaments integratius que combinen la medicina convencional amb teràpies alternatives.

Per tant, es pot afirmar que el massatge no només té efectes físics sobre el cos, sinó que també influeix en la salut mental i emocional de diverses maneres. La vinculació entre massatge i psicologia, seria la reducció de l'estrès i l'ansietat, millora de l'estat d'ànim, connexió cos i ment, impacte en la salut mental, construcció d'autoestima i promoció de la meditació i plenitud.

CALSINA IMATGES



—Els problemes psicològics es poden identificar per àrees musculars espasmòdiques. Això és molt important per als clients que no són conscients de si mateixos, que no senten el que el seu cos i la seva mentalitat necessiten. Treballa aquests problemes?

—Les àrees musculars espasmòdiques són zones del cos on es produeixen contraccions involuntàries i repetitives dels músculs, conegudes com a espasmes musculars.

Si, treballem aquests problemes, aquests espasmes poden ser dolorosos i sovint es presenten com a resultat de l'estrès, la fatiga, el desequilibri d'electròlits o altres factors. El massatgista ha de parlar amb el pacient per comprendre l'origen del problema (estrès, sobreesforç, mala postura, etc.) i fer una exploració manual per lo-

calitzar les zones afectades. Sovint s'utilitzen estiraments passius per relaxar els músculs espasmòdics i millorar la flexibilitat. També es pot incorporar aromateràpia o calor local, ajuda a augmentar el flux sanguini i preparar els músculs per al tractament.

En casos més greus o crònics, el massatgista pot col·laborar amb altres professionals de la salut, com fisioterapeutes, osteòpates o metges, per proporcionar un tractament complet.

—Com influeix el massatge en l'energia corporal?

—El massatge pot ajudar a desbloquejar canals d'energia obstruïts, facilitant un flux més lliure i equilibrat d'aquesta energia. Ajuden a reduir la tensió muscular i l'estrès acumulat i això contribueix a una sensació general de benestar. Com que el cos es-

tà en un estat de relaxació fa que l'energia flueixi de manera més eficient.

La cultura asiàtica cada cop més introduïda ha desenvolupat una comprensió profunda dels punts d'energia i el flux d'energia en el cos.

—Els romans tenien una cita: "Mens sana in corpore sano". Quina relació tenen ment i cos?

—Una persona que cuida el seu cos a través de l'exercici, una bona alimentació equilibrada, un bon descans, que és conscient del seu cos, tindrà una bona salut mental. Alhora cuidar-lo mitjançant massatges i teràpies i moments de descans pot contribuir a una millor salut mental, ja que aquestes pràctiques ajuden a alleugerir tensions acumulades.

Cal trobar aquest equilibri.

L'abandonament i el maltractament d'animals de companyia, especialment gats i gossos, és una problemàtica que afecta la nostra societat. Tot i els avenços en la conscienciació social sobre el benestar animal, les dades mostren que l'abandonament continua sent un problema vigent, que encara no s'ha aconseguit erradicar, tot i que cada cop hi ha més persones conscienciades.

Les raons més comunes per abandonar un animal són la manca de responsabilitat a l'hora d'assumir les cures que requereix, el desinterès per part dels propietaris i, en alguns casos, la incapacitat econòmica per mantenir-los. Aquests animals, sovint deixats a la seva sort, s'enfronten a una realitat cruel: la fam, les malalties, els accidents o, fins i tot, l'eutanàsia per aquells casos que sobrecarreguen els refugis. Tot això posa en evidència la necessitat urgent d'una educació més profunda i compromesa sobre què significa tenir una mascota i les responsabilitats que comporta.

Adoptar un animal de companyia no és només incorporar un nou membre a la família, sinó també entendre que a partir d'aquell moment et fas càrrec d'un compromís que pot durar més de deu o quinze anys. Aquest compromís implica atendre les seves necessitats bàsiques com l'alimentació, l'atenció veterinària, el passeig diari, així com la seva educació i cura emocional.

Però la responsabilitat no passa només per cobrir les seves necessitats físiques. També inclou prendre decisions conscients i ètiques, com la d'esterilitzar l'animal per evitar la reproducció incontrolada de cadells, que sovint acaben també abandonats. Tot i que hi hagi persones que no confiïn en aquest tipus de pràctiques, en realitat són algunes de les formes més eficients de reduir l'abandonament i controlar la població de gossos i gats.

Una de les accions més efectives per combatre l'abandonament i el maltractament animal és l'adopció responsable. Cada vegada més, la societat està conscienciada d'ajudar a les protectores i associacions animalistes promovent l'adopció com a alternativa a la compra d'animals, on cada cop són més persones les que estan en contra d'aquesta praxi, un negoci que sovint prioritza el benefici econòmic per sobre del benestar de les mascotes. Molts animals ven-



L'ABANDONAMENT I MALTRACTAMENT ANIMAL: UNA REALITAT QUE HEM DE COMBATRE

uts provenen de granges de cria intensiva, on sovint són sotmesos a condicions deplorables, cosa que augmenta el risc de malalties i problemes genètics.

Adoptar un animal significa donar-li una segona oportunitat a un ésser que ha estat abandonat o maltractat, oferint-li una llar estable i protecció. És important destacar que l'adopció no només beneficia l'animal que troba una nova llar, sinó que també allibera espai als refugis perquè puguin acollir altres animals que es trobin al carrer o que hagin estat maltractats o abandonats.

