



Novena calçotada popular dels pessebristes a Can Malla



Una vegada més i ja van nou anys, el passat dia 17 de març durant tot el mati del diumenge es van desenvolupar els preparatius per dur a terme la calçotada popular que va acabar amb un dinar de germanor entre les persones que havien respòs a la invitació que havia fet l'Associació de pessebristes de Palau, entitat que organitzava l'acte.

Als voltants de la masia de Can Malla es van donar cita prop d'un centenar de persones que finalment van seure a taula per cruspir-se les 1.100 unitats de calçots que anaven acompanyats d'unes bones botifarres amb mongetes, amb cansalada i els seus corresponents postres. Tampoc van faltar els cafès i licors, per aquells que necessitaven afegir

líquid que actués com reconfortant en una jornada en que la pluja no va poder amb la voluntat dels organitzadors i tampoc de la resta d'assistents. Entre uns i altres s'apropaven al centenar de persones que van assistir-hi a un acte que estava organitzat per l'Associació Pessebrista de Palau i es va dur a terme, com ja és habitual, al costat de la masia de Can Malla, centre en el que té la seva seu social la citada entitat palauenca.

La present edició popular és la novena que es fa a les actuals dependències. Amb anterioritat s'havien celebrat entre 12 o 14 calçotades a Can Joan, però no eren obertes al públic en general.

BRASERIA



LOS HERMANOS

Especialitzats en carn a la brasa

Carrer Garraf, nau 3 telèfon 93 865 31 00 Caldes de Montbui

OBERT TOTS ELS
DIES DE LA SETMANA

menu diari 9,20€

menu
cap de setmana 16,50

esmorzars de forquilla

Sumari

Espectacular augment d'usuaris de l'autobús municipal

• pàg. 12

Demanen novament que **Can Periquet** sigui escola **institut**

• pàg. 18

Nova **cita** per anar a **Montserrat** caminant

• pàg. 23

La Generalitat avala la nul·litat decidida pel Ple Municipal

La Comissió Jurídica Assessorada de la Conselleria de Governació de la Generalitat de Catalunya ha respòs afirmativament a la consulta realitzada per l'Ajuntament respecte a la proposta de nul·litat d'un contracte de cobertura de risc de permuta financera (conegut com SWAP) que havien signat l'any 2009 per un valor de 4 milions d'euros l'anterior govern municipal i l'entitat bancària, Banco Español de Credito (Banesto).

Aquest dictamen o resolució l'havia demanat a Governació l'actual alcaldessa de Palau, Teresa Padrós després que el ple municipal del mes de juliol de l'any

passat aprovés una moció en la que es demanava la rescissió del contracte SWAP amb l'entitat bancària. En aquella moció també s'autoritzava l'alcaldessa a elevar una demanda sol·licitant que esbrinés si va haver-hi alguna irregularitat en la tramitació i posterior acord del SWAP entre les dues parts i/o algun tipus de negligència en l'actuació dels anteriors gestors.

Cinc mesos després de l'envio de l'expedient administratiu sol·licitant un dictamen, la resposta de la Conselleria de la vicepresidenta del Govern de la Generalitat, Joana Ortega va arribar a l'Ajuntament. En el dictamen emès s'informa favorablement sobre la decisió adoptada pel ple municipal o "la revisió d'ofici de la nul·litat de ple dret del contracte de permuta financera" (SWAP) subscrit per l'anterior alcaldessa de Palau, Mercè Pla i l'entitat bancària.

Moció contra el SWAP

La decisió d'anular l'acord entre l'Ajuntament i Banesto la va prendre el nou govern municipal que després d'arribar al govern i dels primers estudis, van arribar a la conclusió que el SWAP signat, a banda de ser-hi una aposta d'elevat risc per Palau que suposava unes despeses econòmiques significatives al municipi, patia també de moltes mancances en el seu procés i, possiblement, d'alguna irregularitat que podria ser-hi constitutiva de delictes. Davant aquestes possibles irregularitats, el nou govern encapçalat per Padrós va decidir rescindir-ho i, per això ho va portar al ple en el mes de juliol del passat any. La mateixa moció en la que es declarava la nul·litat també recollia demanar un dictamen a la Conselleria de Governació que ara dona el vist i plau, i elevar tot el procés a la fiscalia anticorrupció.

La pròpia Comissió Jurídica del Departament de Governació queda a l'espera "de les possibles responsabilitats que es puguin derivar de la situació", ja que, segons diu el propi dictamen, la Comissió te constància "que l'Ajuntament ha acordat presentar una denúncia per aquests fets davant la fiscalia", tal i com havíem publicat en aquesta revista

del SWAP signat per l'anterior govern amb el Banesto

del passat mes de juliol (veure Alzina 139 de juliol 12).

Resultat negatiu

Els actuals responsables dels temes econòmics de l'actual govern municipal no entenen com es va arribar a fer l'acord, ja que, segons els informes i també en opinió del l'actual regidor d'economia Segrelles, en el temps en que es va realitzar el primer SWAP, principis de l'any 2009, la majoria dels préstecs que tenia l'Ajuntament, eren "crèdits tous" amb l'Administració (Segrelles diu amb el Regne d'Espanya) i/o la Caixa de Crèdit Local que, en la seva majoria consistien en l'euribor més un 0,10/0,15. Eren crèdits "amb un risc molt baix", ja que a les hores el tipus d'interès marcat per el BCE era de l'1,24% i no havia cap símptoma que canviés, assegura.

Malgrat aquesta aparent bona situació, es va fer un SWAP amb un risc exagerat. Fou una aposta en la que l'Ajuntament guanyava si l'euribor es situava per sobre del 3,9% i pagaria si estava per sota del 3,7%. El resultat econòmic ha estat força negatiu per l'Ajuntament que ha hagut de fer front a una primera despesa de quasi 50.000 euros (47.198€) a favor de Banesto i altre liquidació de deute per valor de 64.457€ que no s'ha fet efectiva. Les càrregues econòmiques han estat, com hem dit abans, un dels motius pels quals es va decidir l'anul·lació de l'acord amb l'entitat Banesto.



Llacunes i anomalies

Per altra banda i a més dels aspectes econòmics, com s'apunta des de la Comissió Jurídica Assessorada de la Conselleria i als informes tècnics i jurídics de l'Ajuntament, existeixen també llacunes, anomalies, defectes de forma, també irregularitats de procediment, etc. en tot el procés.



Garman's joiers

**disseny exclusiu • taller propi
i a més, totes aquestes marques!**

Camí Reial, 110 • Tel. 93 864 62 09
Palau-solità i Plegamans

Anselm Clavé, 60 • Tel. 93 841 92 45
Llçà d'Amunt

Auto Arenas

Taller especialitzat en
xapa i pintura

Noves tecnologies
de pintura
amb base a l'aigua

ELS NOSTRES SERVEIS

- Servei ràpid de reparació de planxa i pintura
- Elaboración de pressupostos sense compromís
- Reparació ràpida d'esgarrapades i petits bonys
- Prèstec de vehicle de substitució gratuït amb cita previa
- Recollida i entrega de vehicle a domicili

C/ Indústria s/n Nau 9 - Avda. de l'Ebre s/n (passatge)
08184 Palau-solità i Plegamans

Tel. 617 611 259
E. mail. autoarenas@hotmail.com



Un procés que es va iniciar a principis de l'any 2009, en que es va signar el primer SWAP entre l'Ajuntament de Palau i el Banesto. Fou en el mes de gener d'aquell any i es fa per un import de 900.000 euros. Aquell mateix any i en dues dates seguides es signen altres dos SWAPs per valor de 4 milions, sense cap estudi i/o informe que argumenti el perquè s'adquireix un producte financer especulatiu amb un risc manifest. El segon SWAP és del 28 d'octubre i l'últim que aquí l'anterior, el dia següent, 29, tot i la resolució d'alcaldia que aprova el darrer SWAP es fa un mes després. Es tracta doncs de tres contractes per un sol producte "no adequat per l'Ajuntament", diu Segrelles, i que de 900.000 € s'enfila fins als 4 milions.

Altres anomalies

A banda de l'exagerat risc del producte en si, hi ha d'altres anomalies al llarg del procés com, entre d'altres, l'absència d'un informe preceptiu tècnic- econòmic que argumenti el perquè s'adquireix un producte financer amb un risc elevat tant manifest. Cal afegir també que per un producte d'aquest tipus, la Comissió Europea exigeix el compliment de la normativa MIFID. Aquesta normativa obliga l'entitat bancària a informar al client de tots els serveis que presta, també a donar infamació suficient i detallada respecte al producte financer en concret, del risc que pot esdevenir, dels costos i despeses que el client haurà de pagar, etc. El client ha de signar que està assabentat perfectament dels riscos i que està capacitats per dur endavant l'acord.

En el cas que ens ocupa, sembla que en el primer SWAP el text de la norma MIFID no ho signa, com seria preceptiu, l'alcalde Pla, sinó que ho fa l'interventora. En els altres SWAPs posteriors tampoc es compleix aquella normativa MIFID, la qual cosa introdueix altres factors de dubta, segons apunta el regidor Segrelles.

Aquestes anomalies d'idoneïtat i de procediment son, entre altres, les que han dut al govern municipal a demanar una revisió de tot l'afer i decidir si ha hagut negligència en la tramitació i en l'adquisició del producte que, com apunta en el seu informe resposta la Comissió Jurídica Assessora del Departament de Governació, ha tingut uns efectes econòmics negatius per l'Ajuntament i, sense perjudici de les responsabilitats que es puguin derivar, resten a l'espera de la decisió de la Fiscalia que encara no ha respòs a la consulta realitzada.

Aposta especulativa

L'operació coneguda com SWAP és una mena d'assegurança arriscada, perillosa i especulativa.

La Comisión Nacional del Mercado de Valores defineix el SWAP com un "derivado financiero de alto riesgo", terme que també recull el dictamen de la Comissió Jurídica Assessora del Departament de Governació i que també apunta el regidor d'Economia de l'Ajuntament de Palau, Joan Segrelles.

En general un acord SWAP va vinculat a l'evolució temporal dels tipus d'interès.

En uns casos, com el que ens ocupa, si els tipus d'interès pugen qui surt guanyant és el client, però si els tipus d'interès baixen qui guanya és l'entitat bancària. Per tant i com aposta especulativa i en aquest cas perdedora, en el cas de l'Ajuntament de Palau, segons el dictamen de Governació "certament ha produït uns efectes força desfavorables per a la hisenda municipal".



Gaudeix del nostre web !!

Entra a

www.alzinapalau.com

i hi trobaràs tot el contingut d'aquesta revista més seccions dinàmiques per a donar la teva opinió.

Entra-hi !!



Dom Bosco 20, 08184 Palau-solità i Plegamans

Un espacio gastronomico singular. donde comprar o degustar las mejores empanadas argentinas artesanales. y una amplia carta de productos gourmet, vinos, cavas, aceites, cup cakes, y pasteleria artesanal.

Todos los domingos de 10hs a 14hs
El club del Vermut, el primer vermut gratis.

visita: www.actuaenpositivo.blogspot.com // www.empanadaslaherradura.blogspot.com

ESCI



Universitat
Pompeu Fabra
Barcelona

G N M I

Grado en Negocios y Marketing Internacionales

Proyecta tu futuro en un mundo global

ESCI te ofrece los conocimientos, las técnicas y las conductas que configuran la cultura internacional de los negocios.

- Grado universitario de cuatro años.
- Estudio de idiomas: alemán, francés, japonés, ruso o chino mandarín.
- Prácticas en empresas nacionales y extranjeras.
- Acceso a becas y préstamos.

Sesión informativa

jueves, 11 de abril a las 18.15 h.

