



Augmenta l'IBI al 30% dels immobles i rebaixa del coeficient al 70% restant



• Panoràmica del municipi.

Després de la línia divisòria establerta pel Gobierno de Rajoy amb el decret de l'any 2011 en el que s'obliga els ajuntaments a incrementar l'Impost de bens Immobles (IBI) en un 6% a tots els immobles que estiguin per sobre de la mitjana del seu municipi (en Palau és de 140.000€), un 30% dels habitatges del municipi (uns 1.300) veuran augmentar l'IBI a pagar l'any pròxim, segons va deixar clar el regidor d'Hisenda de l'Ajuntament, Joan Segrelles

en el decurs del Ple municipal en el que es van aprovar les taxes municipals el pròxim 2014. De totes maneres, Segrelles també va donar una bona notícia per aquells propietaris d'immobles que estan per sota dels 140.000€. Per aquests, uns 3.200 immobles, el govern municipal ha revisat a la baixa el coeficient o percentatge que pot aplicar l'ajuntament en l'impost. Ho rebaixa del 0,537% al 0,500%.



Carta de suggeriments del dia

Menú diari 1 [3 primers, 3 segons amb postre, beguda i cafè]... **15€** [I.V.A. inclòs]

Menú diari 2 [7 primers, 7 segons amb postre, beguda i cafè]... **12€** [I.V.A. inclòs]

DE DILLUNS A DIVENDRES

Diumenges, només reserves

Carta i suggeriments



MENÚ NADALECNS
per a empreses i/o grups
confeccionats a la carta des de **18€**
INFORMA'T

Horari: De dilluns a dissabte, de 13:00 a 16:00 h. | Divendres i dissabte nit, de 20:00 a 23:00 h.

C/ Isaac Peral, 11 • 08184 Palau-solità i Plegamans • Tel. 93 864 93 45 • www.restaurantcanllera.com

Sumari

Ningú assumeix responsabilitats després de la **sentència** judicial pel tema de la **piscina**
• pàg. 11

Palau se **solidaritza** amb els treballadors de les plantes de **Panrico** i **Alstom**
• pàg. 20

L'**alcaldessa** anuncia un centre social i nous **lavabos** pel camp de futbol
• pàg. 22

L'Ajuntament aprova les noves taxes, puja alguna, congela unes quantes i iguala la resta a l'1,7% de l'IPC

En el decurs del darrer Ple municipal que es va dur a terme l'últim dijous del mes d'octubre es van aprovar les taxes i impostos fiscals que regiran el pròxim any 2014 al municipi palauenc. La proposta fou aprovada amb els vots afirmatius de l'equip de govern de l'Ajuntament (PSC, ICV-EUiA i la Veu), l'abstenció dels partits del PP i d'ERC i el vot negatiu del grup municipal de CiU.

La major part de les taxes continuen igual que fins ara, una part d'elles en realitat s'adapta a l'increment de l'Índex de Preus al Consum (IPC) del mes d'agost que és el que es pren com a referència per aquests casos i algunes, les menys, ho fan per sobre del citat IPC. En general, la majoria de les taxes estan adaptades a l'IPC interanual, diu el regidor d'Hisenda de l'Ajuntament, Joan Segrelles

qui va sosté que des del govern, «intensem minimitzar l'impacte fiscal, incrementant el mínim possible».

Aigua i escombraries

A grans trets, entre les taxes que es congelen estan, entre d'altres, l'IAE (Impost d'Activitats Econòmiques), ICIO (Impost sobre Construccions, Instal·lacions i Obres), etc. En el cas en que la pujada o adaptació és de l'1,7%, es troben taxes com la de la recollida de les escombraries, mentre que, entre les que ho fan per sobre de l'IPC, hi ha la taxa de l'aigua. Aquestes últimes, escombraries i aigua, son dues de les que major incidència tenen entre la població, tot i que, a grans trets, es pot dir que el que paguen els ciutadans està molt per sota del cost real que te el servei.

Quan l'aigua, cal dir que la taxa aprovada pel subministrament recull un augment d'un dos per cent, l'increment més alt de totes les taxes municipals. Tot i així, el regidor Segrelles minimitza aquest augment que està unes dècimes per sobre de l'IPC, però molt per sota del que preveu augmentar l'Agència Catalana de l'Aigua (ACA). Segrelles afirma que les previsions de l'ACA situen l'augment en un 7,2%, la qual cosa, si finalment s'accepta, assegura el regidor, «deixarà en purament testimonial la proposta de l'Ajuntament». Quan a la recollida de les escombraries per a la que únicament es preveu un augment igual a l'IPC, Segrelles assegura que en realitat els ciutadans paguen únicament el 40% del valor del servei, un servei que reiteradament tots els governs mantenen que és molt deficitari per a la institució municipal. A més, assegura el regidor, els abocadors pugen cada exercici aquesta taxa.

Taxes congelades

Cal fer esmen de les taxes referides als vehicles de tracció mecànica, és a dir, als cotxes. Hi ha modificacions per els vehicles que estan inclosos en dos epígrafs diferents, els que tenen menys de vuit cavalls fiscals i els que tenen entre vuit i 11 cavalls. Els primers veuran incrementat l'impost en un 0,08%, mentre que per als segons s'incrementa en un 0,09%.

Per a l'epígraf anterior doncs, l'augment previst és d'un dècimes, mentre que des del govern municipal destaquen el gran nombre de taxes i impostos que es congelen. Entre elles podem citar algunes com l' Impost de béns rústics, l'IAE (Impost d'Activitats Econòmiques), ICIO (Impost sobre Construccions, Instal·lacions i Obres), Impost sobre l'increment del valor de terrenys de naturalesa urbana (plusvàlua), la taxa de documents administratius, taxa per prestacions especials de la policia, taxa per l'aprofitament especial del domini públic, taxa per l'ús de locals i instal·lacions municipals, taxa de serveis culturals, taxa de l'escola d'adults, la taxa del ball de la gent gran, la taxa de teleassistència, taxa de tinença i captura d'animals domèstics, taxa per la utilització de la deixalleria, taxa d'autoritzacions sanitàries de funcionament.

Per sobre o per sota

Com ja hem dit, les taxes foren aprovades amb el vot favorable dels partits PSC, ICV i La Veu, l'abstenció dels regidors del PP i d'ERC i el vot en contra de CiU. Tot i així, des de l'oposició es va demanar menys pressió econòmica de l'administració amb els ciutadans. Mentre que des del PP, David Zambrana demanava una menor pressió fiscal a les empreses en l'Impost d'Activitats Econòmiques (IAE) per tal de facilitar l'arribada de noves firmes al municipi, el

regidor convergent, Carles Feitó argumentava la necessitat de rebaixar-la (la pressió fiscal) globalment. Una petició que també havia fet el portaveu d'ERC, Miquel Truyols. Feitó assegura que mentre que la pressió mitjana de molts municipis dels que ens envolten és de 500€ per habitant, a Palau puja fins als 803€, El portaveu convergent va utilitzar aquesta dada per afirmar que, dada la situació sanejada de l'Ajuntament, es podria rebaixar la pressió fiscal». La resposta a la afirmació i/o a la petició fou del Segrelles qui afirmà que la pressió fiscal del municipi de Palau està per sota de la pressió fiscal de la majoria de poblacions del voltant. Quan a les empreses, Segrelles va dir que les que realment paguen l'impost de l'IAE (aquelles que facturen per sobre del milió d'euros) no decideixen la ubicació en funció d'un dècimes (mes o menys) en l'impost municipal citat.

Escoles bressol

Les taxes de les escoles bressol mereixen un paràgraf a banda. I és que, malgrat que queda congelada la taxa genèrica del servei, és pugen les taxes que es pagaran pels serveis que denominen «extensibles». Aquests serveis es refereixen als que es donen fora de l'horari habitual que s'han vist afectats per les retallades dutes a terme pel Departament d'Ensenyament de la Generalitat.







**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
Lliçà d'Amunt

Auto Arenas



Taller especializado en
chapa y pintura

Nuevas tecnologías
de pintura
con base al agua



NUESTROS SERVICIOS

- Servicio rápido de reparación de plancha y pintura
- Elaboración de presupuestos sin compromiso
- Reparación rápidas de rascadas y abolladuras menores
- Préstamo de vehículo de sustitución gratuito con cita previa
- Recogida y entrega de vehículo a domicilio

C/ Industria s/n Nave 9 - Avda. del Ebro s/n (pasaje)
08184 Palau-solità i Plegamans

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



Un estudi econòmic dut a terme ha permès l'Ajuntament detectar que els costos aplicats pels serveis extensibles no estaven en consonància amb els aplicats pels serveis estàndard. També estaven per sota del cost del servei. «Hem hagut d'ajustar-ho perquè, l'extensible no pot ser igual o més barat que el servei estàndard» diu el regidor d'Educació i Cultura, Joan Carles Tinoco.

En aquests canvis introduïts també s'ha simplificat de 8 a 4 el nombre de tarifes que es cobraven fins ara i s'han homogeneïtzat els preus que, per a les noves taxes seran, el servei ordinari d'1,34€ l'hora i l'extensible de 2,24€. Tinoco va afegir els efectes que tindran les noves tarifes en alguns serveis i a tall d'exemple va apuntar el de les excursions de mig dia que passarà de 1,65€ a 2,50€; El cost de l'horari extensible del mes de juliol, per posar un altre exemple, passarà de 33 a 44€, segons el regidor.

Augmenta l'IBI per un 30% dels immobles del municipi

Un 30% dels habitatges del municipi veuran augmentar l'Impost de Bens Immobles, més conegut com IBI, després que el ple municipal del passat mes d'octubre aproves les taxes i impostos que regira el pròxim anys 2014. Aquests immobles veuran augmentar l'IBI en un 6% degut a la famosa «llei del Ministre Montoro» com diu el regidor d'Hisenda de l'Ajuntament, Joan Segrelles. El regidor es refereix al decret aprovat l'any 2011 pel govern central que tindrà vigència fins al 2015 que obliga als ajuntaments a aplicar un increment del 6% sobre els immobles amb un valor superior a la mitjana del seu municipi. La mitjana del valor cadastral en Palau es situa en els 104.000€. En total, entre 1.300 i 1.400 habitatges.