Una relació beneficiosa per a tothom

Tot i les complicacions que poden derivar-se de la tinença d'animals, els beneficis emocionals, psicològics i fins i tot físics d'establir un vincle amb una mascota són innegables. Diferents estudis han demostrat que créixer envoltat d'animals de companyia pot tenir efectes molt positius en el desenvolupament emocional dels infants. Els nens que creixen amb mascotes aprenen valors com la responsabilitat, l'empatia i el

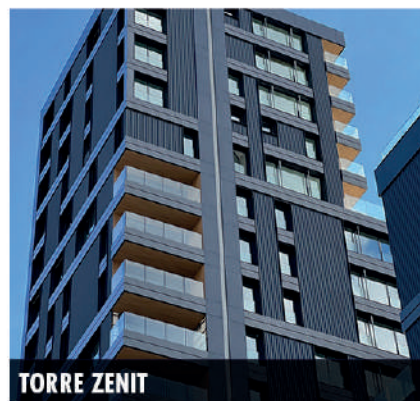
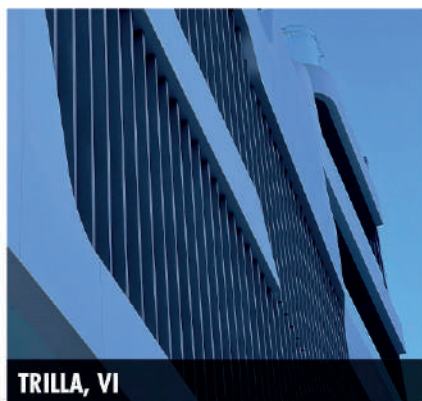
respecte per altres éssers vius. A més, els animals ajuden a reduir l'estrès i la solitud, no només en infants, sinó també en adults i persones grans.

Els gossos, per exemple, fomenten l'activitat física gràcies a la necessitat de sortir a passejar, mentre que els gats ofereixen una companyia tranquil·la que pot ajudar a combatre l'ansietat. D'altra banda, cada cop més són els especialistes de salut mental els que recomanen a diferents pacients a provar teràpies per persones amb discapacitats on estiguin involucrats els animals com poden ser els cavalls.

Adoptar un animal en lloc de comprar-ne és un gest de compassió i de compromís amb una societat més justa i respectuosa. No es tracta només d'evitar l'abandonament, sinó de donar suport a un model de vida que posa el benestar animal per sobre del benefici econòmic. A més, en donar una llar a un animal abandonat, no només és salvar una vida, sinó que també és millorar la nostra pròpia vida, i la de la nostra comunitat. <



Fent país, construïm futur



Més de 30 anys d'experiència a Andorra

Av. d'Enclar, 27, AD500 - Andorra la Vella, Andorra
+376 721 300 - msgrup@msgrup.ad

10 CONSELLS PER VIURE UNA TARDOR 'TRANQUIL·LA' PER A LA NOSTRA BUTXACA



Venim d'un període en què, ja sigui per la guerra que es va iniciar a Ucraïna fa qüestió de dos anys i mig, o bé per l'augment de la inflació que ha apujat els preus a tot arreu, hem hagut de cuidar i vigilar la nostra economia més que mai. Si bé és cert que hi ha hagut alguns petits descensos en els imports, com ara darrerament amb el carburant o en el cas d'alguns aliments concrets com el formatge fresc o la margarina, no hem d'abaixar la guàrdia i menys aquest mes d'octubre, en el qual gestionar adequadament les finances domèstiques pren molta importància per acabar bé el nostre any.

Aquí van 10 consells per invertir el màxim d'estalvis possibles en un període en

què ja de per si hem gastat o gastarem una part d'aquests. El primer d'ells és planificar amb temps la compra que hàgim de realitzar; ja que si ho fem correctament, aconseguirem estalviar bona quantitat de les compres a última hora. Descarregar una aplicació o eina per calcular les despeses i els guanys és realment útil, sumat a escriure en una llista les prioritats per destinar part dels estalvis i marcar objectius concrets ens ajudarà bastant. La segona és guardar una quantitat de diners per imprevistos, atès que és molt fàcil que acabin sorgint petits o mitjanes despeses a mesura que transcorre el mes; com una avaria al cotxe o una visita de la nostra mascota al veterinari.

El tercer consell recau en

controlar les 'microdespeses'; és a dir, no desemborsar més del necessari en petits detalls com el cafè o l'entrepà de cada matí. Evitar i detectar aquest tipus de despeses farà que no ens perjudiqui en la nostra situació econòmi-

APROFITA LES CAMPANYES COMERCIALS PRÒPIES DE LA TARDOR, COM EL FAMÓS 'BLACK FRIDAY'

ca en excés. La quarta recomanació és fer servir les plataformes de descomptes, les quals comparen preus de productes d'un mateix sector i fàcilment en resten la diferència; de manera que es veu quin és el més econòmic i la qualitat dels mateixos amb l'ajuda de les ressenyes dels usuaris.