Passeig Pujades, 1 - 08003 Barcelona

Se ruega confirmar asistencia

M

**Master of
Sciences in International Business**

Enhance your career opportunities internationally (se ofrece conjuntamente con la Barcelona School of Management)

**Máster en
Comercio Exterior**

Presencia en los mercados exteriores

**Máster en
Retail Internacional**

La formación que te acerca al consumidor

**Máster en
Marketing Digital Internacional**

Gestiona tu presencia on-line internacionalmente

**Postgrado en
Liderazgo Femenino**

Lidera entornos complejos y cambiantes



900 122 630
www.esci.upf.edu


 Pedro Sánchez
 telèfon: 637 32 45 03
 sanzsp@palauplegamans.cat

Manteniment de l'arbrat viari

Els arbres i els jardins que trobem en els nostres carrers són un patrimoni comú del qual cal tenir cura i vetllar per preservar-lo. Els arbres són un valor social que fan més amables els nostres carrers, tant des del punt de vista paisatgístic (colors i olors) com ambiental (apaivaguen les temperatures i retenen la pols purificant l'aire).

Des de la regidoria de Medi Natural durant l'any portem a terme diferents programes d'actuació per preservar-lo i millorar-lo. Sovint, però, són accions que passen desapercebudes ja que no tenen una gran visibilitat pública. És el cas de la prevenció a l'atac d'insectes que poden malmetre exemplars, una acció que es fa en funció de les característiques pròpies de cada espècie. El mes que ve, per exemple, es tractaran els acers del carrer d'Enric Borrás i la pineda propera al nou CAP. En el primer cas es tracta d'atacar la Caparreta acanalada i en el segon el Barrinador del pi. Dissortadament hi ha vegades en que la força de l'insecte, malgrat s'intenti aturar, comporta la inevitable mort de l'arbre; en aquest cas s'opta per la substitució per un exemplar de la mateixa espècie, sempre que sigui possible. Recentment s'ha substituït un roure de l'Avinguda de Catalunya (prop del carrer de Can Llonch) que

estava infectat per un escarbat, i quatre acers, situats davant la masia de Can Malla.

Una de les accions habituals que es fa cada any és la poda, indispensable per a la bona conservació dels exemplars. Enguany, però, a banda de les esporgues habituals que es fa a molts carrers del municipi, s'han fet podes especials al passeig de la Carrerada i al Polígon Riera de Caldes, que inexplicablement feia molts anys que no es feien, així com la que està prevista fer en els pins del parc infantil de Can Maiol. Aquestes podes es fan amb la finalitat d'evitar les molèsties que poden causar la grandària de les branques i pel perill que suposa que algunes branques emmalalteixin i acabin caient.

Els arbres del carrer, doncs, aporten uns beneficis que milloren les condicions d'habitabilitat en el medi urbà, d'aquí que mereixin el nostre compromís en la seva conservació.

Pedro Sánchez
 Regidor de Medi Natural



Referents en el porta a porta

Una delegació del Consell Comarcal del Vallès Oriental, formada per càrrecs electes i personal tècnic, va visitar la nostra vila per mantenir una reunió de treball i informar-se sobre el sistema de recollida selectiva porta a porta que tenim en funcionament. El nostre regidor de Gestió Ambiental, Pedro Sánchez, ha mostrat la seva satisfacció per la visita pel fet que **diverses poblacions que volen estudiar la implantació d'aquest sistema han agafat el nostre poble com un referent a tenir en compte.**


 Angels Marcuello
 telèfon: 648 79 73 23
 marcuelloa@palauplegamans.cat

El PP vol desmantellar els ajuntaments

La reforma dels Ajuntaments que vol portar a terme el PP suposarà una regressió sense precedents pel món local. **La proposta compromet i posa en perill la qualitat de vida i els drets socials bàsics de la ciutadania que estan prestant els ajuntaments, ja que vol imposar un model municipal tutelador a partir de la Llei d'Estabilitat i que empeny descaradament a la privatització de molts serveis públics,** en una clara estratègia d'anar laminant l'estat del benestar. Aquesta reforma afeblirà els ajuntaments, l'administració més directa amb la ciutadania.

ICV tindrà copresidència

En la propera assemblea nacional d'ICV, que tindrà lloc el mes d'abril, s'aprovarà que la nostra formació estigui dirigida per un òrgan col·legiat format per dues persones, enlloc de la direcció unipersonal que hem tingut històricament. El canvi es fa per la voluntat que aquesta codirecció estigui formada habitualment per un home i una dona.

La creació d'aquesta codirecció paritària és la culminació d'un procés intern de feminització de l'organització encetat fa anys. Per ICV és important incloure en la seva activitat els valors, les formes, les experiències i interessos i la manera d'entendre i fer política de les dones..

La creació d'aquesta codirecció ha estat referendada pel 84% de la militància del partit a través d'una consulta interna que ha tingut lloc en els darrers dies.

Fita aconseguida

Des de fa molts anys, en una de les entrades d'accés al nostre poble, al sector de la zona industrial del Camí Reial, una nau abandonada s'havia convertit en abocador i espai de fàcil accés amb el conseqüent perill pel seu estat ruïnós.

A la legislatura anterior, el grup municipal d'ICV-EUIA va denunciar-ho en infinitat d'ocasions. En iniciar-se aquesta nova legislatura, l'Àrea de Territori i Medi Natural, responsabilitat de la nostra Regidora Angels Marcuello es va marcar l'objectiu de solucionar aquest greu problema.

Molts i complicats han estat els tràmits que s'han hagut de dur a terme: tanca perimetral, vigilància específica, recerca dels propietaris sense domicili conegut, negociació amb els bancs donat que la nau està en procés d'embargament i amb un cost de la retirada de residus i neteja difícil d'assumir per l'ajuntament.

Els treballs han donat resultats i la fita ha estat aconseguida, la regidora vol agrair el bon treball fet pels tècnics, advocats municipals i el Regidor Pedro Sanchez, que finalment han aconseguit l'assumeix de responsabilitat i l'execució de les tasques de neteja, retirada de residus i tapiat de la nau.



L'informatiu dels Palauencs

Març 2013 - Número 178

<http://palausolitaplegamans.socialistes.cat>



Comencen les obres per reparar la coberta del Pavelló d'Esports



L'Ajuntament de Palau-solità i Plegamans ha iniciat les obres per la reparació de la impermeabilització de la coberta del pavelló d'esports municipal Maria Víctor.

Es tracta de la reparació dels problemes de filtracions i humitats que pateix la nau, i forma part de les operacions de manteniment. El projecte no afectarà el funcionament normal de les activitats esportives del pavelló municipal. També està previst canviar el terra del pavelló nou cap a finals de temporada, quan hi ha menys activitat.

“Després de la reparació de la coberta, es canviarà el paviment del nou pavelló cap a l'estiu”



Miquel Rovira
Regidor d'Esports

“La Regidoria d'Esports continua la feina d'inversions en manteniment i millores als equipaments esportius”

La regidoria d'esport continua amb la política d'inversions en actuacions de manteniment i **petites actuacions de millora als diferents equipaments esportius que hi ha als barris.**

Es farà una revisió i actualització del material esportiu de les pistes i parcs que estigui obsolet els propers mesos. S'ha començat amb uns treballs per posar una cistella de bàsquet a la Pineda i progressivament es repassaran altres equipaments dels barris. També s'ha netejat els vorals de la Riera a l'alçada del camp de futbol i s'ha ampliat i adaptat el bar social d'aquest.

Paral·lelament, amb la vista posada en un **termini més llarg, s'inicia el projecte de la pista polivalent al costat del pavelló**, que haurà de servir de pista i per actes a l'aire lliure. Serà un projecte adaptat a les circumstàncies econòmiques que tenim.

L'Ajuntament crea dos nous passos de vianants a l'avinguda Catalunya



Durant el darrer mes s'han creat dos nous passos de vianants a l'avinguda Catalunya. El primer s'ubica a prop de la intersecció d'aquesta via amb el carrer Can Cortès. El segon, a pocs metres de la cantonada entre l'avinguda Catalunya i el carrer Arquitecte Falguera.

La creació d'aquests dos passos de vianants respon a una necessitat i la demanda de bona part de la població de millorar la seguretat de les persones a l'hora de creuar aquesta via. L'Ajuntament ha demanat a la Direcció General de Carreteres de la Generalitat de Catalunya per poder fer més passos de vianants, però de moment només s'han aprovats aquests dos i altres dos han estat rebutjats.



PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS EN CONTRA DE LA PRIVATITZACIÓ DE LA SANITAT PÚBLICA

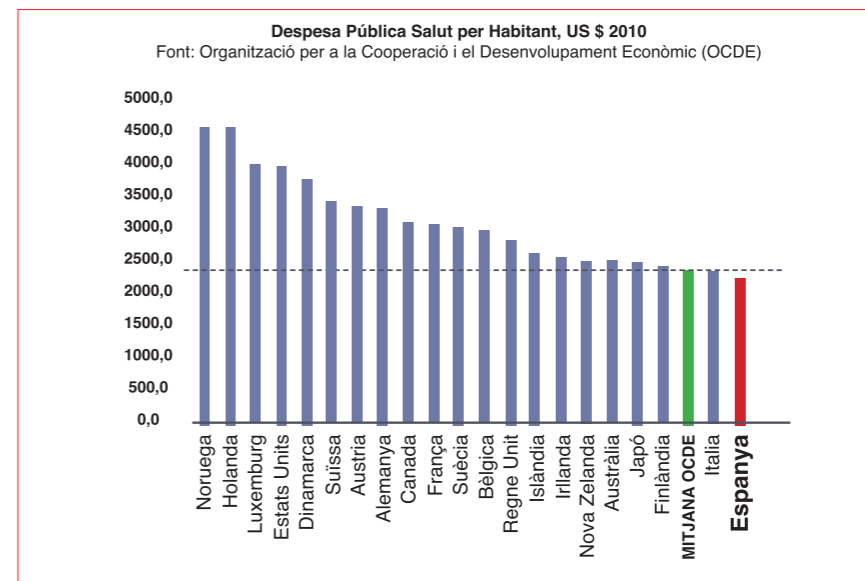


LA SANITAT PÚBLICA A DEBAT (I)

EL COST DE LA SANITAT PÚBLICA

És cara la sanitat pública a Espanya? **NO**

Els partidaris la privatització de la sanitat pública diuen que “s'ha de fer un ús racional dels recursos” o “el sistema de sanitat pública no es pot sostenir” o “el sistema seria més eficient si esprivatitzés”. Així donen a entendre que la nostra sanitat és cara, o que no funciona prou bé. Però, realment **tenim una sanitat cara?** Segons la OCDE:



“El sistema sanitari públic espanyol està per sota de la mitja de la OCDE en cost per habitant”

“No és cert que el nostre sistema sanitari públic sigui car”

És a dir, tenim un sistema de sanitat pública amb un cost per habitant per sota de la mitja. Alguns dels països on és més barata (Mèxic, Turquia, Polònia) tenen una cobertura molt inferior a Espanya, on la sanitat és universal. **Per tant, la nostra sanitat pública no és cara com ens volen fer veure alguns polítics de dretes.**

EL PSC PALAU INICIA UNA CAMPANYA PER DEFENSAR LA SANITAT PÚBLICA

El PSC de Palau hem iniciat una campanya contra la privatització de la sanitat pública. El passat 9 i 16 de març vàrem muntar un punt d'informació i de recollida de firmes al mercat. **Hem rebut un ampli suport, ja que en tan sols dos dies de campanya s'han recollit més de 400 firmes.**



L'eix principal és contribuir a **iniciar un debat que impliqui més els ciutadans, per decidir entre tots quin model sanitari volem.** També **volem exposar la falsedat de certs arguments que donen alguns defensors de la sanitat privada.**

El passat 28 de febrer de 2013, **el grup municipal va presentar una moció a l'Ajuntament en contra de la privatització de la sanitat pública, que va ser recolzada per tots els partits polítics, amb la abstenció del PP i el vot en contra de CiU.** Des de l'agrupació i el grup municipal socialista de Palau continuarem defensant una sanitat pública, universal i de qualitat.



