

LA GARRIGA 24X7

La revolució digital és una realitat que afecta a tots els actors de la societat. Estem davant d'uns canvis que, en dimensió i velocitat, no tenen res a veure amb qualsevol escenari de canvi anterior, com podia ser la revolució industrial.

L'impacte en els nostres models d'interacció, d'intercanvis econòmics, de formació, etc... vénen no només per l'ingent volum de noves oportunitats que les tecnologies ens posen a la nostra disposició, sinó també, per l'elevat nombre de noves amenaces que se'ns presenten, a més, amb gran rapidesa. Aquests perills són tan potents que els col·lectius que siguin incapaços d'adaptar-se a la nova realitat, corren el risc de quedar ràpidament exclosos del sistema (o dels escenaris econòmics), generant una profunda fractura digital.

El comerç és, doncs, davant un gran repte d'adaptació digital per tal de mantenir el seu nivell de competitivitat i viabilitat de futur.

Per tal d'afrontar aquesta realitat del petit comerç, des de la Fundació Universitària Martí l'Humà, amb el suport de l'Ajuntament de la Garriga i de l'Associació de Serveis Comercials (ASIC), hem posat en marxa el projecte "24x7 de la Garriga".

L'objectiu del projecte 24x7 és fer fàcil la digitalització del petit comerç i serveis de la Garriga, creant un portal d'aparadors digitals (obert als clients les 24 hores, 7 dies a la setmana) i formant els comerciants per tal que siguin capaços de mantenir el seu aparador digital dinàmic i, en definitiva, atractiu per a generar nous clients.

Els comerços que s'adhereixen al projecte milloraran la seva posició competitiva, no tan sols per la millora en la gestió interna del seu negoci que els hi aportarà la digitalització, sinó perquè els ha de permetre arribar a nous segments de clients, ja sigui perquè ampliaran el seu mercat natural a noves àrees geogràfiques, com per la captació de clients amb hàbits de compra fora dels horaris comercials o perquè realitzin les seves compres per internet.

El llançament del projecte es durà a terme mitjançant una important campanya publicitària que es realitzarà tant en els mitjans *Off-line* habituals, com en revistes, diaris, radio, en el carrer..., com en els mitjans *On-line*, cercadors, portals de e-commerce, etc., per tal de donar notorietat al projecte 24x7 la Garriga i donar-lo a conèixer al màxim nombre d'usuaris consumidors.

Com a impulsors del projecte, anem i convidem als comerços i serveis de la Garriga a que s'adhereixin al projecte, per tal d'assolir la seva màxima implantació. Els promotors del projecte estem convençuts que és una gran oportunitat per millorar la posició competitiva dels seus negocis.



JORDI SALAYET I GARCIA
Coordinador del Projecte 24x7
Fundació Universitària
Martí l'Humà

MEDICINA ESTÈTICA

MEDICINA ESTÈTICA I ANTIAGING

- Tox. Botulínica amb Reg. Sanitari
- Augment de Llavis i Pòmuls
- Correcció d'Arrugues
- Eliminació de Taques
- Lifting Facial Ambulatori
- Rejuveniment Facial, Escot i Mans
- Peelings Mèdics Exclusius
- Mesoteràpia Facial i Corporal
- Dietètica i Nutrició
- Fotodepilació Mèdica

Tel. 93 860 60 60
primera visita sense compromís
c. pinós 14 GRN c. calvet 7 BCN
www.medicoestetica.com

Clínica Médico Estética Pinós



SERVEI D'ATENCIÓ DOMICILIÀRIA

- ✓ Geriatria
- ✓ Neteja de la llar
- ✓ Cangurs
- ✓ Selecció de personal

Tel. 93 879 27 45
C/Menéndez Pelayo, 25
Granollers

ALÈRGIA

Centre de diagnòstic
Alergològic

Dr. NAVARRO ARIAS

INFANTIL - ADULTS

- ✓ Asma
- ✓ Rinitis
- ✓ Eczema
- ✓ Urticària

Granollers: Av. Sant Esteve, 9, 2n
Tel. 93 879 11 77
Mollet: c/ Fivaller, 3, 1r
Tel. 93 593 50 14