Malgrat aquest augment, la resta, el 70% dels immobles estan per sota d'aquella mitjana i en conseqüència els seus propietaris no es veuran afectats. Inclús, com destaca Segrelles, veuran reduït l'impost. I és que, el govern municipal ha revisat a la baixa el coeficient o percentatge que pot aplicar l'ajuntament en l'impost. Ho rebaixa del 0,537% al 0,500%. Amb aquesta mesura, més de 2.200 habitatges veuran lleugerament reduït l'IBI a pagar. «És el mínim aplicable. No el podem baixar més, és el mínim històric, qualsevol altra bonificació seria irregular», apunta el regidor d'hisenda en resposta al regidor de CiU, Enric Feitó que demana una rebaixa major per tots els immobles, per al 70% que ja veuran rebaixat el percentatge, però també per al altre 30% que hauran de pagar més a partir del pròxim any.



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

De com estalviar...

Benvolgut responsable d'il·luminació de la via pública:

Soc un veí de la plaça de la vila i observo amb certa perplexitat com durant tot l'any es mantenen funcionant els tres fanals de focus del centre de la plaça.

M'agradaria que algú m'expliqués la necessitat de mantenir-los encesos quan, a la zona hi han mes de deu fanals de baixa contaminació i baix consum que donen la il·luminació suficient per les necessitats d'us de l'àrea esmentada.

Personalment considero que es un malbaratament del diner públic, sense tenir en conte altres matisos com la contaminació lumínica, amb el que això representa de molèsties pels veïns, però atès que aguantem els concerts, les terrasses, els saraus, les berbenes, els actes dels partits i d'altres celebracions incomprensibles com maratons de country, pot ser deuen pensar que molestar també amb la llum no deu rebassar el límit de la paciència.

Dons si senyor/ra responsable d'il·luminació de la via pública, molesten i gasten diners que a hores d'ara, segur que es poden fer servir per altres necessitats de la vila que no son poques.

Reflexionin, si us plau!!!

Atentament, un dels molts veïns empenyats de la Plaça de la Vila.

Joan V. i Guijarro

ADOLFO
peruqueria masculina

Tall home: 9 €
Jubilat: 7,50 €
Nen: 6 €

CORTE HOMBRE 9€
CORTE JUBILADO 7,50€
CORTE NIÑO 6€

Av. Diagonal, 21.
Tel. 722 499 905
Palau-Solità i Plegamans

• entrepans freds i calents
• picoteca

menu diari 10€
menu cap de setmana 12€

HORARIS:
de dilluns a dijous de 8 a 20h
divendres i dissabtes de 8 a 24 h
diumenges de 8 a 14h

C/ Estació, 1 • 08184 Palau-solità i Plegamans • T. 607 307 243

MENJAR&BEURE
LA
TE
TA

Por los Aelos

Avinguda Catalunya, 217
Horari:
de dilluns a divendres
de 9,30 a 13
i de 15 a 20 hores
Dissabtes de 9 a 14 hores.
T. 93 186 99 90

Avinguda Catalunya, 419
Horari:
de dimarts a divendres
de 9,30 fins a les 13 hores
i de 15 a 19 hores.
Dissabtes de 9 a 14 hores.
T. 93 188 97 88

08184 Palau-solità i Plegamans

barrachina
jardinera

• 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

EDIC
ARQUITECTURA

PROYECTOS, OBRA NUEVA, REFORMAS Y LEGALIZACIONES

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


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

La mediació com a resolució de conflictes

Un dels objectius prioritaris de la nostra Regidora de Seguretat Ciutadana, Àngels Marcuello, ha estat la d'aprofundir en la mediació com a eina per a la resolució de conflictes. Sovint, els cosos policials han d'intervenir en casos de conflictes veïnals, familiars, etc.; és en aquest moment quan la policia ha de desenvolupar una tasca activa i intentar a través d'un procés de mediació que les dues parts arribin a un acord amistós i evitar que el conflicte es perllongui i passi a l'àmbit judicial, amb els problemes que això pot comportar a les dues parts. En els dos anys que portem de mandat, s'han pogut solucionar diversos problemes gràcies a processos de mediació que s'han fet a través de l'equip de que disposa per aquesta finalitat el cos dels Mossos d'Esquadra, així com també per intervencions d'agents de Palau-solità

i Plegamans. Cal fer esment, també, a iniciatives dutes a terme per anteriors governs quins resultats també han estat positius. A partir d'aquests resultats, l'aposta de la nostra regidora és que la nostra Policia Local sigui autosuficient en aquest àmbit, i amb aquesta finalitat tres agents han participat en un curs de mediació organitzat pel Departament de Justícia de la Generalitat en el qual hi ha col·laborat el nostre Ajuntament a través de la Regidoria de Joventut. En aquest curs els tres agents han rebut formació sobre gestió i resolució de conflictes, per facilitar la seva intervenció eficaç en les problemàtiques en que es puguin trobar. Aquesta és una de les primeres accions fins arribar a crear un protocol per actuar en tots aquells casos que es consideri adient la mediació.

Nou servei a la deixalleria

Aquest mes ha entrat en funcionament un nou servei a la deixalleria municipal, l'espai de la reutilització. Es tracta d'una zona on s'hi dipositaran aquells objectes portats a la deixalleria que tinguin possibilitats de ser reutilitzats, com ara electrodomèstics, bicicletes, mobles, etc. La finalitat del servei és que aquests objectes, que fins ara es llançaven, puguin ser reutilitzats per famílies que ho

necessitin. Pedro Sánchez, regidor de Gestió Ambiental, ha mostrat la seva satisfacció pel servei "ja que d'una banda podem afavorir a famílies necessitades en aquests temps tan difícils i per altra banda es disminueix el nombre de residus". Tanmateix agraeix públicament la bona predisposició dels treballadors i de les treballadores de l'empresa PAU a posar en marxa aquest nou servei.

Conveni amb Humana

L'ONG Humana col·laborarà amb el nostre Ajuntament amb una aportació anual de 1.800€ en virtut d'un conveni negociat amb aquesta associació pel regidor de Gestió Ambiental Pedro Sánchez. L'aportació es fa en compensació per la instal·lació en els carrers del poble de contenidors de recollida de roba usada. L'aportació anirà destinada íntegrament a accions de caire social, i serà gestionada per la Regidoria de Serveis Socials.

Pedro Sánchez ha destacat que el conveni és fruit de la bona relació existent amb Humana, i més després que durant dos anys seguits hem estat premiats per ser un dels municipis en que més roba usada és recollida per al seu reciclatge.



Violència de gènere



Amb motiu de la commemoració el 25 de novembre del Dia internacional per a l'eliminació de la violència envers les dones, Dones amb Iniciativa impulsa la campanya "No als femicidis, ni a Catalunya ni a enlloc".

Durant la campanya es faran diversos actes tan reivindicatius com informatius amb la voluntat de denunciar la xacra que representa la violència masclista, un fenomen que no deixa de créixer. Per ICV és molt important sortir al carrer per fer visible aquest problema i en aquest sentit convidem a la ciutadania a participar en la concentració que es farà el dia 25 de novembre a les 12 del migdia a la Plaça de la Vila, com a mostra de rebuig a la violència de gènere.

El Besòs protegit

El riu Besòs continuarà amb la designació de zona sensible a la totalitat de la seva conca, ja que l'Agència Catalana de l'Aigua i Departament de Territori i Sostenibilitat de la Generalitat han acceptat les esmenes presentades en aquest sentit a la Proposta de revisió de les zones sensibles de la conca fluvial de Catalunya. Aquesta proposta preveia desclassificar com a zones sensibles bona part de rius i rieres de la conca, entre els quals els del nostre poble, als que es preveia rebaixar els estàndards de qualitat de l'aigua, fet que hagués suposat una forta afectació a la biodiversitat. La qualificació que ara es volia reduir, ha permès fer durant els

darrers anys diverses accions en la conca per tal de recuperar l'espai fluvial en molts municipis amb l'objecte de millorar-ne la qualitat ambiental i recuperar-ne l'ús social; un bon exemple és la feina feta a la riera de Caldes al seu pas pel nostre poble. Les esmenes a la proposta han estat presentades per diversos ajuntaments de la conca, entre els quals el nostre, a través del Consorci per a la Defensa de la Conca del Riu Besòs, ja que de no mantenir-se la designació de zona sensible a la totalitat de la conca del Besòs, es faria un pas enrere i quedaria en el no res tota la feina feta i els recursos esmerçats per tornar-li la vida al riu.


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

El debat sobre la piscina

A mitjans d'octubre vam conèixer la sentència sobre el recurs contenciós administratiu que, en representació d'ICV, va interposar la regidora Àngels Marcuello contra el procés de concessió del projecte d'execució, construcció, gestió i explotació del complex esportiu amb piscina coberta fet per l'anterior govern municipal (CiU,ERC,PP). En aquesta sentència

el jutge ens donava la raó i declarava nul l'acord de Ple pel qual es va aprovar l'esmentada concessió.

Atesa la importància de la mateixa, vam convocar una roda de premsa per donar-la a conèixer a l'opinió pública. A partir d'aquí s'ha obert un intens debat entre diferents formacions polítiques a l'entorn del projecte de la piscina,

tant en el Ple com en els mitjans de comunicació. L'agrupació local d'ICV ha decidit no entrar de moment en aquest debat, ja que la sentència no és ferma i es pot recórrer per part de l'empresa codemandada. Per tant, ens guardem la nostra opinió fins que el procés judicial hagi acabat del tot.

Alstom i Panrico

Expressem la nostra solidaritat amb la lluita que porten a terme els treballadors i les treballadores d'Alstom i de Panrico, en defensa dels seus salaris, dels seus llocs de treball i de la viabilitat futura de les dues empreses. Des d'ICV demanem al Govern de la Generalitat i als grups parlamentaris la seva implicació en el problema, reclamant que no s'accepti l'abaratiment de les condicions de treball com a única forma de fer més rendibles les empreses.