L'ALZINA

Coordinació
Abel García

Redactors i col·laboradors
Abel García
Josep Maria Pasadas
Mari Carmen Gutiérrez

Disseny/Maquetació/Web
JPS Disseny

C/ Barcelona 45, local C
08184 Palau-solità i Plegamans

Tel. 93 864 89 89

Correu Electrònic
redaccio@alzinapalau.com
lalzina2000@yahoo.es
disseny@alzinapalau.com

Web
www.alzinapalau.com

Les opinions expressades als articles corresponen exclusivament al criteri i a la responsabilitat dels autors.

A la secció "cartes al director", els textos, els quals agraïm per endavant, hauran d'arribar picats, en disquet o cd o bé enviats per mail i hauran de tenir una extensió màxima de 15 línies. És imprescindible que arribin signats amb nom, cognoms, direcció i telèfon. No publicarem escrits que estiguin signats amb pseudònim o inicials.

LLOB-3
Dep. Legal B-37206-2000

Arriba la setmana de les calçotades a Gallecs!

1. CALÇOTADA POPULAR VEÏNAL DE GALLECS

Dissabte 2 de març. 14,30 hores.
Era de Can Carol de Gallecs

10 EUROS TOT INCLÒS:

- Calçots amb salsa de l'Enriquette
- Botifarra i panxeta amb allioli de la Paquita
- Bårccnas a la brasa
- Pa de la Katti amb tomàquet del Buda
- Tot tipus de beguda
- Postres

Només agafarem les 100 primeres reserves pagades
info@gallecs.cat
699 022 222 i 625 570 658

2. CALÇOTADA POPULAR DE GALLECS

Diumenge 3 de març. 14 hores.
Plaça de l'església de Gallecs

20 EUROS TOT INCLÒS:

- Calçots amb salsa
- Mongetes del ganxet amb cansalada
- Botifarra del Montseny
- Pa d'espelta
- Coca se Sant Gàldric
- Aigua, vi, mistela i cafè

500 reserves
info@espairuralgallecs.cat
935 445 397 i 935 795 907



Taller d'escriptura creativa

a la Biblioteca Municipal

Inici el 6 d'abril
dissabtes, de 10h a 11'30h

Inscripcions a la Masia de Can Cortès

per a més informació
tallerdelesarts@gmail.com
www.palauplegamans.cat



PROYECTOS, OBRA NUEVA, REFORMAS Y LEGALIZACIONES



INFORMACION Y PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO
tels: 93 864 63 76 - 679 463 681
web/mail: www.edicarquitectura.com



Ajuntament de
Palau-solità i Plegamans



Taller de les Arts

BIBLIOTECA MUNICIPAL



Palau-solità i Plegamans!

www.palauplegamans.cat

Espectacular augment d'usuaris de l'autobús municipal

Si a l'Alzina del mes de gener informaven ja que l'increment anual del nombre d'usuaris de l'autobús havia estat espectacular, des de la Regidoria de Transports de l'Ajuntament anuncien que aquests dos primers mesos de l'any, la xifra d'usuaris encara ha augmentat molt més i la tendència segueix essent altament positiva.

Tant és així que en aquests dos mesos, les xifres d'usuaris s'han enfilat fins als 1.544 i 1.579 viatgers en gener i febrer, respectivament. És a dir, durant els dos primers mesos de l'any ja han fet us del servei de transport públic tants viatgers com en els cinc primers mesos de l'any passat. Aquests bons registres s'erixeixen al regidor de transports de l'Ajuntament, Pedro Sanchez per apostar encara més fort pel servei públic de l'autobús. El que volen des de l'Ajuntament és potenciar al màxim els elements i aspectes que puguin incidir mes en els ciutadans a l'hora de decidir-se per aquest mitjà de transport. La idea és facilitar als veïns els elements necessaris, ja sigui l'augment de les freqüències, nous recorreguts, major nombre de parades i/o nous serveis com serà l'entrada en servei de l'autobús municipal dels dissabtes previst per al pròxim dia 6 d'abril com informem en una notícia a banda en aquesta mateixa revista.

Cal dir que les perspectives són força optimistes i amb elles treballen tant els responsables de la regidoria com els de l'empresa Sagalès. Segons ha pogut saber aquesta

revista, les previsions són les de superar els 16.000 viatges al llarg del present any, una xifra que suposaria a una mitjana entre 1.200 i 1.400 usuaris cada mes i amb puntes com la del mes d'octubre que podria superar els 1.800 viatgers.

Quan als mitjans, Sanchez apunta que l'entrada en servei de la targeta social o subvencionada per l'Ajuntament (la famosa T-10 de 3€) ha actuat com un revulsiu important. I els números així ho reflecteixen. En el mes de gener de l'any passat, la targeta social representava un 30% de les validacions totals. L'últim mes de l'any, aquell 30% se havia convertit en un 90% del total de les validacions. Evidentment, l'increment de la T-10 fou en detriment dels altres tipus de validacions. Els Títols ATM van baixar del 54% fins al 12% i el bitllet senzill cauria en picat, al baixar del 15,5 fins un minso 1,7% del total.



Palau també tindrà autobús municipal els dissabtes des del pròxim dia 6

Els palauencs que vulguin podran utilitzar l'autobús municipal els dissabtes per, entre d'altres coses, anar-hi al mercat municipal, ja que el pròxim dia sis d'abril s'inicia aquest servei que connectarà els barris del municipi durant el matí dels dissabtes.

Aquesta prova pilot que s'allargarà inicialment durant els mesos d'Abril, maig, juny, juliol es du a terme després de l'acord al que han arribat l'empresa Sagalès i la Regidoria de Transports de l'Ajuntament de Palau. Durant aquest període de quatre mesos es farà un estudi de la seva utilització. El nombre d'usuaris que facin us de l'autobús determinarà la continuïtat o no del servei. I és que, en un principi, l'acord assolit per l'empresa i la Regidoria no preveu cap despesa per l'Ajuntament, la qual cosa vol dir que el nombre d'usuaris determinarà que l'empresa continuï oferint el servei o deixi de fer-ho.

De moment, l'aspecte social s'ha aconseguit diu el responsable de Transports, el regidor Pedro Sánchez. El nostre objectiu inicial és el de donar un servei que ara no teníem i que no és un altre que apropar els veïns més allunyats al mercat. Per això, continua dient, "caldrà que el nombre de persones que utilitzin el servei sigui significatiu i continuï augmentant com ho ha fet durant els darrers mesos". Sanchez fa aquesta afirmació, perquè el nombre d'usuaris que utilitzen l'autobús municipal en els darrers mesos ha augmentat significativament i mostra

• Horari actual de dilluns a divendres.

orgullós el quadre en el que es reflecteix l'increment de les persones que agafen l'autobús municipal. El nou servei també tindrà un nou traçat, segons el regidor. Hi haurà dues parades noves al voltant del mercat, una d'anada i una altre de tornada, iniciarà el recorregut a les 8,15 hores i finalitzarà el servei a l'1,30. Es podrà utilitzar, és a dir, serà vàlida la targeta dels 3 euros, la coneguda T-10 subvencionada per l'Ajuntament.

Golden Bar

TAPES,
ENTREPANS FREGITS I
CALENTS
PLATS COMBINATS... I MÉS

Vine i gaudeix a la
nostra terrassa

RAMBLA VERGE DE MONTSERRAT 15
08194 PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS

SE TRASPASA

PASTELERÍA / PANADERÍA

Comercio a pleno rendimiento.
Centrico y cercano a centros escolares
y deportivos.

50.000€ negociables

Interesados llamar
a los telefonos:

93 984 65 84
689 509 154

criscat

Centre fisioteràpia & osteopatia

Massatge terapèutic i esportiu

Classes

Estètica

- Tractament infantil
- Tractament físic emocional
- Tractament sòl pelvià
- Pre-part
- Post-part
- Classes de manteniment amb Gimnasia abdominal hipopressiva
- loga
- Tractament facials
- Tractaments corporals
- Teràpia amb pedres volcàniques
- Reequilibració chakres
- Reflexologia podal

Tot això i més,
truca i informa't

Tractament personalitzat
Hores convingudes

CRISTINA CATALÁN SAYAS C/ Ripoll, 7 (Can Duran) · 08184 Palau-solità i Plegamans
Fisioterapeuta col.4066 Tel. 93 864 36 78 · 629 53 50 34 · info@criscat.cat · www.criscat.cat

L'Ajuntament habilitarà com aparcament per a 200 cotxes els terrenys públics del costat del CEIP Palau



Les regidories de Comerç i Urbanisme de l'Ajuntament estan ultimant el projecte per habilitar els terrenys situats al costat del CEIP Palau i o entre la Rambla del Sol i Camí del Molí com un aparcament municipal. L'extensió de terreny permetrà crear unes 200 places d'aparcament que serviran per acabar amb els problemes d'aparcament que ara es creen a la zona. Per una banda, els que pateixen diàriament els pares i mares que van a buscar o deixar els seus fills a la sortida o entrada, respectivament al CEIP Palau i, per l'altra, els comerciants i clients del mercat municipal dels dissabtes.

De moment, el tema està en estudi, per cert, força avançat i s'està fent el càlcul del que econòmicament reportaria a l'Ajuntament l'adaptació com aparcament dels terrenys. Una xifra, en principi, fàcilment assumible perquè,

únicament suposaria fer-hi una entrada i sortida adaptada per als vehicles, desbrossar els terrenys, omplir els possibles desnivells (son terrenys força plans) i estendre una mica de tartan, segons apunta la regidora d'urbanisme, Àngels Marcuello. També s'hauria de pintar o situar les places d'aparcament i marcar les vies d'entrada i sortida per establir una logística de mobilitat.

El regidor de comerç, Miquel Rovira considera la iniciativa força positiva perquè segons opina, donarem una desposta adient per als veïns que accedeixen al mercat des de la banda de La Pineda, Can Puig Oriol i Can Falguera, amb la qual cosa quedaria resolt tot l'aparcament necessari d'aquella banda del mercat i també del CEIP Palau. Amb les places disponibles a l'aparcament d'aquesta altra banda del mercat (costat de l'Ajuntament) donarem una resposta quasi total a les necessitats que ara tenim els dissabtes per accedir al mercat municipal, afegeix Rovira. La idea amb la que es treballa des de les citades regidories, Comerç, Urbanisme i Transports, és la de poder tenir-ho totalment adaptat per al dia sis del pròxim mes, dia en que, en principi, també entraria en funcionament el bus municipal dels dissabtes. Tot plegat servirà, en opinió dels membres del govern municipal, per potenciar el mercat mitjançant dues solucions estudiades. Una d'elles és la de l'aparcament municipal i l'altre l'accés al mercat mitjançant el transport públic amb la utilització de l'autobús.

L'atur s'estabilitza a Palau

La taxa d'atur del mes de febrer no ha estat gaire negativa pels palauencs, ja que l'index d'aturats ha augmentat únicament en una persona respecte al mes de gener. El nombre de parats al municipi es situa així en les 1203 persones enregistrades oficialment i que, evidentment, no tenen feina. Una xifra que representa el 15,5% de la població activa. Una xifra que, malgrat tot, es situa per sota de la mitjana de Catalunya i de la comarca que està en el 16,8 i el 18,5, respectivament.

Evidentment, Palau també es situa per sota de la majoria de municipis de la comarca i força lluny de poblacions com Badia on l'atur supera el 27,8%, Rubí amb un 20,5, Ripollet amb el 20,9% i, fins i tot, la capital vallesana, Sabadell que pateix un 19,9%.

Respecte a l'atur interanual, el nombre d'aturats ha crescut durant tot l'any en 60 persones, ja que en febrer de l'any passat hi havia aturades 1143 ciutadans al municipi. En termes generals, l'atur registrat al febrer de 2013 ha augmentat en 59.444 persones al conjunt d'Espanya, un 1,19% respecte al gener. Segons dades oficials, la xifra d'aturats a l'Estat és de 5.040.222 persones. En termes interanuals, l'atur augmenta en 328.124 persones. A Catalunya, el nombre d'aturats s'ha incrementat en 3.359 respecte al gener (0,51%), la qual cosa situa la xifra en 665.176 persones aturades.