En cinquè lloc, hem de prendre consciència que en tecnologia, per exemple, comprant un telèfon mòbil d'última generació, se'ns en pot anar molts diners. És per això que el millor és optar per 'smartphones' reconduccionats, ja que el preu divergeix sobre manera. El sisè consell és quan anem a comprar comparar preus, sempre, atès que un mateix producte pot arribar a ser fins a cinc vegades més costós en funció de la botiga o establiment on l'adquirim. El setè és aprofitar les campanyes comercials pròpies de la tardor, com el famós 'Black Friday', i avançar els regals de Nadal també és aconsellable. Tot i que cal anar amb cura de deixar-nos emportar pels descomptes enganyosos.

En vuitè lloc, hem de tenir sempre en compte que l'ús del vehicle particular té un cost: la gasolina. Per això es recomana utilitzar el transport públic (i gratis al nostre país) o bé compartir els viatges. Els dos darrers consells són reutilitzar els productes que puguem i controlar especialment el consum energètic de la llar. <



T. +376 86 22 77 • M. + 376 33 40 72
Av.del Travès, 30 planta Baixa • AD 400 • Andorra
placoil.lusio@hotmail.com

F FERRETERIA PRINCIPAT



EINES ELECTRIQUES · BRICOLATGE · PROTECCIO LABORAL · JARDINERIA · DECORACIO · SEURETAT DE LA LLAR · MAQUINARIA

ANDORRA LA VELLA · ENCAMP · SANT JULIÀ DE LÒRIA

 www.ferreteriaprincipat.com

 +376 742020

 +376 742020

 comercial@ferreteriaprincipat.com

EL SISTEMA FINANCER: UN AMPLI VENTALL DE SERVEIS BANCARIS MODERNS

El sistema financer d'Andorra ha evolucionat de manera constant en els darrers anys, posicionant el país com un centre financer modern i segur al sud d'Europa. Tot i la seva petita dimensió, el Principat ofereix un ampli ventall de serveis bancaris i financers els quals han atret tant residents com inversors internacionals. Aquest sistema s'ha consolidat gràcies a la solidesa i estabilitat de les seves entitats bancàries, que operen amb els més alts estàndards de transparència i seguretat.

Els del territori ofereixen una àmplia gamma de productes i serveis financers, des de comptes corrents i d'estalvi fins a gestió de patrimonis i inversions internacionals. A més, s'han adaptat als canvis tecnològics i ofereixen serveis digitals moderns que permeten als clients gestionar els seus diners amb comoditat i seguretat des de qualsevol part del món. Aquest compromís amb la innovació ha estat clau per posicionar Andorra en el mapa financer internacional, atraient tant particulars com empreses que busquen solucions personalitzades.

Una de les característiques més destacades del sistema bancari del país és la seva seguretat i discreció, un aspecte molt valorat per clients de tot el món, doncs compleixen amb els estàndards internacionals de transparència, incloent l'intercanvi automàtic d'informació fiscal amb altres països. Això ha contribuït a millorar la reputació del sector, tot oferint als clients un entorn financer regulat i de confiança.

D'altra banda, el sistema andorrà ha diversificat els seus serveis per incloure l'assessorament financer, la planificació de pensions i la gestió d'actius, cosa que permet als clients trobar solucions adaptades a les seves necessitats financeres a llarg termini. En afegit, no només operen dins el Principat, sinó que també tenen connexions interna-



LA SEVA FORTALESA RADICA EN L'ESTABILITAT I EN LA CAPACITAT D'OFERIR SERVEIS PERSONALITZATS

cionals que permeten als seus clients accedir als mercats globals amb garanties de seguretat i eficiència.

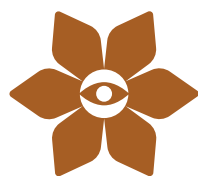
En paral·lel, el territori ofereix un entorn fiscal atractiu per a inversors amb un règim tributari competitiu que ha contribuït a la captació de capitals estrangers. Aquesta situació ha impulsat el creixement del sector bancari, fent que les entitats financeres andorranes esdevinguin un punt de referència per a aquells que busquen optimitzar la seva gestió patrimonial en un entorn estable.

Tot i que l'esmentat sistema financer és petit en comparació amb altres centres financers europeus, la seva fortaleza radica en l'estabilitat i en la capacitat d'oferir serveis personalitzats. A més, les estrictes normatives i regulacions fan que el sector sigui robust i protegit davant possibles riscos financers, un element fonamental en un món cada cop més incert. <

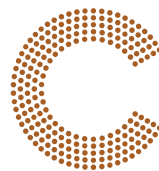


GASTRONOMIA OCI - CASINO

unnicandorra.com



UNNIC
ANDORRA



GRAN CASINO
Andorra

VIU LA NATURA A ANDORRA: RUTES I PAISATGES A LA MASSANA, ORDINO I ENCAMP



Andorra és la destinació perfecta per una escapada de cap de setmana envoltada de natura. Les parròquies de La Massana, Ordino i Encamp ofereixen espais rurals de gran bellesa, ideals per a aquells que busquen desconnectar i gaudir de l'aire de muntanya.

A La Massana, trobem un dels paratges més impressionants del país: el Vallnord-Pal Arinsal, un centre de muntanyisme que a l'estiu es converteix en un paradís per als amants del senderisme i les bicicletes de muntanya. També hi ha rutes com la de Comapedrosa, el cim més alt d'Andorra, perfecte per als més aventurers.