Eleccions europees

ICV ha iniciat ja el procés de primàries per escollir qui ha d'encapçalar la llista per a les eleccions europees previstes per al 25 de maig de l'any vinent. En aquest cas, la militància haurem d'escollir entre dos candidats, sempre que recullin els 50 avals necessaris per optar a l'elecció: Salvador Milà,

diputat al parlament i ex-conseller de Medi Ambient i Ernest Urtrasun, assessor de l'equip d'ICV al parlament europeu. El procés electoral està previst que s'allargui fins al 20 de desembre. El cens de militància i amics i amigues d'ICV amb dret a vot és de 5.727 persones.

Jo faig Política

La política o la fas o te la fan. Joan Fuster

L'informatiu dels Palauencs

Novembre 2013 - Número 192

<http://palausolitaplegamans.socialistes.cat>



EL GOVERN MUNICIPAL INCREMENTA EL MÍNIM POSSIBLE ELS IMPOSTOS I LES TAXES

“Hem treballat per minimitzar l'impacte fiscal i incrementar el mínim possible.”

El Ple del passat 31 d'octubre, ha aprovat de forma provisional les ordenances fiscals per a l'any 2014 .

S'han aplicat canvis en algunes de les ordenances fiscals i la congelació en la gran majoria. Hem treballat per **minimitzar l'impacte fiscal i incrementar el mínim possible.**

Taxes i impostos que es **congelen**

- Impost de béns rústics, IAE (Impost d'Activitats Econòmiques)
- ICIO (Impost sobre Construccions, Instal·lacions i Obres)
- Impost sobre l'increment del valor de terrenys de naturalesa urbana (plusvàlua)
- Taxa de documents administratius
- Taxa per prestacions especials de la policia
- Taxa per l'aprofitament especial del domini públic
- Taxa per l'ús de locals i instal·lacions municipals
- Taxa de serveis culturals
- Taxa de l'escola d'adult
- Taxa del ball de la gent gran
- Taxa de teleassistència
- Taxa de tinença i captura d'animals domèstics
- Taxa per la utilització de la deixalleria
- Taxa d'autoritzacions sanitàries de funcionament

Taxes i impostos que augmenten l'1,7% (IPC de Catalunya) respecte al 2013

- Taxes de recollida d'escombraries
- Taxa d'entrada de vehicles
- Taxa ús del cementiri municipal i serveis funeraris, entre d'altres

Augments diferents a l'IPC

- **Taxa de subministrament d'aigua potable**, augmenta el 2% perquè estem patint pujades constants de l'Agència Catalana de l'Aigua (21% l'any passat) i amenaça amb pujar-lo un 7,2% més. L'Ajuntament no vol castigar més els ciutadans.
- **l'Impost sobre Vehicles de Tracció Mecànica**. Pels vehicles de menys de 8 cavalls fiscals s'incrementarà un 0,08%, i un 0,09% per als vehicles d'entre 8 i 11,99 cavalls fiscals.
- **Impost de Béns Immobles (IBI)**. L'equip de govern ha aprovat la proposta de disminuir el tipus que fixa l'Ajuntament: del 0,537% al 0,500% (el mínim aplicable). Però alguns immobles veuran incrementat l'IBI malgrat la rebaixa ja que la llei del ministre Montoro (RD 20/2011 vigent fins al 2015) castiga els immobles que es troben per sobre de la mitjana del valor cadastral: 104.000€. Els immobles amb un valor cadastral inferior a 104.000€, veuran disminuït el rebut de l'IBI.
- **Taxes per a l'ús de les escoles bressol municipals**. Es congela la taxa del servei estàndard, però es modifiquen les que carreguen els serveis extensibles que es donen fora de l'horari habitual (de 9 a 13h i de 15 a 17h).

COMPLIM COMPROMISOS I MILLOREM ELS BARRIS

“

Des de principis d'octubre **s'estan executant diverses obres a barris i punts malmesos del poble**. Asfalt, arranjament i rebaix de voreres per millorar la mobilitat dels ciutadans i obres diverses que milloren la nostra qualitat de vida.

“

Hi ha zones que no compleixen amb les normes d'accessibilitat per discapacitats i estem treballant de **valent per adaptar-les**, segons la nostra disponibilitat pressupostària i és per nosaltres una prioritat.

Ens varem comprometre a tractar a tots els ciutadans de Palau d'igual manera i acabar amb el deteriorament d'alguns barris del municipi oblidats en la legislatura anterior **i ho estem fent.**



DES DEL PSC ENS SOLIDARITZEM AMB ELS TREBALLADORS/ES D'ALSTOM I PANRICO!



El Grup Municipal Socialista i l'Agrupació local del PSC expressem la nostra solidaritat amb els treballadors/es de Panrico i Alstom en la seva defensa dels llocs de treball i la viabilitat futura de les empreses. **ÀNIMS!**



En dos años de Gobierno, el Partido Popular ha dado la vuelta a la situación crítica que dejó el PSOE



El tema a debate ya no es qué reformas son necesarias, sino cuánto vamos a crecer y cuánto empleo vamos a crear.

Hace un año, España estaba al borde de la intervención. Hoy, aunque queda mucho por hacer, España vuelve a ser competitiva.

La realidad avala el esfuerzo de todos hacia el crecimiento, el empleo y el bienestar:

- ✓ Balanza de pagos en superávit, gracias a la mejora de la competitividad.
- ✓ Mejora la inversión extranjera: 37.000 millones hasta agosto.
- ✓ Sube la venta de vehículos: un 34% en octubre.
- ✓ La renta variable tiene el mejor comportamiento de Europa.
- ✓ El turismo bate récords, con máximo histórico en ingresos turísticos.

Los objetivos del Gobierno con las próximas reformas en marcha:

Acercar la Administración al ciudadano, con una gestión clara y eficiente. Garantizar todas las pensiones, con un sistema más justo y solidario.

Defender nuestros intereses en Europa, con voz unida y firme.

La mejora de la economía impulsa el trabajo incansable del Gobierno

El Gobierno amplía el contrato indefinido de apoyo a emprendedores a trabajadores a tiempo parcial.

Los emprendedores son el motor de nuestra economía: más del 90% del empleo lo generan autónomos y PYMES.

Las prioridades del Gobierno para ayudar a los emprendedores:

- **Incentivar la contratación indefinida:** desde febrero se han firmado 143.000 contratos indefinidos de apoyo a emprendedores.
- **Facilitar el acceso a la financiación:** se ha puesto en marcha la tercera fase del Plan de Pago a Proveedores que inyectará otros 13.000 millones.
- **IVA de Caja:** se pagará el IVA una vez cobradas las facturas, no antes.



Nuevas Generaciones

Síguenos ahora en www.pppalau.com

ESTEM AL CARRER BARCELONA, 27

Ningú assumeix responsabilitats després de la sentència judicial pel tema de la piscina

Cap dels grups municipals que conformen el consistori palauenc, els del govern municipal (PSC, ICV i La Veu) i els de l'oposició (CiU, ERC i PP) van exigir responsabilitats i, es pot dir que van passar per sobre en el descús de la moció en la que es donava compte de la sentència judicial en la que el jutge declara nul l'acord per irregularitats en la tramitació, la concessió de la construcció del complex esportiu, més conegut com la piscina municipal coberta, que el govern de la passada legislatura, encapçalat per Mercè Pla, havia atorgat a «una empresa amiga», Instal·lacions de Lleure Esportiu, Illa. En el decurs del ple hi havia un punt del dia en el que, cal dir-ho, únicament i segons l'enunciat, es donava compte o s'informava de la resolució i sentència judicial. El cert és que tots els grups municipals van passar per sobre i, malgrat que a la sentència es parla obertament d'irregularitats en la tramitació i concessió feta, ningú va demanar explicacions, ni tampoc es va justificar el perquè s'havia fet de la manera en que es va fer i de forma tant precipitada. L'únic que van dir des de l'anterior govern, a banda d'afirmar que era un tema polític, fou acusar als membres de l'actual govern municipal, a les hores a l'oposició, de torpedinar la construcció de la piscina que, segons afirmen reiteradament, la societat palauenca demana amb insistència. Cap símptoma d'assumpció de responsabilitats i menys encara de rectificar.

Des d'ERC i els membres de l'ala dura del grup municipal de CiU (es pot llegir Oliveras, Pla i, a vegades Serraviñals), van acusar l'actual govern de paràlitzar el projecte per voluntat política, ja que, segons diuen, hi havia diners per dur-lo endavant. En cap moment però, van aportar cap comentari i/o justificació a les afirmacions que el jutge recull a la sentència de la que ja informaven a la darrera revista de l'Alzina.

Des del PSC, (la regidora d'ICV, Angels Marcuello que fou qui havia posat la denuncia que li dona la raó, es va absentar perquè, segons justifica, era part del tema del que s'informava i preferia no intervenir-hi), van mostrar la seva total conformitat amb la sentència judicial i van negar totes les

afirmacions de l'oposició. La portaveu socialista, Carme Cabeza assegura que no solament no havia diners per fer el complex, sinó que, afegeix, «si haguéssim continuat amb el tema tal i com vostès ho volien dur endavant, ara estaríem intervinguts». Cal dir però que, malgrat que la sentència deixa clar que l'anterior govern es va saltar el procediment legal, que va donar una sèrie de facilitats a l'empresa Illa i que la iniciativa ens hagués costat molts més diners dels que ja ha costat als palauencs, ningú assumeix responsabilitats, tot i els danys, perjudicis, etc. que es deriven de tot plegat.

TRAMUNTANA de CALDES

Bar - Restaurant

MENÚ FESTES NADALENQUES 30 €

40 PLATS A ESCOLLIR

- Esmorzar a escollir, Tot inclòs.... 7,9€
- Menú/carta diari....9,90€
- Menú/carta cap de setmana... 11,9€
- Filet de vedella (200grs)... 13€
- Mitjana de vedella (700grs)... 16€

dijous, divendres i dissabte: mojitos, caipirinyes, cubates ... 4,5€

SOPARS A L' AIRE LLIBRE EN UNA GRAN TERRASSA

Saló Privat i Menús Especials per a celebracions de banquets de boda amb DJ i ball. PREUS ANTICRISI !!!

reserves: **938 651 167**

NI IMITEM, NI COPIEM: NOMÉS ELABOREM

C/ Indústria 9 • Pol. Ind. La Borda • Caldes de Montbui




L'Ajuntament inverteix prop de 300 mil euros en obra pública

Aquesta inversió que pot semblar petita, la realitza l'Ajuntament en obres al llarg del municipi que realitzen quatre empreses del municipi i que donen feina també a persones de la població.