S'inicia el cobrament de l'IBI

Els propietaris de bens immobles que tinguin domiciliat l'Impost de Bens Immobles (IBI) ja hauran notat el càrrec al seu compte bancari.

Des del passat dia 1 s'han començat a girar els rebuts pertinents.

Aquesta fracció solament la pagaran els que, com hem dit, tinguin domiciliat el pagament. Les següents quotes o fraccions es pesaran al cobro a principis del mes de juliol, la segona, mentre que la tercera serà principis de novembre.

Els propietaris que no tinguin domiciliat el pagament de l'IBI no hauran de pagar, al menys fins al mes de maig i ho podran fer al llarg d'un període que va des de el 2 de maig fins al 2 de juliol.

Un període dos mesos per anar-hi a les dependències de recaptació del carrer Josep Brunés, 5 i fer-ho efectiu.

El número de telèfon de l'Organisme de Gestió Tributària és el 93 472 91 79.

Des de l'ajuntament apunten que els veïns que vulguin també es poden informar del calendari de tots els tributs i taxes al web municipal (www.palauplegamans.cat).

Selmy

vesteix el teu interior

-50%

REBAIXES

EN TOTS ELS
ARTICLES DE TEMPORADA

La llenceria de
Palau-solità i Plegamans

Camí Reial, 162
T. 937 494 204

www.facebook.com/Selmy.Palau

MRB

Mobiliari de Perruqueria i Bellesa

Distribució:

PAHI

C/. Monòlit, 3
Palau-solità i Plegamans
08184 - Barcelona

Tel./Fax: 938 647 162
Mòbil: 667 665 386
mrovirabadia@hotmail.com

L'ALZINA

Gaudeix del nostre web !!

Entra a

www.alzinapalau.com

i hi trobaràs tot el contingut d'aquesta revista més
seccions dinàmiques per a donar la teva opinió.

Entra-hi !!

Batxillerat ESCOLA PIA Caldes **Curs 2013-2014**



Entrevistes personals des de gener

Pre-Inscripcions:

de l'11 al 22 de març

Modalitats: Ciències i Tecnologia, Humanitats i Ciències Socials

Seguiment tutorial - Orientació - Innovació - Ambient de treball

Escola Pia
Caldes de Montbui



Avda. Josep Fontcuberta, 166
938650333

caldes@escolapia.cat

Web: caldes.escolapia.cat

Una concentració ciutadana tanca els actes per reclamar la igualtat real de la dona



• Lectura del manifest.

Un nodrit nombre de persones es van concentrar en un acte simbòlic desenvolupat a la plaça de la Vila el passat dia vuit amb motiu de la celebració del dia de la dona. L'acte en el que es reivindica la igualtat real de la dona, fou presidit per l'alcaldeessa de Palau, Teresa Padrós i la regidora d'Igualtat, Àngels Marcuello. Totes dues van fer una crida en favor de les dones, perquè des de sempre i

ara també, "nosaltres som les que més patim, ja que estem vivint un retrocés de més de 30 anys en els nostres drets a conseqüència de les retallades que ens estan imposant tant el Govern Central com el de la Generalitat", va dir l'alcaldeessa. "Ens hem de revelar contra la dictadura econòmica que ens imposen i hem de perdre la por i defensar els nostres drets", va afegir Padrós. Àngels Marcuello, per la seva banda va encoratjar els presents animant-los "a lluitar pels drets adquirits i aconseguir més i majors conquestes",

Amb aquest acte es posava punt final a una setmana farcida d'actes endegats per diversos col·lectius i entitats. Fou el cas de l'Associació Dones per les dones que organitzà un concurs de menjars al món i una xerrada sobre assessoria d'imatge en col·laboració amb el centre d'estètica Sauna Bosa. Cal destacar també la Gimcana asexual per conscienciar els joves sobre la igualtat entre homes i dones que es va desenvolupar a l'Institut Ramon Casas durant tota la setmana.

Les JNC a Palau reinicien la seva activitat política

De la mà de quatre joves amb edats compreses entre els 20 i 24 anys, tornen a néixer novament les Joventuts Nacionalistes de Catalunya a Palau, l'organització juvenil del partit Convergència Democràtica de Catalunya (CDC) que havia quedat sense cap activitat després que els germans Payola haguessin superat l'edat dels 30 anys.

Els responsables de la nova formació política amb Jonatan Ambrosio de president i Andreu Canudes com a vicepresident tenen clar el que volen per un municipi com és Palau. En principi, el seu objectiu és implicar els joves per treballar pel poble. I ho volen fer amb tots els joves, independentment del seu pensament, ideologia o partit pel que es sentint atrets. "Nosaltres volem fer-hi una política diferent, una política sense crispació", diuen tots dos joves. En aquest sentit, en Jonatan apunta que des de la JNC volen "treballar de manera autònoma de CDC i", afegeixen, "ens agradaria que CDC no es fiqués en la nostra tasca". Els joves de les JNC son conscients de que l'actual moment polític no és per sentir-nos optimistes, però "nosaltres no tenim com a meta anar-hi a les llistes", sinó que el nostre objectiu inicial és el de treballar, amb altres joves, pels



• Presentació de les renovades JNC.

joves del municipi. En un acte desenvolupat al dia següent, a la masia de Can Cortès, responsables de CDC a nivell local, comarcal i nacional, Marta Pascal (presidenta JNC), Dani Viladot (cap comarcal JNC), Núria Colomé, (alcaldeessa de Sentmenat i cap comarcal de CDC) van donar el seu vist i plau a la nova formació participant a l'acte.

bolleria en general i xurros amb xocolata

Obert tots els dies de la setmana i caps de setmana

*Esmorzars de Forquilla
Carns a la Brasa
Plats Combinats
Cuina Familiar*

Av. Catalunya, 212 • T. 93 188 97 28
08184 PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS

JURIS BARCELONA
ADVOCATS

Penal
Delictes
Faltes
Accidents de trànsit
Violència domèstica
Alcoholèmies

Civil
Contractes
Herències
Família
Divorcis
Aliments

Carrer de Sant Lluís, 1 Local
(Cantonada Av. Catalunya)
Palau-solità i Plegamans

Tel: 93 302 53 94
665 93 45 50

Guber
Multiserveis S.L.

SERVEIS PROFESSIONALS DE NETEJA

Edificis
Oficines
Hospitals
Indústries
Particulars
Grans Superfícies
Primeres neteges

93 864 48 58

C/ SECRETARI GIL, 4
08184 PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS
CLUBER@GUBERMULTISERVEIS.COM
CERTIFICACIÓ DE QUALITAT ISO 9001 ISO 14001

REFORMAS-ALICATADOS

Construcciones MANU

**Reformes i construccions
Pressupostos sense compromís
Demostrada experiència**

T. 93 866 76 72 - M. 661 35 16 55 / 637 16 53 68
e-mail. alicatados.reformanu@gmail.com
08194 PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS

Demanen novament que Can Periquet sigui escola institut



• Revindicació a Can Periquet el març de 2012.

Els grups municipals del consistori paluenc, PSC, ICV, PPC, ERC i La Veu de Palau) van aprovar en el decurs del darrer ple municipal celebrat l'últim dijous del mes de febrer, una moció en la que s'insta a la Generalitat de Catalunya a "iniciar el procés de construcció del segon edifici de l'escola de Can Periquet per poder convertir-la en escola institut". Aquesta moció fou presentada pels regidors del PPC i defensada pel portaveu, David Zambrana. Es van afegir la resta de regidors dels diferents partits que componen el consistori paluenc a excepció dels integrants del grup municipal de CiU que es van abstenir. El portaveu de CiU va justificar la seva abstenció tot dient que malgrat estar-hi compromesos en cercar una solució per a Can Periquet,

defensar-ho és difícil per la baixada de la natalitat (baixada del padró municipal). En aquest darrer aspecte cal dir que la moció també demana la recuperació de la línia de P-3 eliminada pel Departament d'Ensenyament de la Generalitat.

El regidor d'Ensenyament, Carles Ticono que, com la resta de partits del govern i d'ERC i del PP va recolzar la moció, no va mostrar gaire optimisme en aconseguir l'objectiu de la moció apuntant que "la planificació de la Generalitat i el pressupost del 2013, no conviden a pensar que s'avanci en el tema". La demografia i l'augment del ràtio d'alumnes per aula, va afegir, "son dos aspectes que van en contra de crear més línies als centres educatius, tot i que l'institut escola de Can Periquet aportaria garanties de cara al futur, especialment quan el nombre d'habitants del padró torni a créixer".

Al costat del regidor d'Ensenyament també van estar la resta del govern municipal. Tant la portaveu socialista, com la de ICV, Carme Cabeza i Àngels Marcuello, respectivament van donar suport a la moció i als postulats de la mateixa argumentant l'incompliment del Govern de la Generalitat a la resolució del Parlament en que instava a la Generalitat a fer la inversió en un nou edifici que es preveia per Can Periquet. Si es fes resoldríem un problema real que ara tenim a l'Institut Ramon Casas, on la situació és insostenible, apunten les dues portaveus.

Propera estrena de "La veu de l'empresari"

El proper mes de març, s'estrena en Canal Català TV "La Veu de L'Empresari"

Un programa amb una clara vocació empresarial, que donarà l'oportunitat a l'empresari de poder informar, divulgar i en definitiva explicar, tot el relatiu al producte o servei que ofereix la seva empresa.

Darrere d'aquest programa està el periodista Alfred Salud, de qui parteix la idea, i se encarregarà de la direcció del programa

El programa serà presentat pel propi Alfred Salud i Germán Ramírez, showman amb amplia experiència en radio i Tv que es va fer popular per la seva participació en "Gran Hermano" així com per ser un habitual col·laborador en l'actualitat de "Radio Flaixbac", Germán Ramírez donarà un notable canvi al seu registre habitual.

També es comptarà amb la col·laboració habitual de Lucía Millán, que serà de gran ajuda i reforç en algunes de les seccions del programa, com les de sanitat, o ensenyament, "La Veu de L'Empresari" pretén ser la plataforma ideal entre empresaris i consumidors, volent-se convertir en una tribuna oberta a l'abast de tots, on poder no solament explicar l'objectiu empresarial de cada empresa, si no que tinguin l'oportunitat de tenir opinió i plasmar-la en el sector el que es mouen.

La nau de Trefal tancada i barrada definitivament

Tal i com havíem publicat en aquesta revista el passat mes de febrer, Bankia ha tancat definitivament qualsevol accés a les instal·lacions que havia ocupat l'antiga empresa Trefal al Camí Reial prop a la rotonda de la carretera de Sabadell. Les dependències estaven en una situació deplorable amb el consegüent perill que tot plegat comportava per a qualsevol persona que passés pel seu voltant o que accedis a les citades instal·lacions.

Amb les obres que han durat uns quinze dies, "l'entitat financera ha tapiat les portes i finestres i qualsevol altre accés a les dependències i ha acabat amb la manca de seguretat que patien els ciutadans", assegura el regidor de Medi Ambient, Pedro Sanchez

La situació en la que estaven les naus era tant deplorable i potencialment perillosa que l'Ajuntament va haver d'instar i, fins i tot, amenaçar l'entitat financera que, com creditor, s'havia quedat amb les instal·lacions després del tancament de Trefal, amb endegar accions fins i tot judicials sinó procedien amb urgència a posar fi a la situació de perill que havia. Uns dies després de l'ultimatum de l'Ajuntament, Bankia va iniciar el tancament total de qualsevol accés a les instal·lacions que, com apuntem, ja ha finalitzat

Reeixir

Herbodietètica
Teràpies Naturals

Acupuntura - Naturopatia

Homeopatia - Teràpies florals

Colorpuntura - Drenatge linfàtic

Quiromassatge terapèutic

Reflexoteràpia podal

Parafarmàcia
Cosmètica Natural

Camí Reial, 132

Palau-solità i Plegamans

reeixirscp@gmail.com - 93.863.99.40

L'1 SE7 SE7 D'EN JOSEP

BAR RESTAURANT

Obert tots els dies

Menú de dilluns a divendres

Ambient familiar

Especialitat en tapes, torrades i cuina de mercat

Servei en terrassa

Av. Catalunya, 177

08184 Palau-solità i Plegamans

Tel. 93 863 97 36

VALLÈS 11 S.A.