La vall d'Ordino, un altre dels racons destacats, manté el seu encant

autènticament rural. Amb poblets com Llorts i Arans, és l'escenari ideal per als amants de la tranquil·litat i la cultura. A més, l'itinerari del Parc Natural de la Vall de Sorteny ofereix senders de gran bellesa, amb flora i fauna autòctones. Les rutes com el Pic de Casamanya són accessibles i recompensen els visitants amb panoràmiques espectaculars de tot el Principat.

A Encamp, els excursionistes poden explorar camins històrics, com el de Les Pardines, que condueix al Llac d'Engolasters. A més, l'àrea és coneguda per les seves rutes a peu i amb bicicleta, i és un bon punt de partida per a excursions a les valls del Madriu-Perafita-Claror, patrimoni mundial de la UNESCO.

Al Principat, el muntanyisme és

una de les activitats més destacades per als amants de l'aventura. A part de les rutes mencionades, hi ha múltiples opcions per a tots els nivells, des de caminades suaus pels seus frondosos boscos fins a ascensions als cims més exigents. Després d'una jornada d'exploració, la gastronomia local i els acollidors allotjaments rurals són el tancament perfecte per a un cap de setmana de desconnexió total.

Finalment, pots concloure la teva escapada rural fent un passeig per les diferents parròquies com pot ser per la zona comercial d'Andorra la Vella o visitant un dels pobles més macos del país, Aubinyà, situat a la parròquia de Sant Julià de Lòria. O gaudint d'una tarda de SPA a la parròquia d'Escaldes-Engordany. <

MOSTRA GASTRONÒMICA D'ANDORRA I PIRINEUS Ordino / 9-10 nov



9/11 2024

ORDINO GOURMET

Fira de Productors i degustacions
De 10 a 20 h / Prat de Call

GASTROLAB

Demostracions de cuiners emergents
i espai de tast. De 12 a 20 h / Sala La Buna

10/11 2024

ORDINO GOURMET

Fira de Productors i degustacions
De 10 a 17 h / Prat de Call

GASTROLAB

Tallers infantils
D'11 a 13 h / Sala La Buna

MOSTRA GASTRONÒMICA

13.30 h / ACCO

Entrada anticipada:

40 € adult / 20 € de 4-12 anys

Mateix dia:

45 € adult / 25 € de 4-12 anys



Les activitats del Gastrolab tenen un cost de 2 € cadascuna. Reserva de plaça i compra d'entrades de la Mostra gastronòmica i del Gastrolab al web <https://comuordino.4tickets.es>

Amb el suport de:



Patrocina:



Col·labora:



Organitza:





VEGVISIR
CENTRE

**Massatges · Tractaments · Reflexoteràpia podal
Radiofreqüència INDIBA · Microdermoabradió**

En el nostre centre de salut i benestar podràs trobar tot tipus de massatges i tractaments, tant corporals com facials adaptats a tothom que ajudaran a restablir l'equilibri físic, mental i emocional.

Ens trobaràs

+376 377 522 @vegvisircentre

Plaça Coprínceps 6, AD700 Escaldes-Engordany · Principat d'Andorra

PROMOCIÓ FIRA D'ANDORRA
10% de descompte
si ens dius que has vist aquest anunci
Vàlid fins el 15.12.24

VUIT EINES PER MANTENIR A PUNT EL NOSTRE JARDÍ DURANT LA TARDOR



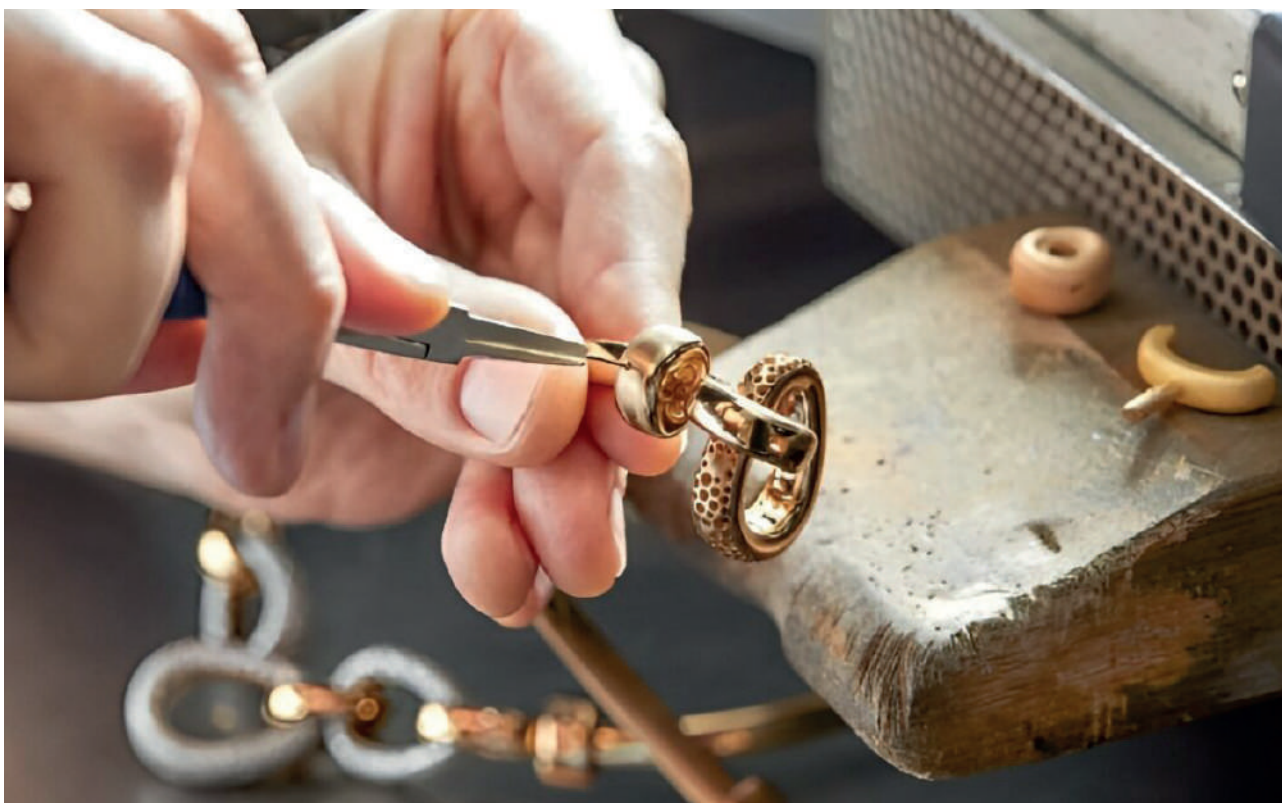
El manteniment del jardí sempre ha estat una tasca important al llarg de l'any, però més encara quan arriben èpoques com la tardor, ja que en