«Som conscients que la inversió pública és un agent econòmic de primer ordre per incentivar l'activitat de moltes empreses», diu l'alcalde de Palau, Teresa Padrós. «I per això i donat que també són obres necessàries, hem volgut desenvolupar-les i/o realitzar-les en aquests moments en que les empreses i els treballadors pateixen les conseqüències de la crisi econòmica», assegura la màxima responsable municipal.

«Estem fem actuacions i millores vinculades a la seguretat viària, la millora del trànsit, l'accessibilitat o la qualitat dels equipaments, entre altres aspectes», explica la regidora de Manteniment d'Espais Públics, Carme Sanz. L'actuació de major dotació econòmica és una campanya de renovació de l'asfalt, pintat i la millora de la senyalització horitzontal que s'ha realitzat a bona part dels barris del municipi. La regidora destaca especialment el carrer Padrò, carrer en que, a banda de l'asfaltat, pintat, etc., s'hi ha renovat una part dels fanals per proveir més llum i de forma més eficient. Aquesta última actuació també s'ha fet al carrer Comerç. S'ha aprofitat l'obra per millorar la xarxa de clavegueram que transcorre al subsòl de la mateixa via i del carrer Mossèn Cinto Verdguer.



• Treballs d'asfaltament del carrers a Can Duran.

Altre de les actuacions dutes a terme aquests dies ha estat l'accés dels treballadors que utilitzen la parada d'autobús de la Masia Julià per anar i tornar de les empreses del polígon industrial Riera de Caldes. S'ha creat un camí nou pavimentat per a vianants, segur i separat de la carretera. I a la carretera, la Direcció General està reparant un voral de l'avinguda Catalunya després que ho sol·licités l'Ajuntament. En concret, s'actua en un tram situat entre els carrers Garraf i Penedès.

Altres actuacions es desenvolupen als centres escolars. A l'Escola Folch i Torres s'hi està actuant en un magatzem, es crea un aparcament per a bicicletes i es fan diversos arranjaments al pati. Actuacions similars es realitzen a l'Escola Can Cladellas. A l'Escola Palau, en canvi, es pavimenta amb formigó l'entrada del centre des de la rambla del Sol, i altres treballs a l'interior del centre.

L'Ajuntament destinarà 1.800 euros a ajuts per a la compra de llibres i material escolar

L'Ajuntament de Palau ha decidit destinar una aportació econòmica de 1.800€ lliurada per la Organització Humana en accions socials, fonamentalment en ajudes a famílies necessitades per a la compra de llibres per als seus fills. Aquesta partida econòmica l'acaba de lliurar a l'Ajuntament l'Associació Humana Fundación Pueblo para Pueblo i es producte de la col·laboració entre la Institució local i la citada ONG.

Tal i com varem informar a l'Alzina del passat mes, Humana és una Organització No Governamental per al Desenvolupament (ONGD) que des de 1987 duu a terme programes de cooperació a l'Àfrica, Amèrica Llatina i l'Àsia. El porta a terme gràcies als recursos que obté de la gestió tèxtil procedent de la roba usada que recull a municipis amb els que te signat un acord. Palau està entre aquests municipis. El passat mes informàvem que el municipi palauenc va rebre recentment una distinció en els IV Premis Humana de Reciclatge Tèxtil com una de les localitats catalanes que més tèxtil va recollir l'any 2012 en els contenidors d'Humana ubicats als carrers de la ciutat. (Ver l'Alzina del mes d'octubre).

Doncs fruit de l'acord entre l'ONG i l'Ajuntament, l'organització ha lliurat una aportació de 1800€ que es destinaran accions socials. Segons la regidora de Serveis Socials, Carme Cabeza, «fa dos anys que la Generalitat no



• Els contenidors de l'Organització Humana.

convoca les beques per a llibres de text, material didàctic complementari i informàtic per a l'alumnat d'educació primària i secundària, per aquest motiu destinarem l'aportació d'Humana a cobrir les necessitats que en aquests aspectes tenen diverses famílies del municipi».

+ que Dolç

Pastisseria Creativa Botiga - Taller Degustació Fleca

Fem pastissos personalitzats per encàrrec

Si vols aprendre fer pastissos, cupcakes, galetes ...
Estem Organitzant tallers

Tenim fondant, comptadors, colorants, eines...

Tots els dissabtes, super ofertes!

HORARI

De dilluns a divendres de 8h. a 13:30h. i de 17 a 20h.
Dissabte de 8h. a 14h.

C/Camí del Molí, 18-20, local 6
08184 Palau solità i plegamans

**Nou despatx d'advocats
a Palau-solità i Plegamans**



Família - Civil - Penal

Divorcis, Incapacitacions, Violència domèstica,
Contractes, Faltes, Delictes, Alcohòlemies, etc.

**PRIMERA CONSULTA GRATUÏTA
PREUS TRANSPARENTS**

Avda. Catalunya, 213 • 08184 Palau-solità i Plegamans. Barcelona
Tel. 93 176 00 52 • laiatc@icab.cat

TRANSFORMEM

TEULADES DE FIBROCIMENT (I GOTERES) EN TEULADES DE POLIURETÀ I POLIUREA CONTINUA.



**TRACTAMENT MOLT ECONÒMIC.
PREUS SENSE COMPROMIS**

33 Focs S.L.
Tel/ 93 864 07 44
676 45 46 30

Necessiten voluntaris per dur a terme el gran recapte

Els organitzadors a Palau de la gran recapta d'aliments que es durà a terme els dies 28 i 29 de novembre a Palau, Sentmenat i Castellar, necessiten voluntaris que els ajudin a desenvolupar la tasca solidària, especialment aquells dies en que l'activitat s'intensifica.

Des del Banc d'Aliments a Palau es cobrirà, igual que es va fer l'any passat, el municipi palauenc i els dos municipis veïns esmentats.

A Palau es farà als centres comercials de Mercadona, Caprabo, Bon Preu i Dia.

A Castellar al Mercadona del mercat i a Sentmenat al Caprabo.

La idea dels organitzadors a Palau per enguany és la d'assolir objectius similars als de l'any passat, edició en que, per cert, es van superar les expectatives

inicials. I és per això que, com afirma la responsable de Càritas a Palau, Francesca Casajoana, «es necessiten voluntaris que ens ajudin a dur endavant aquesta tasca solidària i humana».

«Que ens ajudin, al menys, a donar resposta a les necessitats que genera durant les 48 hores tota aquesta iniciativa», afegeix.

I és que, ell gran recapte és una campanya de recollida d'aliments que es desenvolupa simultàniament arreu de Catalunya i que duen a terme els quatre Banc d'Aliments de Catalunya. La finalitat és aconseguir que les persones més necessitades rebin ajuda alimentària. La campanya es pot dur a terme gràcies a la col·laboració d'un gran nombre de voluntaris puntuals.

Segons afirmen des del Banc d'Aliments de Palau, tot el que es recapta va a parar al Banc d'Aliments de Barcelona. A Palau, totes les setmanes i concretament, dos dies a la setmana es reparteixen productes que han donat centres com Caprabo, Bon Preu que es recullen cada diumenge, es congelen i es reparteixen els dimarts. A Palau, segons xifres aproximades — els organismes son refractaris a donar xifres en aquests casos— a Palau hi ha a l'actualitat unes 120 famílies que pateixen greument la crisi econòmica que patim.

Des de Càritas van començar amb unes 60, ara ja son 126, és a dir, més del doble.



El teu hotel en plena montanya de Caldes...

No saps on anar a dormir? Descobreix els nostres bungalows! Descobriu també el nostre restaurant de cuina tradicional catalana amb menús especials per a grups!



Ctra. BV-1243 a Sant Sebastià de Montmajor km 0,3 - 08140 - Caldes de Montbui
Tel. 93 865 46 95 - Fax. 93 866 75 80 - info@elpasqualet.com



Gaudeix del nostre web !!

Entra a alzinapalau.com

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

Entra-hi !!

Comença a operar el nou Hospital Sociosanitari de Mollet

L'antic hospital de Mollet, obre novament les portes, una vegada que s'ha reconvertit en un hospital sociosanitari i després de 18 mesos d'obres i una inversió de sis milions que ha finançat la Fundació Sanitària Mollet (FSM).

Inicialment, el nou centre remodelat comença a funcionar amb l'obertura de l'àrea ambulatoria, els consultoris i l'hospital de dia. D'entrada, s'ocuparan una quarantena de llits amb pacients sociosanitaris (malats crònics, postaguts i/o pal·liatius). A finals d'any s'ocuparan una trentena de llits més i així, fins arribar a ocupar el centenar de places (llits) de que consta el nou centre reformat.

Aquestes dades les van fer públiques el president de la Fundació Sanitària de Mollet, Martí Fabre, el gerent de l'hospital, Jaume Duran i l'alcalde de Mollet, Josep Monràs, durant la jornada de portes obertes celebrada el passat dia 25 per conèixer el reformat hospital. «Hem tancat el cercle de tots els serveis sanitaris i hospitalaris del Baix Vallès», celebrava Monràs en el decurs de l'acte. I és que, tal i com assenyala l'alcaldesa de Palau, Teresa Padrós que va participar a la jornada de portes obertes, conjuntament amb les regidores de serveis socials, Carme Cabeza i de la Gent gran, Carme Sanz, aquest nou centre també donarà servei a altres poblacions veïnes com Palau, Santa Perpètua, etc. També va fer notar aquest aspecte el gerent del centre Duran quan afirma que l'hospital, ubicat al carrer Sant Llorenç encara té més capacitat de créixer perquè



• Jornada de portes obertes de l'hospital: Padrós i les regidores de Serveis Socials.

queden 4.000 metres quadrats —la zona on hi havia les sales de parts— per reformar. A l'hospital d'aguts, el trasllat alliberarà 40 llits. «L'oxigenem per poder treballar amb més flexibilitat i comoditat per atendre els nous pacients que arriben de Palau i Caldes», va explicar Duran

El nou centre complementa l'oferta sanitària de l'Hospital de Mollet. Té com a objectiu donar cobertura als pacients subaguts i postaguts, al convalescents i pal·liatius del Baix Vallès i als pacients amb danys cerebrals i malalties neurovegetatives per a tota la comarca del Vallès Oriental. Compta una Unitat Funcional Interdisciplinària Sociosanitària, un Equip d'Avaluació Integral Ambulatoria i un Hospital de Dia Sociosanitari.