LLOGUER LOCALS
Oficina 40 m²

+

Magatzem 70 m²
300€ / mes

CASA EN VENDA
STA PERPETUA
(La Florida)

4 hab. (1 suite)
3 banys
Garatge 5 cotxes

93 864 0744 / 676 454630

CHIC-ITINES

AMB ZONA OUTLET

PRIMERES MARQUES
PER A NENS I NENES



SEGONES
REBAIXES

talles grans 5, 7 i 10€



Ja tenim la
NOVA COL·LECCIÓ
DE PRIMAVERA !

C/ Barcelona 37/cantonada Dom Bosco • tel. 647 50 69 59 • 08184 Palau-solità i Plegamans

Lliuren els premis als guanyadors del concurs de dibuix sobre l'aigua i el medi ambient



• Els guanyadors del concurs de dibuix de la Fundació CASSA.

El passat dia set, els alumnes guanyadors en el 13 concurs de dibuix que organitza cada any la Fundació CASSA van rebre el premi de mans dels responsables del director general de CASSA, Miquel Àngel Fos, i de l'alcalde de l'Ajuntament de Palau, Teresa Padrós.

L'acte de lliurament dels premis es va desenvolupar a l'auditori de Can Cortès. El primer classificat es va emportar una bicicleta i va aconseguir també pel centre al qual estudia, el CEIP Palau, un val per a material escolar valorat en 150€. El segon premi va ser un iPod Nano, mentre que els tres accésits es van fer amb un reproductor MP4. A més a més els alumnes finalistes en el concurs van rebre com a detall sorpresa un diccionari català-anglès per a cadascun.

El concurs de dibuix forma part d'un programa educatiu destinat a formar els nens i nenes sobre l'aigua, la importància de no malgastar aquest bé i de no malmetre el medi ambient.

Mitjançant la col·laboració entre les escoles de la vila i l'empresa Aigües de Sabadell-Grup Cassa, en el concurs d'enguany han participat en el programa un total de 165 alumnes, amb edats compreses entre els 3 i els 14 anys.

Palau demana ajudes a la Diputació per valor de 500.000€, entre d'altres, per fer una pista coberta

L'Ajuntament de Palau ha presentat a la mesa de Concertació de la Diputació de Barcelona projectes per executar al llarg el pròxim trienni (del 2013 al 2016), organisme provincial que limita les subvenció en el citat període als 500.000€. Segons la petició, signada per l'alcalde de Palau, Teresa Padrós, el projecte estrella a realitzar durant aquest període seria una pista coberta al costat dels pavellons actuals. Però per aquest primer any 2013, la petició s'emmarca en actuacions d'asfaltat a diversos carrers del municipi. El cost total és de 330.000 euros, i la subvenció sol·licitada és de 180.000 euros.

Nova pista Roberta

La petició d'ajuda estrella en el trimestre és, com hem apuntat en el paràgraf anterior, per una pista Roberta a construir al costat dels actuals pavellons d'esports. Per aquest projecte i construcció hi ha una despesa prevista

inicialment que supera els 459.000€. La subvenció demanada a la Diputació és de 300.000€.

Segons paraules de la pròpia alcaldessa, la raó bàsica de construir aquesta pista es sustenta en la necessitat de crear un nou espai esportiu. Una necessitat, segons Padrós, per compaginar la pràctica esportiva dels clubs palauencs amb altres activitats de caràcter festiu, cultural i/o comercial. Padrós es refereix a la possibilitat de realitzar en el nou equipament actes de caràcter festiu o comercial en moments com la Festa Major o la Fira Palau. No hauria necessitat de llogar l'envelat o alguna carpa i en aquests moments, afegeix Padrós, "ens vindria molt be perquè podríem ocupar aquest espai encara que ploqui".

Per al 2016, darrer any per al que ara es pot demanar ajudes de la Mesa de Concertació, la sol·licitud realitzada és per un valor de 16.000€ per a temes i activitats referents a la salut pública.

Entra al nostre web
www.alzinapalau.com

Podràs donar la teva opinió a la
secció **COMENTARIS**

TENEMOS SOLUCION PARA TODO.
ESCUCHAMOS TUS PROYECTOS.



**PALAU TOT
CONSTRUCCIO**

C/Florida, 19, Urb. Els Turons
08184-Palau-Solità i Plegamans
(Barcelona)
Teléfono: 661 26 74 30 / 666 08 93 11
Fax: 93 864 59 76
Correo: palautotconstruccio@gmail.com
Página web: www.palautotconstruccio.es

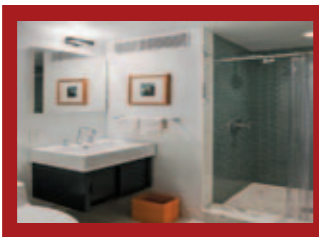
**Reformas con la mejor
relacion calidad-precio.**

Reforme su hogar:
cocinas, baños, terrazas,
impermeabilizaciones, fachadas,
carpintería interior y exterior,
parquet, calefacción y
climatización, fontanería, pintura.
Además, somos especialistas en
trabajos en espacio de difícil acceso.

OFERTA ESTE TRIMESTRE. VALIDA HASTA EL
31 DE MARZO DE 2013

REFORMA DE BAÑO COMPLETA
Incluye: Picado de pared y suelo,
instalación de agua y luz nueva, con
bañera o ducha, inodoro, lavabo
completo, con mampara y grifería.

PRECIO 3.200 € (I.V.A. INCLUIDO)



TENEMOS SOLUCION PARA TODO.
ESCUCHAMOS TUS PROYECTOS.

L'ALZINA

Gaudeix del nostre web !!

Entra a

www.alzinapalau.com

i hi trobaràs tot el contingut d'aquesta revista més
seccions dinàmiques per a donar la teva opinió.

Entra-hi !!

E.S. MARTÍ

DISTRIBUCIÓ DE GASOIL A DOMICILI

Telèfon 93 864 96 41

Mòbil 629 31 69 30

0884 Palau-solità i Plegamans

**RESTAURANT
EN TRASPÀS**

**CÈNTRIC I TOTALMENT
EQUIPAT**

3 menjadors i terrassa menjador coberta.
500m² de terrassa descoberta i jardins

Per a començar l'activitat
D'IMEDIAT

Interesats, trucar al tel.

610 76 83 41

MNAY

**CALÇATS I COMPLEMENTES
DE MODA**

la nova botiga de Palau en
calçats i complementes
per a tu

Barcelona, 27 • T. 618 84 42 27
08184 Palau-solità i Plegamans

L'Ajuntament demana subvencions a la Generalitat per als pròxims tres anys



• Edifici de la Generalitat de Catalunya.

alguns dels projectes i iniciatives que volen desenvolupar. Les ajudes que es podem demanar per la via del PSUOC no poden superar els 500.000€ al llarg dels tres anys esmentats o, no poden superar el 70 per cent de la despesa total dels projectes a dur endavant. Dit d'altra manera, els ajuntaments han d'aportar com a mínim el 30 per cent del cost global de les obres.

Per aquest 2013, la petició realitzada des de l'Ajuntament es centra bàsicament en actuacions a diversos carrers dels polígons Riera de Caldes i de Can Cortès, del polígon 1 de Can Riera, Montjuïc, Carrerada, etc. També en actuacions a diferents edificis públics com l'Ajuntament, Centre Cívic. Escorxador, etc.

Per al 2014, la petició realitzada es basa principalment en obres encaminades a la millora de l'enllumenat públic d'una de les zones cèntriques del poble. Entre els carrers en els que s'actuarà hi ha els carrers de Colom, Sant Miquel, Barcelona, Pintor Vayreda, Mossèn Cinto Verdaguier, passeig de la Carrerada, Folch i Torres, Dom Bosco, Padró, etc.

El projecte de reurbanització del polígon industrial de Can Cortès Nord és la petició bàsica de l'any 2015, mentre que per a l'any 2016, la petició realitzada a la Generalitat és per aconseguir la subvenció necessària per materialitzar i "executar la xarxa de clavegueram en el sector del Montjuïc amb l'objectiu de dotar a totes les parcel·les d'escomesa de clavegueram", segons apunta l'alcaldeessa Padrós.

Per al trienni entre aquest any 2013 i el 2016, i per dur endavant actuacions i iniciatives a realitzar al llarg del municipi durant els pròxims tres anys, l'Ajuntament de Palau ha presentat a la Generalitat les peticions de subvencions que s'emmarquen dintre del conegut Pla Únic d'Obres i Serveis de Catalunya (PSUOC) amb el que la màxima institució catalana ajuda els ajuntaments a desenvolupar

Nova cita per anar a Montserrat caminant



• Els participants a la caminada a Montserrat, l'any passat.

Els centres excursionistes de Palau i Caldes organitzen una nova edició de la Caminada a Montserrat que cada any realitzen els palauencs/ques i calderins/nes que ho desitgen, siguin o no socis de les entitats esmentades. La cita és per al pròxim dia sis d'abril a les 5,45 hores del matí, hora en la que està prevista la sortida, tant des de Palau com des de Caldes.

Els palauencs que s'apunten a realitzar la caminada de 45 sortiran, com en anteriors edicions, direcció a Sentmenat, població veïna en la que, al voltant del Castell de Sentmenat, es trobaran amb els expedicionaris que arribem des de Caldes. Després, per vies perfectament senyalitzades i en etapes perfectament definides amb sis avituallaments repartits al llarg del recorregut la majoria arribaran dalt de la muntanya, tot i que els 45 quilòmetres es poden fer una mica durs per aquells que no esten una mica preparats físicament, però que també deixarà pales que amb esforç es poden aconseguir fites importants. Els responsables de l'organització esperen que el gruix de l'expedició arribi als voltants de les sis de la tarda.

Després de la maratoniana jornada, unes 12 hores, un autobús recollirà els caminats per tornar-los novament a Palau i/o Caldes.

La d'enguany és la XIV edició que es fa. L'any passat hi van prendre prop d'un centenar de persones, tot i que alguns van haver de "desistir en l'intento".

• **La sortida de Caldes de Montbui és a les 5.45 del matí** de l'aparcament del Parc de l'estació.
El control d'inici s'obrirà a les 5.15h.

• **La sortida de Palau-solità i Plegamans és a les 5.15 del matí** de la masia de Can Cortès.

Inscripció:

• **17 euros** per als socis del CECMO i del Centre Excursionista Palau-solità i Plegamans

• **19 euros** per als no socis.

Inscripció anticipada: fins el dijous 4 d'abril

• **15 euros** per als socis del CECMO i del Centre Excursionista Palau-solità i Plegamans

• **17 euros** per als no socis.

- **El preu inclou:** 6 avituallaments, el trasllat de les motxilles entre controls i la tornada amb autocar.

- **El preu no inclou:** esmorzar i dinar.

- **És obligatori estar federat**, si no ho esteu el CECMO us tramitarà una assegurança per **2,20€ addicionals a pagar el dia de la sortida**.