aquest període és quan les plantes estan més vulnerables i han de preparar-se per suportar els canvis de temperatura, com ara el fred. Cuidar i podar-les bé perquè quan arribi la primavera

floreixin en bon estat és crucial i això ho podem fer amb els estris adequats.

La primera eina indispensable són les tisores de poda, per netejar així el jardí i extreure petites branques del terreny. Si parlem d'ordenar, també ens fa falta un rasclat de fulles per apartar del terra les fulles caigudes sense danyar la gespa, al marge d'un carretó per efectuar el transport de la terra o de les mateixes eines, reduint la càrrega física.

Portar uns guants de jardineria ens protegirà les mans per a la poda i la sembra, la pala ens facilitarà la tasca i l'abonament enfortirà el seu creixement. Per últim lloc, ruixar fungicida evitarà danyar els vegetals i una lona permetrà recollir les restes de plantes i organitzar el jardí més ràpidament. <



EL PROCÉS DE FABRICACIÓ: DE LA IDEA INICIAL A LA PEÇA FINAL

LA CREACIÓ D'UNA JOIA REQUEREIX UN PROCÉS ARTESANAL QUE COMBINA CREATIVITAT, TÈCNICA I PRECISIÓ, DES DEL DISSENY FINS ALS ACABATS

La fabricació d'una joia és un procés complex i delicat que passa per diverses etapes fins a convertir-se en una peça única. Tot comença amb una idea o una inspiració, sovint relacionada amb la natura, l'art o els desitjos del client. El primer pas és el disseny, on el/la joier/a es dedica a crear esbossos o models en 3D per visualitzar la forma final de la peça. Aquí és on es defineixen les proporcions, els materials que s'utilitzaran i els detalls estètics que faran de la joia una obra exclusiva.

Un cop aprovat el disseny, el procés de fabricació manual comença amb la selecció dels materials, com l'or, la plata o altres metalls preciosos. A continuació, aquests

es fonen per crear les bases de la peça. Aquesta part del procés implica molta habilitat tècnica, ja que els metalls han de ser treballats amb cura per aconseguir la forma desitjada. El/la joier/a utilitza eines especialitzades per tallar, modelar i soldar les diferents parts que conformaran l'adorn.

Quan la joia està formada, arriba el moment d'incorporar les pedres precioses o els altres elements decoratius, com ara diamants, maragdes o perles. Aquest pas és especialment delicat perquè que les pedres han de ser tallades i col·locades amb extrema precisió per assegurar-se que s'ajustin perfectament a la peça. A més, les pedres sovint són tallades seguint patrons específics per potenciar la seva lluentor i bellesa.

Finalment, la joia passa per un procés de poliment i acabat, on s'elimina qualsevol imperfecció i es dona brillantor. Aquesta fase és crucial per donar-li el seu aspecte final i assegurar-se que estigui llesta per ser portada. Cada detall es revisa acuradament per garantir que l'adorn compleixi amb els estàndards de qualitat més alts. ◀

LES PEDRES PRECIOSES GROGUES CARREGUEN EL REFLEX DE LA TARDOR

LES JOIES INSPIRADES EN AQUESTA ESTACIÓ DE L'ANY FAN REFERÈNCIA A LES DE COLOR AMBRE I DAURAT, LES QUALS EVOQUEN LA PAU I LA NOSTÀLGIA

El color groc és 'per se' un dels més vistosos i extravagants que existeix. En aquesta època de l'any, durant la tardor, ens fascina que la natura cobreixi d'aquesta tonalitat els arbres i les fulles del nostre entorn, sobretot aquí, a les muntanyes dels Pirineus. Es tracta d'uns colors càlids i reconfortants, els quals recorden a la suavitat que veiem reflectida en l'or i l'ambre. Així com cada vegada més les fulles es van posant de color marró i daurat, a les nostres taules de joier prevalen les pedres que recorden aquesta estació. Volent dir aquestes, i sent ara tendència actual, el safir groc, el diamant groc i el citrí.