CONSTRUCCIONES Y PROYECTOS BAEMA

C/Barcelona, 37 / Dom Bosco

Tel. 93 864 5614

NO REFORME SIN CONSULTARNOS



REFORMA INTEGRAL DE COCINA

- Mobiliario de linea italiana
- Alicatado de paredes
- Electrodomésticos BOSCH
- Fregadera 2 senos
- Silestone

DESDE 4.900 € + IVA

REFORMA INTEGRAL DE BAÑO

- Alicatado de paredes
- Sanitarios ROCA
- Grifería ARBAY
- Enchufes SIMON 75

DESDE 2.500 € + IVA

CONSTRUCCIONES, REFORMAS, REHABILITACIÓN DE FACHADAS...
consúltenos y se sorprenderá

assemblea.cat

Palau Solità
i Plegamans



CARME FORCADELL

PRESIDENTA

ASSEMBLEA NACIONAL CATALANA

Diumenge 24 de Novembre a les 6 de la tarda a la Sala Polivalent



Palau-solità i Plegamans
per la Independència



Acte per la independència a Palau

Per al pròxim dia 24 esta prevista la celebració d'un acte de presentació de l'Assemblea nacional de Catalunya (ANC), un acte reivindicatiu que tindrà com a colofó la participació de la presidenta de l'ANC, Carme Forcadell.

L'acte està previst per a les 6 de la tarda a la Sala Polivalent de Palau.

Els responsables de l'ANC a Palau esperen que el centre recreatiu s'ompli de palauencs/ques que, amb la seva presència donin suport explícit a les reivindicacions soberanistes de Catalunya des del municipi palauenc.

Amb una finalitat similar, el dia en que aquesta revista entrava en màquines, és adir, a la impremta, es celebrava també un acte explicatiu i de presentació de l'Associació Súmate, associació formada per catalans castellano parlants que estan per la construcció d'un nou país.

L'acte servia com la seva presentació a Palau i es desenvolupava a l'auditori de Can Cortès.

• Cartell de la campanya de Carme Forcadell, com a Presidenta de l'organització.

Exposició sobre Salvador Espriu a Palau

Fins aquest dia 15 de novembre ha estat exposada a la plaça de la Vila, una exposició itinerant amb la que es pretén difondre la figura i l'obra de Salvador Espriu i que s'engloba dintre dels actes que al llarg de l'any es desenvoluparan arreu de Catalunya.

Sota el títol «Espriu a l'àgora, una lectura visual de l'escriptor», l'exposició està estructurada en 15 panells en els que recull part de l'obra i la figura d'en Salvador Espriu. La idea és, a banda de donar a conèixer l'escriptor, és la d'impulsar la lectura de l'obra i el llegat d'un dels escriptors més rellevants de les lletres catalanes. La seva exemplaritat i la seva actitud en una de les situacions més adverses per a Catalunya, es sintetitza, segons els organitzadors, en les seves paraules: «Ens mantindrem fidels per sempre més al servei d'aquest poble». Segons diuen, constitueix un llegat que ha de romandre a la memòria dels catalans.



• Un grup d'alumnes de l'Escola Marinada visitant l'exposició

Golden Bar



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

Vine i gaudeix a la
nostra terrassa

RAMBLA VERGE DE MONTSERRAT 15
08194 PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS

Penal

Delictes
Faltes
Accidents de trànsit
Violència domèstica
Alcoholèmies



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

Civil

Contractes
Herències
Família
Divorcis
Aliments

Tel: 93 302 53 94
665 93 45 50

E.S. MARTÍ

DISTRIBUCIÓ DE GASOIL A DOMICILI

Telèfon 93 864 96 41

Mòbil 629 31 69 30

0884 Palau-solità i Plegamans

agulla fil i didal

ARRANJAMENTS I TRANSFORMACIÓ DE TOT
TIPUS DE ROBA,

SERVEI DE PLANXA (RECOLLIDA I LLIURAMENT
A DOMICILI) PER A LOTS DE 10, 20 o 30 PECES

I INDIVIDUAL, CONSULTAR.

CONFECIÓ DE DISFRESES, ROBA ESCOLAR,

XANDALLS, SAMARRETES, BATES,

UNIFORMES EXTRAESCOLARS,

BRODATS, etc.

937 49 44 50 / 661 75 58 76

agullafilididal@gmail.com

DL - DS 9:30h a 13:30h i
de 17:00h. a 20:30h

C/Plegamans, 3 Local A
08184 Palau-solità i Plegamans



Hem tornat
als nostres
origens !!!

La teva granja de sempre ...



El teu esmorzar i/o berenar en un ambient familiar.
Vine i gaudeix dels nostres cafès, pastes i entrepans...

Avda. Diagonal, 21. Palau-solità i Plegamans (davant l'escola bressol El Patufet)

L'Associació de Country de can Falguera invita els palauencs/ques a iniciar-se en el ball country

Entre les activitats que desenvolupa l'Associació Country de Can Falguera està la ballada que cada dissabte realitzen al centre recreatiu de Palau, activitat a la que inviten els palauencs/ques que vulguin prendre part o aprendre a ballar.

En aquests sentit els responsables de l'Associació inviten als palauencs/ques que vulguin iniciar-se en el ball o que estiguin interessats en perfeccionar-ho, que no dubtin en posar-se en contacte amb l'Associació amb la seu social al centre cívic de Palau (antic CAP), al despatx 14.

La matrícula és oberta tot l'any, i el professor de l'Associació, en Pere Asensi els assessorarà. Hi ha dos nivells, el de principiant amb balls de nivell fàcil que permetran l'alumne

a endinsar-se de mica en mica en el món del country i el nivell intermedi i avançat amb dues hores de ball mig que aniran pujant de nivell fins arribar-hi a la màxima dificultat al final de la classe. Els dimarts de 19 a 20,45h es farà el nivell principiant i els divendres, de 20 a 22 hores el nivell entremig i avançat.

Cal recordar i així ho fan saber des de l'Associació que tots els dissabtes hi ha ballades en les que es podran posar en pràctica tots els coneixements que s'han pogut assolir a les classes. També es podem aprendre de nous balls. A la ballada d'aquest dia 23 es farà la recollida solidària de joguines de la que informem a banda.

Recollida solidària de joguines de l'Associació Country de Can Falguera

L'Associació Country Can Falguera col·laborarà solidàriament a la Festa "Al Nadal, Cap nen sense joguina", participant en la recollida de joguines noves que tindrà lloc el dia 1 de desembre a La Torreta de Montmeló. Els responsables de l'Associació fan una crida a tots els palauencs/ques i els anima a participar en aquesta campanya, aportant joguines noves i assistint a la ballada country que se celebrarà per a aquesta causa.

Tots els que vulguin col·laborar ho podran fer portant joguines noves i sense embolicar el dia de la nostra ballada del dissabte

dia 23 de novembre a la sala polivalent (Camí Reial, 142) de 19,30 a 22h.

Els membres de l'Associació recolliran totes les joguines i les lliuraran als responsables d'aquesta campanya. També agraeixen la col·laboració a tots els que, d'una o altra manera col·laborin per tal que aquest Nadal cap nen es quedi sense alguna joguina per jugar.

Per a més informació:

Telèfon: 610366613 Email: countrycanfalguera@gmail.com

Intensa activitat de l'Associació Pessebrista

Arriba l'època de l'any on l'activitat de l'Associació Pessebrista és més intensa. És l'hora en que acaba el curset de l'escola de pessebrisme, s'acaba també la construcció i muntatge dels diorames de la 31ena exposició i s'inicien tot el seguit les activitats socials que porta a terme l'Associació durant la temporada nadalenca. La propera activitat prevista pels membres de l'Associació és un espectacle teatral familiar, segons diuen, l'últim acte especial dels 30 anys de l'Associació. Es durà a terme el diumenge dia 1 de desembre al Teatre de la Vila i estarà dirigit i interpretat per l'Albert Estengre:

Espectacle Teatral Familiar: L'AUCA DELS PASTORETS DEL PESSEBRE el Diumenge 1 de desembre a les 12:00 del migdia. Espectacle Gratuït al Teatre de la Vila.



• Cartell de la 31ª Mostra de Pessebres.

Exposició de pessebres

Per al proper diumenge dia 8 de desembre a 2/4 de 12 del migdia està prevista a la Masia de Can Malla l'acte d'inauguració de l'exposició de la 31 edició de pessebres que han construït i muntat els membres de l'Associació. L'acte inaugural estarà complementat, com ja és habitual en edicions anteriors, amb la ballada de sardanes que organitzada per l'Agrupació Sardanista de Palau per a les 12 del mig dia.

L'exposició romandrà a la Masia fins al dia 12 de gener i es podrà visitar al llarg de totes les festes. En concret, els organitzadors tenen previst obrir al públic els dies: 8, 14, 15, 21, 22, 25, 26, 28 i 29 de desembre i els dies 1, 2, 3, 4, 6, 11 i 12 de Gener.

Els horaris de visita seran: els dissabtes de 17h a 20,30h i els festius de 12h a 14 h i de 17h a 20,30h. Els dies 2 i 3 de gener de 17h a 19h.

Per la seva banda, el Patge Reial serà el 29 de Desembre de 12h a 14h, el 2 i 3 de gener de 17h a 19h.. El Caga tió es farà el dia 25 de desembre de 12h a 14 h.

Tu Aroma

Tu tienda de perfumes!



Perfumes de equivalència

Cosmètica con estratos naturales

Tu nueva tienda de perfumes de equivalencias, elaborados de forma artesana con aceites esenciales de calidad y te los rellenamos en diferentes medidas a granel.

Te encantarán!

Les invitamos a visitarnos!