- Per a tenir el lloc assegurat a l'autocar de tornada **recomanem fer el pagament anticipat**

♦ **En efectiu:**

CECMO

Centre Cívic i Cultural, sala 1

Buenos Aires 16-18

08140 Caldes de Montbui

Els dijous de 9 a 2/4 d'11 del vespre

Centre Exc. Palau-solità i Plegamans - Camí Reial 56

Els dimecres de 9 a 10 del vespre

♦ **Per transferència:**

al compte de la Caixa: **2100 0076 48 0200444382**, indicant el nom de qui fa l'ingrés i enviant un correu electrònic a info@cecmo.net especificant el nom dels inscrits, el seu DNI i si estan federats. Cal indicar també si es surt de Palau o de Caldes

♦ **Per a més informació:**

Tels.: 626 583 495 – 938 651 822 – 667 570 572 – 677 587 625 i als centres excursionistes en els horaris indicats

Què cal portar:

- Frontal o llanterna
- Dues motxilles: una petita per caminar i una altra més gran amb el menjar i roba de recanvi que es pot deixar als cotxes de l'organització
- Roba còmoda i calçat adequat
- Roba de pluja
- Telèfon mòbil
- Esmorzar
- Dinar

Nota:

En cas de mal temps la caminada s'ajornarà al dissabte següent, 13 d'abril.

nano's
moda i puericultura

**A SOM 2 I A NANO'S
FORASTOCKS DINS LES
NOSTRES BOTIGUES**

Camí Reial, 118 • Palau-solità i Plegamans
Tel. 93 866 77 90 • www.nanospalau.com

Tallers Sant Joan

REPARACIÓ GENERAL DE L'AUTOMÒBIL

C/ Sant Joan, 100 Local • 08184 PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS
Tel. 93 863 95 45 • email: tallerssantjoan@gmail.com

TALLER REPARACIÓ MULTIMARCA
MECÀNICA I ELECTRICITAT
REVISIONS DE MANTENIMENT I PER A I.T.V.
REPARACIÓ AIRE CONDICIONAT
PNEUMÀTICS

EL SEU MECÀNIC DE CONFIANÇA A PALAU

C/ Boadella Vell, 1 • tel. 93 864 92 46
Pol. Ind. Riera de Caldes • Palau-solità i Plegamans

BAR RESTAURANTE
CAN RIERA

sábados, almuerzos de tenedor



*Todos los martes, parrillada
de carne elaborada con
carbón extremeño*

MENU DIARIO
PLATOS COMBINADOS



INSTAL·LACIÓ I REPARACIÓ

tecn_iinstall2003@yahoo.es

VENDA I REPARACIÓ TV • DVD • HOME CINEMA

Primeres Marques

LCD • LED • PHILLIPS • SONY • LG • SAMSUNG • TOSHIBA

Consulti les nostres ofertes !!



Receptor
ENGEL RS480OHD

Distribuidor oficial:



- Antenes: Terrestres i parabòliques
- Porters automàtics
- TV - Video - HiFi - DVD
- Comandaments TV
- Informàtica
- Sistemes Televisió
- Comunitats, particulars, empreses...

SERVEI TÈCNIC
REPARACIÓ I ACTUALITZACIÓ DE VIDEO-CONSOLES

totes les marques



Tel. 93 864 38 37 • 635 636 493

Camí Reial, 155 - 08184 Palau-solità i Plegamans

Lliurament dels premis de les nades de la Penya Barcelonista

• Tots els premiats en l'habitual foto de família.



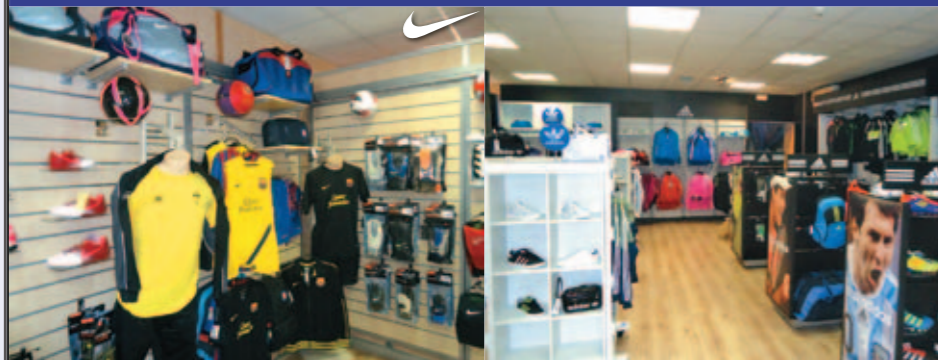
El passat dia 1 de març es va dur a terme el lliurament dels premis als participants i guanyadors del 20è Concurs de Nades Josep Mas i en el que participen nens i nenes de totes les escoles del poble de 3 a 16 anys amb temes relacionats amb el Barça. L'acte organitzat per pla Penya Barcelonista de Palau es va desenvolupar al teatre de la Vila ple de gom a gom des d'un principi. En el van prendre part els pallassos que van amenitzar l'estada fins que es van repartir els premis. Abans però hi van intervenir diverses personalitats, com l'alcalde de Palau, Teresa Padrós que va encoratjar els assistents i els va animar a formar part o al menys, col·laborar amb una entitat que tant a fet per Catalunya i que serveix de lligam i que actua com una eina d'integració.

Segons els responsables de la Penya, fou una festa molt acollidora al Teatre de la Vila i cal un agraïment per par de tothom. Pet als que venen de fora, per als que van participar, al voltants de 400 nens i nenes, i també per als premiats en qualsevol de les cinc categories en que es repartien els premis.

A més de l'alcalde Teresa Padrós, també hi havia el regidor esports, Miquel Rovira, els caps dels col·legis del poble, el president casal d'avis, artistes locals, associacions i altres entitats del poble. Per part del F.C. Barcelona hi havia en Josep Maldonado, per part de l'Agrupació de veterans estava present l'ex porter del Barça, Pere Valentín Mora i, com sempre, també estava l'Avi del Barça i l'ex en candidat a les eleccions del Barça. l'Agustí Benedito.

Els responsables de la Penya agraeixen la col·laboració que fa cada any el Mundo Deportivo amb regals per tots el nens. Un agraïment que també fan extensiu als col·legis Folch i Torres, Can Cladellas, Escola Palau i Marinada i sobre tot "als nostres amics L'Angelines i el Paco". En el decurs de l'acte també es va fer un recordatori en pla homenatge a Tomàs Farnés membre del jurat al llarg de tots aquests anys i que ens ha deixat el passat 25 de febrer.

vallès cd



RENOVEM LA IMATGE

Ronda Boada Vell, n 27C
Pol. Ind. Riera de Caldes
08184 Palau-solità i Plegamans
Tel. 93 864 86 44

Els primers bots



El passat dissabte 23 de febrer, el club ACB Palau de Plegamans va organitzar una trobada de escoles de bàsquet, al pavelló Maria Víctor, a la que van assistir diferents equips convidats de poblacions veïnes. La trobada va servir per que els més petits, els que encara no són a cap categoria reglada i no estan federats per competir oficialment, tinguin una experiència molt semblant a jugar un partit

de basquetbol, amb regles adaptades per fer el joc més senzill. Aquest fet fa que l'activitat esdevingui especialment lúdica i engrescadora pels nois i noies que s'inicien al món de la cistella. L'esdeveniment va comptar amb dos equips de Lliçà, un de Montornès i un de Badia, apart dels propis de l'entitat que feia d'amfitriona. Varen estar prop de tres hores jugant partidets entre tots els equips, sota la mirada atenta del públic que hi havia a les grades, la major part format per familiars, amics i organitzadors. L'activitat va finalitzar sense perdedors ja que el resultat no és gaire important i el que es vol transmetre son els incentius de tipus educatiu i l'esportivitat per sobre de la competitivitat. La cloenda va servir per celebrar amb un refrigeri el temps compartit per tots els integrants de la trobada, i pels joves jugadors una petita gratificació per l'esforç fet.

Les escoles de bàsquet van dirigides a nens i nenes de 5 a 12 anys, sense llicència per competir, però amb llicència d'escola de bàsquet. Per això es considera l'Escola de Bàsquet com la primera categoria del jugador. L'Escola de Bàsquet és una organització que té com a objectiu l'ensenyament del joc del basquetbol com a pràctica activa, introduïda per jocs reglamentats amb similituds al joc real del bàsquet, i motivada amb incentius de tipus educatiu i formatiu. A l'hora de definir els objectius de l'escola, caldrà tenir com a prioritat la formació i educació, tant esportiva com humana.

L'ALZINA

Gaudeix del nostre web !!

Entra a

www.alzinapalau.com

i hi trobaràs tot el contingut d'aquesta revista més seccions dinàmiques per a donar la teva opinió.

Entra-hi !!



- PROJECTES DE JARDINERIA SIMPLE
- ESTALVI D'AIGUA (considerable) AMB INSTAL·LACIÓ DE REGS AUTOMÀTICS
- MANTENIMENT DE JARDINS (des de 54€/ mes)
- ADOBS I HORTS ECOLÒGICS

JARDINERIA INTEGRAL

St. Miquel, 29 • 08184 Palau-solità i Plegamans • Tel. 93 864 84 41

dtd wheels

TOT TIPUS DE LLANDES I PNEUMÀTICS NOUS I D'OCASIÓ



Avda- Camí Reial 32 (nau 1)
Palau-solità i Plegamans 08184 BCN

Tel. 93 863 94 65 / Fax. 93 863 97 75

info@dtdwheels.com • www.dtdwheels.com

►►► Dormim en una postura correcta per a la nostra esquena?

La nit és la part del dia durant la qual, teòricament, amb el descans, els nostres músculs es relaxen i s'alliberen de totes les tensions acumulades durant el dia. Aleshores, *per què ens fa mal l'esquena quan ens llevem de dormir?* Aquesta és una pregunta que es fa molta gent i per contestar-la caldria analitzar les diferents qüestions:

El matalàs és adequat?

El matalàs és una de les principals parts del llit que pot donar lloc a que el nostre descans no sigui l'adequat. Actualment hi ha una gran gama de matalassos al mercat, tots ells amb unes correctes prestacions, dissenys i materials que ens assegurin una posició correcta mentre dormim. És per tots conegut que el més indicat és que el matalàs sigui dur i amb un gruix suficient per evitar que es deformi quan ens estirem sobre d'ell. L'efecte es complementa si a més a més hi posem una base de làmines que permetin la repartició del pes i eviti que hi hagin zones del nostre cos que rebin més pressió que altres.

El matalàs ha de ser dur, però el suficientment tou perquè s'adapti al nostre cos i quedi tot totalment recolzat a sobre.

S'ha de tenir en compte que en situacions d'enllitament especials, com ara malalties llargues, existeixen uns altres

tipus de matalassos especials que a més a més de vigilar pel correcte descans de la nostra esquena tenen en compte altres factors com ara evitar l'aparició de llagues al cos.

Un altre aspecte a destacar del matalàs, i en aquest cas del somier, és la possibilitat de moure la zona del cap i/o de les cames. Això permet que no s'hagin d'adoptar postures incorrectes, per exemple a l'hora de llegir, aixecant una mica la zona del cap, o bé millorar la circulació sanguínia de les cames, aixecant la part d'abaix, en aquelles persones que així ho necessitin.

Com ha de ser el coixí?

Es parla molt del tipus de coixí ideal per dormir. Al mercat actualment en podem trobar de moltes formes i gruixos diferents que es presenten com els ideals per acabar amb el mal d'esquena i en concret amb el de cervicals.

És important saber que no pot existir cap coixí estandar que pugui ser vàlid per a tothom, i ara explicarem el per què. Per ser correctes els coixins de dormir haurien de ser fets a mida depenent de l'arc cervical de cada un. Quan ens estirem de cara amunt el coll ens fa un buit que no toca amb el matalàs i és precisament aquest gruix el que hauria de tenir el nostre coixí per assegurar un descans correcte de la columna cervical. També hem de dir que és important que el coixí ens arribi fins a les espatlles, agafant tot el coll, i no ens quedi només a sota del cap.

Quina és la postura més correcta?