Començant pel safir groc, considera una de les gemmes més valuoses només per sota del safir blau. La seva composició amb parts de ferro l'atribueix que pugui variar l'aspecte des d'un groc lumínic fins a les tonalitats més intenses, segons la perspectiva. Pel que fa a la tradició, destaca com a pedra sagrada a l'Índia, però també rep un paper important en moltes altres cultures. Tant és així, que a la cultura hindú es creia que el safir groc atreia la riquesa i la fortuna al seu posseïdor, ja que s'emprava com a material en rituals per a la protecció i la prosperitat.

Per la seva banda, el diamant groc tampoc es queda gaire enrere, perquè es tracta d'una de les pedres precioses més exquisides que es poden trobar. D'igual manera que el safir groc, aquest



LA CULTURA HINDÚ ES CREIA QUE EL SAFIR GROC ATREIA LA RIQUESA I LA FORTUNA AL SEU POSSEÏDOR

tipus de diamant també pot variar el seu color segons com se'l miri i depenent de l'exemplar; ja que poden mostrar-se des de groc pàl·lid fins a tonalitats més fosques i intenses, aquestes últimes són especialment valuoses i reben el nom de 'Fancy Vivid'. D'altra banda, i sabent que el tradicional diamant blanc és encara el rei per coronar els matrimonis, el diamant groc està guanyant adeptes també en aquest sentit.

Finalment, aquesta tardor també està de moda un altra pedra preciosa pertanyent a la família dels quarços: el citrí. També denominat com 'el raig del sol etern' per la seva energia positiva i lluminositat. Un altre de les curiositats que presenta aquest material és que a l'antiguitat se la coneixia com la 'pedra dels mercaders', no per comercialitzar-la, sinó per portar-la com a amulet i atraure així l'èxit en els negocis. <

NOVA WEB

COMPRA ONLINE
RECULL A LA BOTIGA

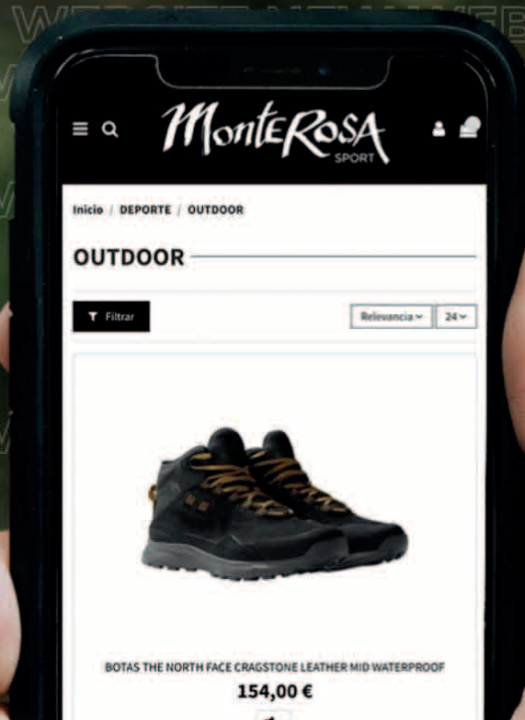
MonTEROSA
SPORT



5 € DE DESCOMPTE* AMB EL CODI: FIRAAND

*En compres online superiors a 100€ valid fins el 30 de novembre

www.monterosasport.com



EVOLUCIÓ DE LA CONSTRUCCIÓ: TORRES I EDIFICACIONS MODERNES

A BANDA DE LES NOVES OBRES RESIDENCIALS, TAMBÉ S'HAN FET MILLORES EN LES INFRAESTRUCTURES

En els darrers anys, el Principat ha viscut una transformació significativa en el seu paisatge impulsada per un creixement constant en el sector de la construcció. Aquesta evolució ha transformat el perfil urbà del país amb la construcció de noves torres, edificis d'alt standing i infraestructures modernes que han aportat dinamisme a l'entorn.

La principal causa d'aquest creixement ha estat l'augment de la demanda immobiliària, tant per part dels residents com dels inversors estrangers. Aquesta ha estat molt creixent i ha provocat l'aparició de noves edificacions en diverses parròquies, especialment a la capital i a Escaldes-Engordany, on el desenvolupament urbanístic ha estat més intens. Els dits projectes inclouen tant habitatges d'alt nivell com oficines i espais comercials, buscant satisfer les necessitats d'una població cada cop més i més diversa.

Aquesta transformació no s'ha limitat només a les zones urbanes més densament poblades, ja que altres parròquies també han estat testimoni de nous plans que respecten l'entorn natural i s'integren harmoniosament en el paisatge. Això és especialment important en



un país com el nostre, on la preservació de l'entorn natural és una prioritat.

A banda de les construccions residencials, s'han fet millores en les infraestructures. Un exemple destacat és la modernització de la xarxa viària, amb la construcció de túnels i noves carreteres per millorar la mobilitat interna i reduir els embussos, especialment durant la temporada turística. Aquestes contribueixen no només a facilitar el transport, sinó també a la sostenibilitat del país, promovent una mobilitat més eficient i respectuosa amb l'entorn.