Calle Plegamans, 3B • Palau-solità i Plegamans
93 863 95 11 Tus Aromas

La coral La Unió invita els palauencs a cantar

Des de la Junta de la Coral La Unió, inviten als ciutadans/nas de palau a formar part de l'Associació i/o a col·laborar amb la resta de membres de l'Associació. Ho fan amb una mena d'eslògan que diu « Tu cantes! No, doncs vine a cantar amb nosaltres». I també dulcifiquen la decisió d'incorporar-se a l'Associació amb una petita gratificació. Per a les cinc primeres persones que s'inicien a cantar amb la Coral, hi haurà l'obsequi d'una samarreta de la pròpia coral i un número per la rifa d'un pernil en el sorteig de la fira de Santa Llúcia. Els interessats podem trucar al número 671889603 o enviar un correu a emarraco@hotmail.es.

el bola

RESTAURANT
cuina tradicional catalana

Menú diari: 12€

ESMORZARS DE FORQUILLA

els dissabtes, també brasa...



obert de dilluns a dissabte al mig dia
divendres i dissabtes, també a la nit
diumenges, tarçat

Comerç, 1 • 08184 Palau-solità i Plegamans
Tel. 93 864 67 99 • e-mail: elbolapalau@gmail.com

SAMPERA SERRALLERIA I ALUMINI, S. L.

OFERTA !!

mosquiteres enrotllables a mida, lacades en blanc, bronze i/o plata, (exemple 108x118, per 48€)

mosquiteres prisades, correderes, enrotllables lateral, (preguntar preus)



portes basculants, seccionals i enrotllables, portes de tanques, automatismes... i carpinteria d'alumini en general

Isaac Peral 18-20 Can Cortès • 08184 Palau-solità
Tel. 938 649 020 e-mail: sampera@sofinter.com



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

FEM CÀTERING PERSONALITZAT

Menús especials per a grups i/o empreses des de 15€

divendres, esmorzars de forquilla

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

Palau se solidaritza amb els treballadors de les plantes de Panrico i Alstom

El consistori palauenc en el decurs del darrer ple municipal celebrat el passat dia 31 d'octubre va expressar la seva solidaritat amb els treballadors de dues de les empreses fortes del municipi veí, Panrico i Alstom que travessen per moments difícils. Tots els grups municipals van fer públic un manifest en defensa dels llocs de treball i per la cerca d'una viabilitat per les dues firmes. Els regidors integrants del consistori palauenc son coneixedors del gran nombre de palauencs, ques que treballen a les dues firmes i encara tenen molt propers els tancaments d'altres empreses que ho han feta amb anterioritat al nostre municipi com va recordar l'alcalde, Teresa Padrós qui va recordar la solidaritat expressa per altres consistoris i societat dels municipis veïns en els moments en que ho van fer Sansumg, GDX i, no fa gaire, encara que es van poder mantenir molts llocs de treball, Yamaha. «Espero que aquestes, va dir Padrós referint-se a Panrico i Alstom, no puguin

arribar a deixar la gent al carrer». Després va llegir un manifest molt crític amb les propietats de les dues firmes. De Panrico, una empresa líder en el mercat, fa menys d'un any va presentar un ERO, reducció de la plantilla i retallada de sous fins un 35%. Ara ha deixat de pagar la nòmina i anuncia un altre ERO amb la pretensió d'acomiar 1.900 treballadors i una altra reducció de sous del 45% per als que encara continuïn. És una manera salvatge de recuperar el capital invertit per part de l'únic propietari de la firma, el fons Nord-americà de capital risc, Oaktree. Quan a l'Alton, el comunicat recorda que aquesta firma condiona la fabricació d'una important comanda de trens a la planta de Polònia, si els treballadors de la planta de Santa Perpètua no accepten les condicions que vol imposar la direcció i que passen per una reducció dels salaris a doble escala i un augment substancial del temps de treball no retribuït i una flexibilitat horària de 490 hores anuals sense control sindical. En el cas que els treballadors no acceptin les condicions, a banda d'emportar-se la fabricació a Polònia, l'empresa podria presentar un nou ERO que reduiria encara mes la plantilla i les condicions de treball de la planta.

Els caçadors de l'Alzina baten vuit porcs senglars

Aquest passat mes d'octubre els membres de la Societat de Caçadors L'Alzina de Palau van realitzar diverses batudes pels boscos que envolten el municipi amb la intenció de batre el major nombre de porcs senglars. La iniciativa en conjunt fou molt fructífera, donat que al final de tot van matar fins a vuit porcs senglars, alguns d'ells de considerable envergadura. Alguns d'ells passaven dels 100 quilograms i, inclús, un d'ells passava dels 150.

Les batudes que generalment no passen de les 3/4 hores i que es duen a terme en espais reduïts, les justifiquen els membres de la societat per l'elevat nombre d'exemplars que existeixen a la zona -en general hi ha un elevat nombre arreu-, la qual cosa està generant alguns incidents i, en més d'una ocasió, problemes i/o accidents de certa envergadura i/o gravetat.

La forta protecció que tenen aquests animals, l'excés de menjar i també possiblement el canvi climàtic, son algunes de les causes que estan influïnt en l'augment de la població o nombre de porcs, per al president de l'entitat, Joaquim Zarzoso. El president considera la tendència alcista del nombre és difícil de solucionar, ja que han desaparegut també els seus depredadors naturals, per la qual cosa el cens és cada vegada més elevat i cada vegada fan més mal a l'agricultura. Zarzoso apunta que enguany a la finca de Can Sardà que esta plantada de blat de moro han entrat moltes, moltes nits amb els consegüents destrosses i trencadisses. A més, i que el president assenyala com més greu, l'augment del nombre d'accidents que generen i que cada vegada es sovintegen més. Zarzoso assenyala com punts crítics la carretera entre Palau i Caldes, tota la variant i també les altres dues carreteres, la de Sabadell i la de Sentmenat. Afegeix que no fa gaire va haver-hi un accident d'una motocicleta a la zona del Bosc Gran i altre a la variant en la que van intervenir tres cotxes. Els causants foren els porcs senglars.

• Accident a la Ctra. de Caldes a Palau amb un porc senglar.



MATRÍCULA GRATUÏTA!

7 euros
per hora i persona
sigui de l'estil que sigui...
Nens/Joves/
Adults.

5,5 euros
per ¼ d'hora de
l'estil que sigui...
Educació infantil.

STEP BY STEP
by Montse Estrada

ESCOLA DE DANSA

QUÈ FEM?

DANSA CLÀSSICA
DANSA CLÀSSICA RAD
DANSA NEOCLÀSSICA
JAZZ COMERCIAL

LYRICAL JAZZ
STREET JAZZ
HIP HOP
FLAMENC

SEVILLANES
CONTEMPORANI
BALLS DE SALÓ
SALSA, BACHATA
RODA CUBANA

PREPARADJÓ DE COREOGRAFIES
FORMACIÓ FÍSICA
YOGA/PILATES
CLAQUÉ

ENS POTS TROBAR A...

EDIFICI LA LLANA
c/ Montserrat, 126
CALDES DE MONTBUI
t. 93 862 20 01
m. 667 68 32 28
email : stepbystepbymontsestrada@gmail.com

HORARI D'INSCRIPCIONS:
de dilluns a divendres
a 17h. a 21h.

Nou despatx d'advocats a Palau

El pròxim dia 22 obre oficialment les seves portes al públic un nou despatx d'advocats al municipi palauenc. Es tracta de TC Advocats que, malgrat que ja venia operant des de fa dies a Palau, el pròxim dia 22 farà l'acte inaugural de les oficines ubicades a l'Avinguda Catalunya 213. TC Advocats és un nou despatx multidisciplinari especialitzat en dret de família, dret penal, dret civil i administratiu encapçalat per la lletrada Laia Torra Capella, amb una sòlida trajectòria professional dins del sector experiència en la gestió de grans comptes.

Fès la teva reserva a: reservas@lasercombatbcn.com o al tel. **647 40 66 92**

iJocs i Esports

FUTBOLGOLF • LASER COMBAT

Vine a celebrar amb nosaltres:

EL TEU ANIVERSARI
COMIAT DE SOLTER/A
GRUPS D'EMPRESES
UNA ESTONA ENTRE AMICS

NO IMPORTA LA TEVA EDAT !!

Vine amb els teus amics,
companys de classe i/o familiars,
a passar una estona d'esbarjo !!

Ctra. Palau-solità a
Caldes de Montbui, km. 11,8
www.jocsiesports.com

L'alcaldeessa anuncia un centre social i nous lavabos pel camp de futbol

El passat dia 1 de novembre i en el decurs de la presentació de tots els equips que formen part de l'entitat esportiva palauenca, F.C. Palau, els assistents a l'acte van rebre amb satisfacció, al menys així ho van demostrar interrompint amb una ovació i aplaudiments el discurs de l'alcaldeessa de Palau, Teresa Padrós, quan la màxima mandatària de Palau els va comunicar que enguany hi hauria uns lavabos nous i un local social del Club a les instal·lacions del camp de futbol. La satisfacció dels pares i mares de molts nens que formen part dels equips, fou espontània i no per això, menys desitjada. De fet, un espai social en el que els pares/meres dels jugadors puguin esperar els fills mentre aquets entrenen, especialment aquestes nits de tardor i/o hivern, és desitjable per les persones

i també per unes instal·lacions esportives per les que passen tants nois. Però uns lavabos que compleixen els mínims exigibles quan a salubritat i/o que estiguin a l'alçada dels temps en que vivim, encara es fan més necessaris. Fa molt de temps que els venen reivindicant. De fet, és possible que els lavabos siguin dels anys 85/86 en que es van fer obres al camp i les grades. També fou el moment el en que les instal·lacions van passar a ser-hi municipals. I, per això, la reacció positiva quan l'alcaldeessa va dir que es farien les dues coses, encara que sigui a base d'instal·lar uns mòduls adaptes per a totes dues coses. Segons el regidor d'esports, Miquel Rovira, ja s'estan fent gestions i amb seguretat «abans de finalitzar l'any, estaran instal·lats el mòduls». 85/86

De fet, totes dues dependències estaven previstes en el projecte que s'havia redactat de remodelació de les instal·lacions esportives. Les obres es preveia fer-les en tres fases i la primera de les quals es va desenvolupar fa més de sis anys enrere amb Padrós d'alcaldeessa. A les hores es va canviar el camp de joc de terra a gespa artificial, així com altres obres complementaries com la construcció d'altre camp de joc més petit o d'entrenament al costat del gran. La segona fase comprenia la construcció de nous vestuaris i sobre d'ells, un centre social. El projecte es va desenvolupar, però va haver-hi eleccions i un canvi de govern. El nou equip, amb l'alcaldeessa Mercè Pla va decidir retallar part de les obres previstes. Va inaugurar els nous vestidors, però no van voler fer el centre social i es van oblidar del vestidor de l'àrbitre, etc.