Deixant de banda la postura que seria correcta per a adoptar al llit en casos especials, com ara problemes respiratoris, circulatoris, post-operatoris, etc..., es pot dir que la millor posició per a la nostra esquena és la anomenada com a "fetal". Aquesta posició consisteix a posar-se de costat, amb les cames doblegades cap el pit i el cap mirant als genolls. D'aquesta manera tota la musculatura de la nostra esquena pateix un estirament suau que ajuda a relaxar-la.

En cas d'estar estirats de cara amunt és convenient doblegar els genolls o bé col·locar un coixí a sota de les cames per ajudar a que la zona lumbar s'estiri i quedi en contacte amb el matalàs. Si preferim dormir de cara avall, es recomana que es col·loqui un coixí prim a sota de la panxa per evitar que les nostres lumbrals quedin arquejades.

El que és cert és que el més important de dormir a la nit és el descans del nostre cos i cada un hem d'ésser conscients de les nostres possibilitats i necessitats per aconseguir-ho.

Susanna Garriga Artigas
CENTRE DE FISIOTERÀPIA PALAU
Fisioterapeuta col. 2657
Tècnica en Medicina Tradicional Xina

►►► Menjar bé a Palau... al Caliu



Avui: Tronc de Lluç

La fusió de la cuina basca i cuina catalana és una de les iniciatives que ha començat a impulsar i fomentar des del restaurant Caliu, en Francesc Espejo. És una nova experiència que "ha tenido un éxito rotundo este pasado y primer fin de semana en que hemos ofrecido el producto del nuevo asador", diu la jove empresària i responsable del restaurant Caliu, l'Ana Maria Adames, Amèrica per als amics. I el que de moment potencia Espejo com exemple d'aquella cuina és un tronc de "lluç pinxo" amb D.O. Galícia que serveix fresc cada dia en Josep Sampera. "És un peix que molts japonesos voldrien tenir", diu Espejo, qui no dubte en manifestar que ho fa a la brasa amb un sofregit d'all i seguint la recepta de J.M. Arzak, mestre del que no cal donar referències.

Dintre de la gama de l'Asador Borruntxi d'Ondarrabia, al Caliu també fan d'altres plats a la graella com el "cogote donostiarra", el "calamar pescat amb ham, begui-aundi" (ulls grans amb el vinagre esmerçat i amb la seva pròpia tinta).

La novetat del rostidor és un intent de potenciar i fusionar la cuina basca amb la cuina de mercat catalana. És un gest generós d'en Francesc que posa a l'abast dels palauencs/ques, dels clients del Caliu l'experiència adquirida en la seva estada a Euskadi.

Una nova introducció d'en Francesc al taller de la cuina és la nova carta que està farcint de plats de mercat. Malgrat que encara no volen dir de quines novetats es tracta, podem avançar ja una nova amanida que tenen a punt. És tracta d'una amanida de favetes "baby" confitades amb oli d'oliva i regades amb vinagreta de menta poliol fresca i amb cruixents d'ibèrics. Un bon primer plat per acompanyar aquell tronc de lluç o altre plat fruit del rostidor del Caliu.

Tot aquest suggeriment podria estar regat amb un bon vi blanc, per exemple, un Marquè de Alella o Marques de Riscal. Si fos al País Basc podria anar-hi acompanyat d'un Txacolí i, si cal, d'un vi torbi gallec.

Cal remarcar que existeix un menú molt interessant i no gaire diferent de la carta. És un menú assumible, econòmicament parlant, de gran qualitat al preu de 13€ amb aperitiu d'entrada i café per a posar fi a l'estada.



Ingredients per a quatre persones

4 tacs de lluç pinxo de 250grs.

Posar-los sobre la brasa molt calent (si no està ben viva es desfarà el peix). Donar-li la volta de tant en tant, fins que estigui ben cuit. (quan es separa de l'espina, estarà ben fet). Uns 20' seran suficients.

A continuació, ho posarem a la safata acompanyat d'unes verdures a la brasa.

Després ho regarem amb un sofregit fet d'alls laminats i un tros de bitxo. Escaldem el lluç per sobre i també ho mullarem amb un raigolí de vinagre de poma.

FISIOTERÀPIA

LA TEVA SALUT EN BONES MANS



Palau

CENTRE DE FISIOTERÀPIA

- Fisioteràpia i Rehabilitació
- Massatge terapèutic i esportiu
- Medicina Tradicional Xina (Acupuntura)
- Kinesiotaping
- Gimnàstica Correctiva

C/ Barcelona, 5-7, 1r 1a
08184 Palau-solità i Plegamans

93 864 46 94 • 636 818 185

Horari de dilluns a divendres
de 9 a 13 i de 15 a 20

PREU ESPECIAL A MAJORS DE 65 ANYS

Caliu

bar-restaurant - braseria

C/ Comerç, 1
Tel. 93 864 67 99
Palau-Solità i Plegamans

FEM MENÚS A MIDA

Suggeriments cada setmana
Menú diari amb 4 primers (a escollir)
i 4 segons (a escollir)
Reserves per a grups, celebracions
i menjars d'empresa
Dilluns tancat

►►► La Psoriasi – Altra Medicina

Psoriasi prové de la paraula grega "psora", que significa picor. La psoriasi és una malaltia inflamatòria, immunològica, crònica i recurrent de la pell.



La psoriasi cursa en brots que es caracteritzen per l'aparició d'unes plaques vermelloses amb escates ben delimitades que solen localitzar-se de manera simètrica a les zones del cos com colzes, genolls, zona sacra i cuir cabellut

però de vegades en tot el cos. Pot afectar a persones de qualsevol edat, encara que sol iniciar-se entre els 15 i els 35 anys, en proporció similar en homes i dones. Es calcula que el 2% de la població pateix psoriasi. La causa és desconeguda i encara que no es estrictament hereditària sembla que hi ha una certa predisposició a patir-la quan hi han antecedents familiars. No és contagiosa. Els factors que poden desencadenar són estrès emocional, traumatismes, infeccions i certs medicaments com lití, betablocadors, antipalúdics o interferó, consum excésiu d'alcohol i tabac, sobrepes ...

Sembla que hi ha un component emocional molt relacionat

amb el desenvolupament de la psoriasi. De vegades aquesta malaltia es veu reflectida en l'angoixa i por, i de forma externa es veu el dany a la pell.

Les àrees subjectes a abrasió o frec constant són susceptibles a l'atac de psoriasi.

Remeis casolans i consells per a la psoriasi

1. Bany calent de sals Epsom seguit amb una aplicació generosa d'oli d'oliva. Això és beneficiós en el tractament de la psoriasi;
2. Bany regular d'aigua de mar;
3. Compreses humides de fulla de col en la pell afectada per psoriasi;
4. Cataplasma de fang elimina les toxines de la pell afectada;
5. Aplicar una combinació de gel de àloe vera i oli d'all;
6. Preparar 1 tassa d'oli d'oliva, afegir 2 gotes d'oli de calèndula i 1 gota d'oli d'orenga;
7. Exposició al sol;
8. Fer esport, exercicis de relaxació afavoreix aquesta malaltia. Ajudar a la sudoració perquè els ronyons i el fetge compleixin la seva funció de drenatge, etc.

Alimentació i suplementes recomanables

És important mantenir una dieta equilibrada, menjar fruites, verdures i aliments que contenguin àcids grassos. No consumir molta carn ni làctics, així com evitar el cafè, tabac, greixos saturats i els menjars que no aporten nutrients.

En algunes persones que són al·lèrgiques a aliments (subalergias) poden ser una causa de les psoriasi o les vacunes i l'excés de medicaments amb aquesta malaltia.

Els suplementes que destaquem per la psoriasi són: 1) Vitamina A (aliments de color groc, vermellós, taronja); 2) Vitamina C (redueix els símptomes i prevé la malaltia ja que té propietats antioxidants); 3) Àcid fòlic; 4) Seleni (manté la pell amb elasticitat i retarda el procés natural de l'oxidació); 5) Zinc; 6) Àcids grassos omega 3 (qualitats antiinflamatòries).

Plantes Medicinals

És important partir des de dins del nostre cos per curar o millorar aquesta malaltia que la veiem per fora (a la pell). Per això purificar la sang i el fetge serà de gran ajuda. La dent de drac, card marià, l'àloe vera són alguns que faciliten aquest procés.

Altres plantes medicinals serien: Bardana, Cua de cavall, Pensament, Dent de lleó, Ortiga verd, Equinacea, Farigola, Calaguala, etc.

Homeopatia

Hi ha diferents remeis per tractar la psoriasi amb els seus símptomes així com per les diferents afeccions de la pell. Aquí destaquem alguns dels principals remeis. Petroleum, Psorinum, Graphytes, Berberis aquifolium, Calcària carbònica, Calcària sulphurica, Hydrocotyle asiatica, Kali arsenicosum, Manganum, Ammonium carbonicum, Arsenicum iodatum, etc.

Lidia Ruiz Tabuenca
Homeòpata Unicista i Naturòpata

►►► Flors i plantes a casa. Març



La **freèsia** amb la seva delicada fragància, ens dóna la benvinguda a la primavera. Es tracta d'una flor de tiges llargues de colors vius molt bonics que van des del blanc fins un vermell intens.

Té una floració bastant llarga gràcies a que al final de cada tija hi ha varies flors. A més a més, la seva aroma ens perfumarà casa nostra d'una forma ben ecològica.

Com a flor tallada en podem treure molt profit. A casa, dins d'un gerro de vidre i col·locades soles de manera informal. Per regal, combinades en un bouquet amb altres flors primaverals com tulipes, renuncles, gerberes. Fins i tot, és una flor molt apreciada per elaborar rams de núvia, tant sigui com a flor principal o complementària.

També podem gaudir de la freèsia, com a planta d'exterior. Es tracta d'un bulb, que podem començar a plantar a la tardor si el clima és suau. Com que no tolera gens les gelades, si hi hagués risc de patir-ne, ens esperàriem a finals de l'hivern. També podem plantar la llavor, però és més complicat. També es comercialitza ja crescuda en testos. Només ens caldrà plantar-la en un lloc amb molt sol directe i terra molt ben adobada.

Dia 24 de març - DIUMENGE DE RAMS (dia de la palma)

Floristeries Duran



flors
plantes
decoració
ambient
regal
i tot en jardineria:
bulbs
arbres fuiters
rosers
arbustos
adobs
terres tractades

C/ Sant Lluís, local 1
Tel. 93 864 87 54
08184. Palau-solità i Plegamans

GABINET TERÀPIES ALTERNATIVES



HOMEÒPATA – NATURÒPATA – KINESIÒLOGA

Lidia Ruiz Tabuenca

Postgrau i Màster en Homeopatia. (IHC). SEHC nº 184

Llic. Biologia (UB). Doctora en Medicina i Cirurgia (UAB)

Bronquitis – Amigdalitis – Otitis – Estrenyiment – Trastorns digestius – Psoriasi – Èczema – Fibromiàlgia – Fatiga – Artritis – Ciàtiques – Lumbàlgies – Migranyes – Depressió – Ansietat – Insomni – Asma – Al·lèrgies – Dolors Menstruals – Embaràs – Menopausa – Trastorns circulatoris, etc.

ACUPUNTOR

Angel Puertas Tarjuelo

Diplomat en Medicina Xinesa. SAC nº 8751

Migranyes – Hipertensió – Varius – Transtorns digestius – Asma – Sinusitis – Herpes Zòster – Psoriasi – Paràlisi facial – Ansietat – Insomni – Fatiga – Fibromiàlgia – Ansietat – Insomni – Lesions esportives – Dolors musculars i articulars (ciàtica, lumbàlgia, artrosi, artritis...), etc.