Tot i els evidents avantatges del creixement en el sector de la construcció, també s'han plantejat alguns reptes i controvèrsies. Una de les preocupacions principals és l'impacte d'aquest

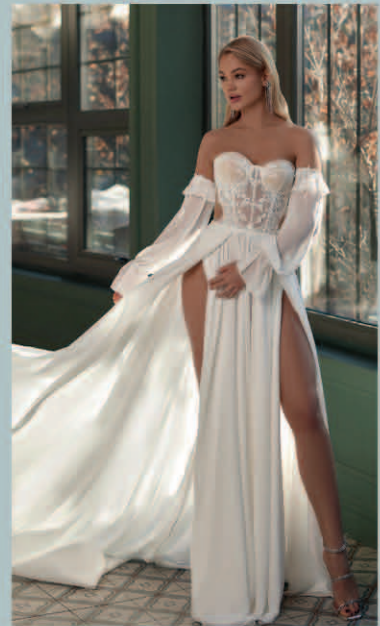
creixement sobre el paisatge tradicional d'Andorra. Alguns sectors de la població consideren que la proliferació de torres i edificis moderns podria alterar la identitat del país, tradicionalment vinculat a construccions més baixes i de materials locals com la pedra i la pissarra, que s'integren millor en el seu entorn natural.

Per altra part, també es plantegen qüestions sobre la sostenibilitat. Tot i els esforços per promoure edificis més eficients energèticament, l'augment de la població i l'ús de recursos naturals pot posar pressió sobre els serveis i infraestructures existents. El creixement urbanístic necessita una gestió acurada per evitar que s'excedeixin els límits sostenibles del país.

Per tal de controlar aquests desafiaments, les autoritats han establert normatives més estrictes per regular el desenvolupament urbanístic. Aquestes inclouen criteris de sostenibilitat que obliguen els nous projectes a complir amb estàndards d'eficiència energètica i respecte pel medi ambient. Així, Andorra busca equilibrar el creixement amb la preservació del seu entorn natural, clau per mantenir l'atractiu turístic i la qualitat de vida que ofereix.

Un altre aspecte destacable és l'atracció d'inversors estrangers gràcies a aquestes noves construccions. El mercat immobiliari ha esdevingut una opció interessant per a inversors que busquen oportunitats en un entorn estable i amb avantatges fiscals, i els nous edificis de luxe reflecteixen aquesta tendència, oferint residències exclusives que combinen confort, seguretat i vistes privilegiades en un país que destaca per la seva tranquil·litat i qualitat de vida. <

LA PRINCIPAL CAUSA DEL CREIXEMENT HA ESTAT L'AUGMENT DE LA DEMANDA IMMOBILIÀRIA, TANT PER PART DELS RESIDENTS COM DELS INVERSOR ESTRANGERS



L'atelier Blanc

Carrer Docteur Nèqui, 12 / AD500 ANDORRA-LA-VELLA / ANDORRA
T. (+376) 863 689 M. latelierblancmr@gmail.com



LES SET TRADICIONS DE TARDOR MÉS IMPRESSIONANTS DEL MÓN

**LA CULTURA OCCIDENTAL HA PORTAT
AMB ELLA FESTIVITATS TAN CONEGUDES
COM HALLOWEEN O L'OKTOBERFEST,
PERÒ LA TARDOR TÉ TAMBÉ ALTRES
COSTUMS INTERESSANTS**

Segurament mai ens hem parat a pensar que Halloween i celebrar el dia dels difunts a Tots Sants no sigui l'únic costum que hi ha al món en aquestes dates. De fet, les festivitats de tardor van des de celebracions a les collites fins a les tradicionals reunions familiars. Per aquest motiu, aquí va un breu repàs de set tradicions tardorals diferents que celebren altres cultures.

La primera és la Nit de les Fogueres, la qual té lloc al Regne Unit i se celebra llançant focs artificials. La segona, el Chuseok coreà, un festí de tres dies per honorar el bon conreu. La tercera és el Dia dels Difunts a Mèxic, el qual se centra en el festeig com a manera de connectar amb els familiars que ja no hi són. La següent és el Diwali hindú, on s'intercanvien regals i es decora la llar amb llums.

La cinquena, el Festival del N'ame de Ghana, un certamen profundament religiós per beneir la bona collita. Les dues últimes són el Festival de la Lluna a la Xina, Japó, Corea, Singapur i Vietnam, per reunir a totes les famílies, i el Dia d'Acció de Gràcies als Estats Units i al Canadà. <



NIT DE LES FOGUERES



DIA DELS DIFUNTS



DIWALI HINDÚ



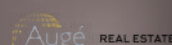
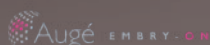
FESTIVAL DE LA LLUNA



UN GRUP, TOTES LES SOLUCIONS. SERVEIS 360° PER IMPULSAR EL TEU ÈXIT.