Ara, el nou govern vol posar a l'abast de la gent uns lavabos adients, ja que els que s'utilitzen son prehistòrics i no reuneixen els mínims exigibles i també vol fer el centre on les mares i pares puguin esperar els seus fills fins que acabin l'entrenament o el partit.

Creació de dos nous grups per activitats esportives

Les 32 persones, palauencs/ques que estaven a la llista d'espera per tal de poder desenvolupar una de les activitats esportives municipals que s'ofereixen al pavelló Maria Victor, ja poden realitzar-les després que des de l'Ajuntament, la Regidoria d'Esports hagi decidit tirar en davant la formació de dos nous grups de Total Body Conditions (TBC).

Els dos nous grups creats faran sessions al Pavelló els dilluns i els dimecres de 7,30 a 8,30, la qual cosa ha provocat el trasllat del grup de Tai-Txi a l'escola Folch i Torres. «Amb la creació dels dos grups nous i amb els canvis introduïts, hem aconseguit donar resposta a la demanda ciutadana generada», assegura el regidor d'esports, Miquel Rovira.

L'oferta municipal de les activitats esportives per a tots els públics durant el calendari escolar abraça un ventall ampli de disciplines. Entre elles cal citar les específicament encaminades als adults, Aerostep, Dansa oriental, TBC, Aerollatí, Tai-Txi, Ioga, Gimnàstica correctiva i Esport Obert, les dirigides als joves, pre-fit júnior, Fit júnior i Hip-hop i per als més grans, l'Activa't!+60.

El F.C. Palau fa la presentació del seu potencial

El passat dia 1 de novembre i aprofitant que era un dia de festa en la que els diferents equips de l'entitat no realitzaven cap activitat esportiva, es va fer al camp de futbol de La Riera la presentació dels conjunts que formen part del de les diferents categories en les que te representació l'entitat degana del municipi, el C.F. Palau.

En un dia esplèndid, malgrat estar ja en el mes de novembre, es va fer a les instal·lacions esportives del camp de a Riera la presentació dels 17 equips que formen part de l'entitat, des dels «pitufos o barrufets», nens de 3 o 4 anys que formen part de la categoria debutant, fins a l'anomenat primer equip que milita a la segona catalana. En total 17 equips que integren quasi 300 jugadors, tot i que aquell dia festiu alguns es van oblidar que havien de prendre part a l'acte.

I és que possiblement no era el dia més encertat per fer la presentació. El dia abans o a la vigia anterior es celebrava la castanyada i alguns (jugadors) van aprofitar per celebrar la festa, per la qual cosa, molt possiblement es van quedar adormits el dia següent o van optar per continuar fent-ho en lloc d'aixecar-se i venir a la presentació. El cas és que alguns equips de les edats més elevades estaven minvats, però, cal dir-ho, la majoria de components hi eren presents i van omplir el camp de color. En aquest cas d'un color groc i vermell que son els colors de la samarreta de l'entitat esportiva més antiga del municipi.

vallès cd

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

RENOVEM LA IMATGE

HORARI:
de dilluns a divendres de 7:30 a 20:30h
dissabtes de 8:00 a 14:00h.

Pa "baguette", rústic i de màquina.
Esmorzars i berenars.
Gran assortiment d'embotits ibèrics.
Gran assortiment de tot tipus de pastes.

- **Baguette: 0,60€ (oferta 2x1€)**
- **Barra pagès: 0,85€ (oferta 2x1,50€)**
- **Mini croissants 8 peces: 1€ (6,95€/kg)**
- **Mini croissants choco 3 peces: 1€ (15€/kg)**

Sant Miquel, 40 (al costat de l'Escola Marinada)
08184 Palau-solità i Plegamans
Tel. 93 749 40 68

PALAU ASSESSORS

Assessors Gómez & Campos, s.l.

Fiscal, laboral, comptable i Jurídic

Els teus assessors des de 1987 a Palau, en temes fiscals, laborals, comptables i jurídics, per a particulars, autònoms i PIMES.

Rbla. del Sol, 6 i 8
Tel. 93 864 87 33
Fax. 93 864 87 34

Camí Reial, 132
Tel. 93 394 85 42
Fax. 93 394 85 47

08184 Palau-Solita i Plegamans
www.asesorstc.com
palau@asesorstc.com

Discret joc del F.S. Palau masculí

Després de set partits disputats, el balanç de l'equip de Futbol sala masculí del Palau no és pot dir que sigui gaire positiu. És més, es podria dir que és força irregular, ja que el conjunt que dirigeix Ernesto Ballesteros únicament ha pogut superar positivament tres dels set partits disputats. Cal dir però que, el tècnic ha hagut de realitzar una tasca d'acoblament dels jugadors, ja que, tal i com havien informat al finalitzar l'anterior temporada, a l'equip va haver-hi moltes baixes. I evidentment, calia omplir els puestos deixats amb incorporacions que poc a poc es van acoblant uns als altres. De fet, encara hi ha hagut una incorporació de darrera hora. Es tracta del jugador Jordi Camí, que fins ara jugava al futbol tradicional i que ha decidit canviar el camp de futbol per la pista de futbol sala. Camí es va incorporar ala disciplina d'en Ballesteros ha dos setmanes i únicament ha jugat una estona en el darrer 'partit jugat pel F.S. Palau.



• D'esquerra a dreta Joan Carles (delegat), Alex, Ernesto (entrenador), Jose, Dani, Ivan, Salva, Eric i Julio (auxiliar).
Abaix, Alberto, Junior, Carles, Lubsí i Jordi.

Nou seleccionador benjamí del V. Oriental

L'entrenador del F.S. Palau benjamí, Josep Jornet «Jorni» ha estat anomenat per la Federació Catalana de Futbol Sala, nou seleccionador de la categoria benjamí a la comarca del Vallès Oriental, a la que federativament i en aquesta disciplina també pertanyen els equips de Palau, Santa Perpètua i Sentmenat.

El nomenament o distinció ha estat molt ben acollit en els àmbits del futbol sala palauencs i tant jugadors com la resta de membres del Club palauenc mostren la seva alegria. Des del club Palau consideren que aquest càrrec és una mena de premi a la trajectòria d'aquest jove tècnic en la seva tasca de formació durant sis temporades al cap davant de l'equip benjamí del FS Palau. Durant aquest temps com responsable tècnic de l'equip palauenc, Jornet ha assolit diversos fites com un campionat i un subcampionat de Catalunya i també una participació en el campionat d'Espanya amb l'equip del Palau.

Es pot dir que per les seves mans han passat els millors jugadors del Club i també un gran nombre dels jugadors palauencs que militen en categories superiors.



• El nou seleccionador, Jorni.

►►► Gimnàstica per a lesions tendinoses de l'espatlla

En aquest article explicarem la anatomia i les lesions de l'espatlla, per en els següents articles poder descriure els exercicis principals pels problemes tendinosos de l'espatlla.

El manegot dels rotadors:

El Manegot dels rotadors és un conjunt de músculs i tendons que proporcionen estabilitat a l'espatlla.

Tots aquests músculs connecten la escàpula amb l'húmer i mantenen el cap humeral dins de la cavitat glenoidea.

Aquest grup de músculs es compon de:

- El múscul Supraespinós. Realitza els primers 15-20 graus d'abducció.
- El múscul Infraespinós. Realitza la rotació externa
- El múscul Rodó Menor o Teres Minor. Realitza la rotació externa
- El múscul Subescapular. Realitza la rotació interna

El bíceps braquial

El bíceps és un múscul molt fort, que té dos porcions, la porció llarga i la porció curta.

El tendó de la porció llarga del bíceps, va des de la part superior de la glenoides, i passa per davant del cap humeral a través de la corredora bicipital, pot ser considerat com una part funcional (no anatòmica) important del manegot dels rotadors per la seva acció depressora i la seva contribució a la estabilització de la cap humeral.

Es lesiona pels mateixos mecanismes que el manegot dels rotadors. Per això quan parlem de les lesions, englobarem els 5 músculs junts.

L'articulació de l'espatlla

L'articulació de l'espatlla és l'articulació del cos humà que té més varietat i amplitud de moviments. Aquesta característica farà de l'espatlla un punt fràgil de lesió.

L'articulació de l'espatlla té dos característiques que la fan especialment susceptible a lesionar-se:

- És una zona on el flux de sang cap als tendons és baix, per tant davant d'un dany no es regenera amb facilitat.
- És una zona molt estreta envoltada per os, facilitant el fregament del tendons amb els elements ossis de la zona i afavorint la inflamació.

Per aquestes dues raons, les tendinitis de l'espatlla solen ser recidivants, i això a la llarga pot deteriorar els tendons del manegot i produir fatiga del tendó i posteriorment la ruptura.

Tendinitis del Manegot dels rotadors

La tendinitis del Manegot dels Rotadors, com el seu nom indica, és una inflamació dels tendons supraespinós, Infraespinós, Subescapular, Teres menor y bíceps braquial.

Característiques dels símptomes:

- Normalment és la extremitat dominant.
- Dolor progressiu com a conseqüència de sobre càrrega muscular acumulada o dolor agut post-esforç.
- Localització: Cara superior o lateral de l'espatlla.
- Augmenta el dolor amb el moviment, principalment al aixecar el braç.
- Limitació de la mobilitat interna (col·locar la mà a l'espatlla).