C/Narcís Monturiol, 3 – Palau-solità i Plegamans

Lidia Ruiz – T. 649531184 – lidia.ruiz.66@gmail.com

Angel Puertas – T. 646767304 – anluputar@yahoo.es

Cal Sabater
Restaurant-Bar

Menú diari
9,5€
(de dilluns a divendres)

Menú dissabtes
13,5€

FEM CÀTERING PERSONALITZAT

Avda. Catalunya, 206 • 08184 Palau-solità i Plegamans
Tel. 938 648 585 • calsabater@yahoo.es

VENDA DE PARCEL·LA de 250 m²
amb plànols i permisos de l'Ajuntament
(a 50m de Mercadona)
Interesats trucar al Tel. 696 403 962

SOLARS EN VENDA

VENDA DE SOLAR de 435 m²
a l'entrada de Can Falguera. c/ Major.
Interesats trucar al Tel. 696 403 962

MARÇ 2013

Incidències Destacades

Detencions

Una persona va ser detinguda a la deixalleria quan estava intentant robar diversos objectes metàl·lics. El fet va tenir lloc el 12 de febrer i la Policia local va actuar alertada per un veí que va observar la presència d'aquesta persona quan la deixalleria estava tancada.

D'altra banda dues persones van ser detingudes, el dia 14, pel robatori d'un anell a una persona, amb violència i intimidació, al carrer de La Forja. La Policia Local va actuar alertada per una persona que va donar l'avís que s'estava produint el succés.

Control d'alcoholèmia

Una persona ha estat imputada per un delicte contra la seguretat vial, per conduir sota els efectes de l'alcohol, en el decurs d'un control d'alcoholèmia que es va portar a terme el dia 9 de febrer.

Incendis

Aquest mes de febrer s'han succeït diversos incendis, en els quals hi ha intervingut activament personal de la Policia Local prèviament a l'arribada dels bombers.

El dia 10 es van encendre uns 10 metres de la tanca perimetral de bruc d'un restaurant del carrer del Llobregat i el dia 17 es va produir l'incendi a les oficines d'una nau industrial del carrer d'Isaac Peral.

També el dia 17 va cremar part de la càrrega d'un camió de recollida selectiva de paper i cartró. El fet va ser detectat al carrer del secretari Gil, i davant la perillositat que això comportava per a vehicles i vianants, es va organitzar ràpidament el trasllat del camió a l'explosiu del pavelló d'esports Maria Víctor, per procedir a apagar-lo.

La matinada del dia 17 també es van haver d'apagar 3 contenidors de paper, que havien estat encesos, suposadament a causa d'una gamberrada. En cap d'aquests casos ressenyats es van produir danys personals.

El dia 3 de març dues dones van patir una intoxicació per inhalació de fum, en incendiar-se la cuina del seu habitatge, situat al carrer de Mura.

Robatoris

Durant el mes de febrer han tingut lloc dos robatoris. Un va tenir lloc la nit del dia 10 en una empresa del carrer dels Joiers, i l'altre, el dia 18 en un forn de pa del Camí de Can Riera. En aquest cas el robatori es va fer amb intimidació a la dependenta.

Informacions diverses

Curs d'educació viària

Aquest mes ha començat un nou curs de Mobilitat segura i Educació Viària que agents de la Policia Local imparteixen a tots els centres escolars de la vila. La finalitat principal del curs és familiaritzar els nois i noies en el concepte de la seguretat tant en casos de ser vianant com d'ocupant d'un vehicle, a partir d'uns temaris específics segons l'edat de l'alumnat. Enguany, i com a novetat didàctica de les sessions, destaca l'ús de tres contes en el cas dels més petits i de jocs sobre un mapa interactiu en el cas de l'alumnat més gran.

CONSELLS DAVANT OFERTES COMERCIALS NO SOL·LICITADES

- Considerar si realment es necessita el producte ofert.
- No sentir-se mai amb l'obligatorietat de comprar.
- Demanar la identificació comercial a la persona que ens fa l'oferta.
- No refiar-se d'un contracte on només hi consta un apartat de correus com adreça.
- No signar cap paper en blanc.
- Abans de signar assegurar-se que s'entén tot el contingut del contracte i que ens convé la forma de pagament proposada.
- Fer ús del dret a anular la compra i recuperar els diners. L'agent comercial està obligat a lliurar el full per exercir aquest dret que no s'esgota fins 7 dies naturals després de la recepció del producte.
- Per qualsevol dubte es poden adreçar a l'Oficina Municipal d'Atenció al Consumidor, a la Casa Consistorial (Plaça de la Vila)

CONSELLS DE SEGURETAT PER A LA GENT GRAN

- Si heu de treure diners del banc, aneu al taulell, no al caixer automàtic
- Traieu només el necessari per passar quinze dies
- Si heu de treure una quantitat gran, feu-vos acompanyar d'una persona de confiança
- Desconfieu de qui s'acosti a vosaltres a la sortida del banc
- Assegureu-vos que ningú us vigila en el moment d'entrar a casa.
- Per qualsevol incidència, truqueu a la Policia Local 93 864 96 96 o al telèfon d'emergències 112



POLICIA LOCAL
PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS



Telèfons d'interés

Ambulàncies (TSC)	061
Aigües Cassa	93 715 57 00
Ajuntament	93 864 80 56
Autobusos Sagalès	93 593 13 00
Biblioteca municipal	93 864 41 77
Bombers de la Generalitat	085
CAP Palau	93 864 98 98
(Petició hora consulta mèdica)	93 728 44 44
CAP Santa Perpetua	
(urgències mèdiques)	93 560 06 11
Camp de futbol	93 864 90 07
Cementiri municipal	93 864 80 56
Cementiri Parroquia	93 864 82 00
Creu Roja (Caldes)	93 865 35 35
Deixalleria Municipal	93 864 37 89

Escoles

Escola bressol El Sol	93 864 96 74
Escola bressol Patufet	93 864 58 53
Escola Marinada	93 864 88 53
CEIP Can Cladellas	93 864 47 10
CEIP Palau	93 864 51 59
CEIP Folch i Torres	93 864 88 85
IES Marinada	93 864 98 92
IES R. Casas i Carbó	93 864 95 95

Farmàcies

Beatote	94 864 80 47
Cunillera	93 864 98 30
Muntada	93 864 96 80
Diana Lagarda	93 864 48 96
Jutjat de Pau	93 864 56 63
Mossos d'esquadra	
(Santa Perpètua)	93 581 77 00
Mossos Trànsit	088
Protecció civil	93 864 96 96
Radio Taxi	
(Palau-Mollet)	93 864 90 35
	93 593 74 01

Entra al nostre web
www.alzinapalau.com

Podràs donar la teva opinió
a la secció **COMENTARIS**

Agenda Cultural • MARÇ-ABRIL

divendres, 22 de març

a les 22.00h al Teatre de la Vila
PROGRAMACIÓ ESTABLE DE TEATRE:
AY, CARMELA! de Sanchis Sinisterra
a càrrec de la Cia GATARO TEATRE.
Preu de l'entrada 12€ i descomptes
especials. Venda anticipada: Masia de
Can Cortès i a la taquilla mitja hora
abans de la representació

dissabte, 23 de març

a les 11.00h a l'Església de Sant Genís
LA PASSIÓ A SANT GENÍS A CÀRREC
DELS NENS I NENES DE LA CATEQUESTA
a les 18.00h a la Sala Polivalent
BALL DE TARDA A CÀRREC DE JOSEP I
MARIA JOSÉ
PREU: 3€ (socis/es del Casal de la Gent
Gran: 2€)

dissabte, 30 de març

a les 19.30h a la Sala Polivalent
BALLADA COUNTRY DEL DISSABTE

CONVOCATÒRIES

Inscripcions: fins al dia 22 de març
TALLER D'ESCRITURA CREATIVA a la
Masia de Can Cortès
Inici: dissabte 6 d'abril durant 8
dissabtes

Fins al dimecres, 3 d'abril de 2013

22a EDICIÓ PREMIS SANT JORDI DE
PROSA I POESIA
Informació i Bases: A l'Oficina
d'informació de l'Ajuntament i a la
Masia de Can Cortès

Des del 24 de març fins al 9 de juny, excepte el 7 d'abril.

CURSET DE SARDANES PRIMAVERA –
ESTIU
Els dissabtes, a les 18 h a la Sala
Multiusos de l'IES Ramon Casas i
Carbó

EXPOSICIONS

Fins al dia 22 de març a l'Espai Jove de
l'Escorxador de 16 a 20 h

Exposició d'Art Jove. Taller de les arts
Treballs de: Estela Cuestas, Pau
Ortega, Yaiza Peña, Cristina Rafael,
Judith Saura i Marc Serrats
5 d'abril a les 21.30h, al bar la
Vaqueria

Concert a la Vaqueria 1 hora de Música
a càrrec de Mònica Fillola (flauta
traversera), Núria Ayala (guitarra) i
Júlia Lluch (violí), alumnes de l'Escola
Municipal de Música.

Del 15 al 19 d'abril

a l'Espai Jove l'Escorxador de 16 a 20h
Informació sobre Camps de Treball
Vine a informar-te sobre el procés
d'inscripció als camps de treball de

la Generalitat de Catalunya i altres
opcions per donar el millor de tu
aquest estiu!

dijous, 18 d'abril

de 18.00 a 20.00h a l'Espai Jove
l'Escorxador

Inici Taller de Percussió Preu 8€
Tècnica i aprofundiment i dirigit a
membres de grups musicals. El taller
es farà els dies 18, 25 d'abril, 2 i 9 de
maig.

dissabte, 20 d'abril

II Aniversari Casal de Joves Enfarrats
Sopar popular i concerts gratuïts.
Estigueu atents al facebook del Casal
de Joves Enfarrats!

De 09.00 a 13.00h, a l'Espai Jove
l'Escorxador

Taller: 'El jo en el món'. Taller per
aprendre a gestionar les emocions en
èpoques d'exàmens. Formació dirigida
a joves a partir de 16 anys. Gratuït. La
Descoordinadora

'Reciclar té recompensa'

Del 2 al 14 d'abril al Pavelló
Municipal d'Esports Maria Víctor

En lloc de portar els envasos al
contenedor groc, porta'ls als contenidors
intel·ligents amb forma de màquina
expendedor de refrescos i aconsegueix
els teus regals a canvi! Per cada envàs
dipositat s'aconseguirà un punt. S'hi
poden llençar envasos de begudes com
ampolles de plàstic grans i petites, briks
grans i petits i llunes de refresc. La
màquina compacta els envasos i els va
emmagatzemant.

REGAL SOSTENIBLE*	ENVASOS- PUNTS
Sabó sostenible	5
Bossa de compost	5
Bossa per al pa reutilitzable	20
Boc'n'Roll	30
Bosses per al reciclatge	40
Compostador domèstic	200

Per rebre els regals s'han de sol·licitar
enviant una butlleta al Consorci de Gestió
de Residus del Vallès Occidental amb
les dades personals i adjuntant els
punts aconseguits. Les butlletes estan
disponibles al punt on està instal·lada
la màquina o pots descarregar-te-la de
la documentació adjunta o de l'enllaç
relacionat. Els regals s'han d'anar a
buscar a l'Ajuntament, a partir del mes
de maig.



ACUPUNTURA I TERÀPIES ALTERNATIVES

L'acupuntura és una tècnica dins de la Medicina Tradicional Xinesa que data de l'any 2.500 a. C.

Els seus beneficis estan avalats per l'Organització Mundial de la Salut i la seva pràctica està cada vegada més estesa dins del món Occidental.

Té com objectiu equilibrar el nostre cos facilitant la desaparició de qualsevol tipus de dolència tant física com emocional.

La tècnica no només és practicament indolora, sino que suvint és relaxant.



INDICACIONS

- Dolors articulars, musculars i neuràlgics.
- Estrés i insomni.
- Migranyes i cefalees.
- al·lèrgies i enfermetats dermatològiques.
- Alteracions digestives.
- Alteracions menstruals.
- Fertilitat, impotència i ejaculació precoç.
- Dificultats respiratòries.
- Adiccions.
- Obesitat.

Visites concertades els divendres de 9h a 14h i de 16h a 20h al tel. 93 147 90 10