GERIATRIA

HOTEL CONGOST

Llar-Residència per a gent Gran
Centre d'acolliment diürn
"per a viure bé, no hi ha edat"
CENTRE RECONEGUT PER
LA GENERALITAT DE CATALUNYA

Ctra. de Ribes, 45
08590 El Figaró (Barcelona)
Tel. 93 842 93 69
Fax 93 842 91 61

OFTALMOLOGIA



Dra. Mariví Pérez
CENTRE OFTALMOLÒGIC I
HOMEOPÀTIA DE LA VISIÓ

La Dra. Mariví Pérez
per primera vegada a Catalunya ofereix
la HOMEOPÀTIA aplicada
a la OFTALMOLOGIA
i la última tecnologia LÀSER
per tractaments oculars.
També HOMEOPÀTIA en general.

Sant Jaume, 16-26, 2on. 08400 - GRANOLLERS
www.oftalperez.com

93 861 41 56

ANGIOLOGIA

TRACTAMENT DE LES VARICES

Dr. Josep Lluís G. Sansebría

Cirurgia Vasculard
Núm. col·legiat 6103
TRACTAMENT AMB LÀSER
Consulta a Granollers
c/ Alfons IV, 43-45 4rt

Per demanar hora trucar
al tel. 93 668 03 96

DRA. CONSOL MONTILLA SOLÀ DIPL. PILAR MONTILLA SOLÀ

- Nutrició. Drenaje linfático.
- Antiaging.
- Homeopatia. Medicina general.
- Medicina estética:
- Botox
- Relleno (labios, arrugas)
- Ozonoterapia.
- Acupuntura.

NOVEDADES TRATAMIENTO DE REJUVENCIMIENTO FACIAL Y CORPORAL

Jaume Balmes, 24 - 1r. b - 08400 GRANOLLERS
Tel. 93 870 22 39

SALUT:

OBESIDAD MASCULINA/OBESIDAD FEMENINA

Los hombres y las mujeres, en lo referente a engordar, como en tantos otros aspectos, tenemos maneras diferentes de hacerlo. Los hombres depositan grasa sobre todo en el abdomen y la cintura; las mujeres, en caderas y nalgas. La obesidad masculina es central. La femenina, más periférica.

Seguro que todos hemos oído muchas veces decir de un hombre: "Fulanito no está gordo, solo tiene barriga" y es verdad que solo tiene barriga. Unas piernas delgadas, casi sin culo, con los brazos normales y un abdomen prominente es una figura masculina frecuente en las playas.

En cambio la manera femenina de engordar muestra una figura con el tronco pequeño, la cintura estrecha, y las caderas y los muslos con un abundante depósito de grasa. Son las mujeres que tienen forma de pera: estrecha de arriba y ancha en su parte inferior.

Entre estos dos modelos puros existe un sinnúmero de variedades que participan en mayor o menor grado de una u otra modalidad.

La manera de acumular la grasa en el organismo no solo nos interesa desde un punto de vista estético o de diferenciación genética, nos importa sobre todo por la repercusión que tiene sobre la salud. La grasa acumulada en caderas y nalgas, la "grasa femenina", influye poco en el riesgo de enfermedad coronaria o accidente vascular cerebral, en cambio la "grasa masculina", la depositada en el abdomen, aumenta de manera considerable el riesgo de padecer hipertensión, infarto de miocardio o diabetes.

Sobre la obesidad que hemos de trabajar para mejorarla y así evitar riesgos de salud graves, es la obesidad central, la masculina, de la que participan, a pesar de su nombre muchas mujeres también, mujeres que, como los hombres, presentan un abdomen prominente, con la cintura borrada y muslos y nalgas casi delgados.

Para calcular el riesgo de padecer infarto o diabetes o hipertensión a los profesionales nos importa el perímetro de la cintura mucho más que el peso del paciente y disminuir dicho perímetro ha de ser el objetivo de salud a conseguir.



Dra. Mª Nieves Uriz
Endocrina