ADVOCATS CORPORATIUS I FISCALISTES
ADVOCATS EN PROPIETAT INTEL.LECTUAL
ASSISTÈNCIA COMPLETA BANCÀRIA I COMPLIANCE
ASSESSORAMENT IMMOBILIARI INTEGRAL
SERVEIS DE REUBICACIÓ

ASSESSORAMENT JURIDIC INTEGRAL
PLANIFICACIÓ FISCAL ESTRATÈGICA
PLANIFICACIÓ SUCCESSÒRIA
SERVEIS CORPORATIUS
COMPTABILITAT I DECLARACIONS FISCALS





**Ara també obrim
els diumenges al migdia**

de 13 a 15:30

Reserves al +376 828 667

*** TANCAT DIUMENGES NIT I DILLUNS TOT EL DIA ***

naudi arquitectura



Av/ Pessebre, 40. Baixos • AD700 Escaldes-Engordany • Andorra
www.naudiarquitectura.com



Arranjaments de roba a Lleida

- Fem arrencaments de tota classe de roba,
- Transformem, actualitzem, personalitzem, reparem, adaptem qualsevol peça, donem-li una segona vida
 - Dissenyem i cosim complements
 - Fem roba a mida
 - Modifiquem peces de roba

Cardenal Remolins 1 - CP 25007 - LLEIDA
+ 34 973.222.561 - + 34 649.759.699 - www.pepapiquer.com

@pepapiquerlleida f Pepa Piquer Ardiaca ✉ ppalleida@gmail.com d pepa.piquer.modis



Pintura i manteniment en general

CHOLO

**Treballs de paleta, lampisteria,
pintura, electricitat i fusteria**

Sol·liciteu pressupost sense compromís

E: sgcholo@hotmail.com

M: +376 365 016



ORDINO
ARCALIS



PAL
ARINSAL



GRANDVALIRA



Grandvalira
Resorts
ANDORRA

*Cada gir,
una nova història.*

**Ara el teu Forfet de temporada
d'Andorra Pass, 475€
Després 555€**

Preu resident.

Fins al 08/12,

ordinoarcalis.com | palarinsal.com | grandvalira.com

cromatic
taller creatiu

**FEM POSSIBLE
LES TEVES IDEES**



- ✓ **Nou Equip**
- ✓ **Nou Concepte**
- ✓ **Aviat imatge corporativa**
- ✓ **Aviat noves instal·lacions**



SEGUEIX-NOS!
cromaticandorra

El nostres Serveis



Vinils d'Impressió



Retolació vehicles



Laminats



Vinils de tall



Lletres corpòries



Lones, caixes de llum

... i molt més!



Crta. Fontaneda núm. 4,
AD600 - Sant Julià de Lòria



www.cromatic.ad



+ (376) 841 743



Avinguda Carlemany, 82 - AD700 ESCALDES-ENGORDANY
Email - cavabenitowhisky@andorra.ad
Telèfon - +376 820469 www.cavabenitowhisky.com

plató

restaurant
by arthotel ****



Un escenari tranquil aïllat del bullici urbà

Prat de la Creu, 15-25 (Andorra la Vella)
Reservés al +376 760 303 · www.restaurantplato.com



ASTV, SLU té a tots els seus treballadors formats amb
FORMACIÓ IRATA
Formació en energia eòlica
Curs GRAN BCT / Curs BIG BTT
Subministrem, instal·lem i certifiquem línies de vida i
ancoratges de la casa, Comercial Igena sa.
Tots els seus components compleixen tota la normativa
europea vigent.
UNE 795:2012 – CEN/TS 16415
Realitzem tots els treballs utilitzant tècniques
de cordes sense necessitat
de bastides o altres tipus d'estructures. Cada treball comporta
un protocol i actuació diferent



Instagram icon **astvandorra** Facebook icon **ASTV-Andorra**

**C/ del Pedral, 17 Edifici Les Arribes 2on pis Porta 224
AD200 ENCAMP - Principat d'Andorra
TEL (+376) 334 773 • astvandorra@hotmail.com**



 (+376) 747 747



PROJECTE DE CASES ORDINO

Dormitoris: 3
Bany: X
Places de pàrquing: X
Plantes: X
Metres construïts: XXm²

Carretera del coll d'Ordino,
Ordino
Preu: 1.800.000€

CASA A XIXERELLA LA MASSANA

Dormitoris: 4
Bany: 3
Places de pàrquing: 3
Plantes: 3
Metres construïts: 460m²

Carretera general, Xixerella
Preu: 2.200.000€



 Casa Nova Olivet 10, Ordino

 laportella@andorra.ad

 (+376) 353 424 / 379 769

 www.laportella.ad



 **LUCAS FOX**
INTERNATIONAL PROPERTIES



VIVENDES EXCLUSIVES A ESCALDES I LA MASSANA

Exceptional Properties. Exclusive Locations.
SPAIN • ANDORRA • PORTUGAL



LUCAS FOX ANDORRA
Carrer de la Unió, 9
Escaldes-Engordany, Andorra

T: +376 775 077
E: andorra@lucasfox.com
www.lucasfox.com

luxe
Sport Homes 21



123 RENTING

La furgoneta ideal
per a qualsevol
ocasió

📍 Av Sant Antoni 68 PB Local 2
La Massana, Andorra, AD400

☎ +376 812330 | +376 606123

✉ info@123renting.ad

MÉS DISPONIBILITAT,
MÉS MOBILITAT.



Comercialitzem cotxes exclusius i amb preus competitius.



Optimitzem totes les experiències al màxim.



Realitzem control exhaustiu a tots els cotxes.



Sol·licita el teu pressupost

123renting.ad

MAISON ROCA

BOLD LUXURY LIFE



Av. Meritxell, 97 · Andorra la Vella

maisonroca.ad · tel.: +376 380 421