Causas:

- Mantenir el braç en la mateixa posició durant períodes de temps llargs, com per exemple realitzar treballs d'ordinador o arreglar-se el cabell.
- Dormir sobre el mateix braç totes les nits.
- Practicar esports que requereixen moviments repetitius del braç per sobre el cap com el tennis, els beisbol, la natació i l'aixecament de peses.
- Treballar amb el braç per sobre el cap durant moltes hores

o dies (com pintors i fusters).

- Deficient control o coordinació dels músculs de l'espatlla i l'omòlat.
- La mala posició durant molts anys i el desgast normal dels tendons que succeeix amb la edat també poden portar que es presenti tendinitis del manegot dels rotadors, i posteriorment la ruptura.

Prevenió de les lesions del Manegot dels Rotadors

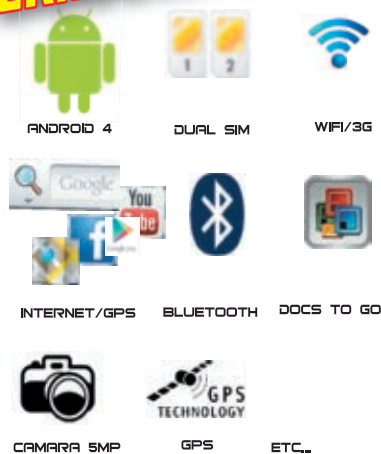
- Evitar les feines que requereixen el treball per sobre el nivell de les espatlles.
- Evitar les postures de flexió o abducció forçades de les espatlles per un temps significatiu.
- Implantar mesures ergonòmiques que incloguin:
 - ✓ Disseny del lloc de treball, evitant les postures forçades en flexió o abducció de l'espatlla.
 - ✓ Organització de les feines, evitant la exposició prolongada a les postures forçades de l'espatlla amb altres feines que no demanen aquestes postures forçades.
- Realitzar exercicis per tenir un bon to muscular i una bona harmonia de moviment.

Per a més informació us podeu adreçar al nostre centre: Us hi esperem!!!

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

SPEED SOUND

SMARTPHONE 5"
Telèfon lliure
SENSE PERMANÈNCIA



Smart-Phone Android 4.0, 3 G, Bluetooth, Wi-fi, Doble SIM, doble HD camara de 5mp y 0.3mp, 1.4Ghz, Pantalla HD LCD de 5" (14cm), documents To Go, Wifi, doble nucleo, Carcasa funda protectora.

OFERTA ESPECIAL

L'ALZINA

199 €
(IVA inclòs)

Tel/ 93 864 89 89
686 65 31 44

FISIOTERÀPIA

LA TEVA SALUT EN BONES MANS



- 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

Flors i plantes a casa. Novembre

Tornem amb unes noves propostes de decoració amb materials naturals. No hem utilitzat flors, i tot així aconseguim uns resultats molt vistosos.

La natura ens regala materials molt diferents amb els quals podem fer mil combinacions. En el nostre cas, tots els materials han estat tractats, per tal que es conservin més temps i es mantingui el color.

Aquest mes, hem elaborat uns quadres amb esquelets de fulles, escorça, troncs tallats, làmines de fusta i espècies com la canyella i l'anís estrellat. Podeu veure que tant si decidim fer un petit paisatge com un treball més abstracte,

els resultats són igual de bons. A més a més, podem fer un sol model o una petita sèrie de dos o tres peces per col·locar juntes. En aquests casos, els quadres ens tons marrons ens evocuen la tardor, però al tractar-se d'una decoració totalment personalitzada, podem canviar el color i el material principal. El resultat serà completament diferent: des d'una composició més primaveral fins a un fons marí si també utilitzem closques de petxines.



Floristeries Duran



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

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

L'osteoporosi

Que és l'osteoporosi?

L'osteoporosi és un procés en el que els ossos perden calci i, per tant, es tornen més fràgils, el que pot provocar que es trenquin més fàcilment. Aquesta malaltia afecta més les dones degut al procés de descalcificació que es dona amb la menopausa.

Quins són els símptomes?

L'osteoporosi no fa mal, és presenta a l'etapa més avançada de la malaltia, quan la pèrdua d'os ja és important i es poden patir fractures o micro fractures. Les més freqüents són les fractures de fèmur, vertebrals, canell i húmer.

Quines són les mesures de prevenció?

Algunes mesures a tenir en compte poden són:



1. L'alimentació equilibrada rica en calci i vitamina D: llet, iogurt, formatge, clares d'ou, sardines de llauna, peix d'aigua salada, marisc, fetge, soja, blat de moro, bledes, espinacs, escarola, mongetes, fruits secs, llegums, olives, mandarines i taronges...

Evitar prendre massa sal o proteïnes, perquè eliminen més calci amb l'orina i augmenten el risc de tenir pedres al ronyó.

2. Exercici físic regular. Fer exercici (ajuda a tenir ossos forts i saludables) augmenta la força muscular, la coordinació, la flexibilitat i l'equilibri. N'hi ha prou amb 30-60 minuts quatre vegades a la setmana. Va bé caminar, córrer, pujar escales, el tai-txi o ballar. Nedar i anar en bici no milloren els ossos, però sí l'agilitat per evitar caigudes.

Mesures a casa: Tregui tots els mobles que molestin per passar, les catifes amb les que pot entrebançar, els cables... Porti sabates segures, les sabatilles soltes poden fer caure. Posi una dutxa en lloc de banyera, posi barres per agafar-se al bany.

Què cal evitar?

- Si ja té osteoporosi, eviti exercicis o activitats en què hagi de fer molta força o en què els ossos rebin cops.
- El tabac causa osteoporosi i prendre més calci no compensa el dany.
- L'abús d'alcohol també danya els ossos.
- El cafè
- Eviti les caigudes: quan ens fem grans o tenim osteoporosi, és molt important evitar caure. Ja no pot pujar escales

per guardar coses altes, penjar cortines, netejar...

Hi ha algun tractament?



El millor tractament per l'osteoporosi és la prevenció. Existeixen fàrmacs que ajuden a frenar la reabsorció òssia i evitar la pèrdua de mineral.

Els tractaments per a l'osteoporosi han d'estar prescrits i supervisats per un metge. Si té qualsevol dubte o creu que pot patir aquesta malaltia no dubti a demanar consulta.

Dr. David Baulenas i Parellada
MUTUA MOLLET - CENTRE MÈDIC
Col·legiat núm. 34244

Assegura la teva família des de 20€
*Preu personal/mes

Som la teva mutua al Baix Vallès

Especialitats mèdiques

- Medicina general i geriatria
- Salut de la dona i maternoinfantil
- Especialitats quirúrgiques
- Proves complementàries
- Radiodiagnòstic

Servei d'urgències a domicili:
24 hores 365 dies l'any i consulta mèdica telefònica

Revisió odontològica gratuïta

Assistència en viatge

Rapidesa en l'atenció

Preus especials en serveis complementaris:
Psicologia, logopèdia i rehabilitació

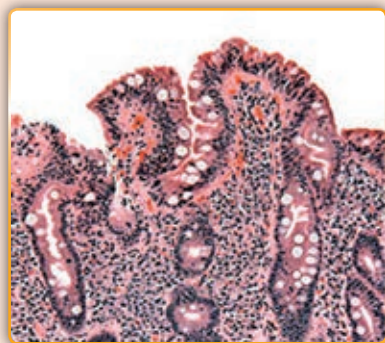
Més de 75 anys al Baix Vallès

170m² d'instal·lacions: despatxos mèdics per consulta d'especialistes, sala d'odontologia, espai per podologia,...

93 570 90 85 · info@mutuamollet.cat
Carrer Gaietà Vinzia 52 · 08100 Mollet del Vallès
www.mutuamollet.com
Visitem a l'Institut Mèdic Baix Vallès

►►► Celiàquia

Caracteritzada per símptomes com esteatorrea (tipus de diarrea), anèmia i atròfia de les vellositats intestinals millorant amb una dieta sense gluten. Es pot definir la celiàquia com a dolenta absorció intestinal específica al gluten que determina aplanament de la mucosa de l'intestí prim o jejú.



Es tracta d'una malaltia autoimmunitària en la qual la gliadina, que és una fracció proteica del gluten dels cereals, actua com a antigen en les persones afectades genèticament, en actuar com a tal, atreu anticossos que haurien de metabolitzar.

El micro i macroambient del tracte gastrointestinal estan contínuament exposats a bacteris, virus i paràsits, però manté un equilibri entre immunitat activa, tolerància i supressió immune. L'alteració d'aquest equilibri porta a inflamació intestinal.

En la **celiàquia** hi ha un trastorn de permeabilitat intestinal induïda pel gluten. El gluten és una proteïna, i fins ara, es

creia que la porció tòxica del gluten per als celíacs, era l'anomenada gliadina, estudis recents estan revelant que una altra porció anomenada gluteïna, també és tòxica, el que tindrà repercussions si s'arriba a confirmar aquesta dada.

El problema de la permeabilitat intestinal és quan la paret epitelial és permeable, molècules de substàncies i aliments que, per la seva grandària gran i en condicions normals no haurien de passar a la sang, passen i són atacats per ser reconeguts com a enemics. Això fa que per a una persona amb permeabilitat intestinal, un aliment tan inòcua com una pera sigui un problema.

Tractament homeopàtic. Tots els experts científics internacionals que han avaluat a l'homeopatia, van coincidir a admetre que aquesta ciència es defineix com una medicina de la informació. El producte homeopàtic no és un producte Actiu, sinó Reactiu, aquesta reacció induïda és possible gràcies a la informació que contenen i que transmet a l'individu sensible. Permeten estimular o frenar un procés natural de defensa, el seu efecte fa possible reduir inflamació, regularitzar una funció enzimàtica o hormonal. Els remeis homeopàtics actuen sobre el sistema receptiu que estigui temporalment en estat de disfunció. L'homeopatia i tractament amb immunomoduladors: S'ha requerit moltes investigacions i anys, la micro-immunoteràpia és un enfocament innovador de l'homeopatia que combina els últims descobriments científics en immunitat amb la metodologia tradicional homeopàtica, la micro-immunologia té dos objectius modular el sistema immunitari i contrarestar les causes de la malaltia gràcies al paper clau que juguen Els àcids nucleics específics.

Els tres pilars del tractament són: detoxificació, immunomodulació, activació cel·lular.

En el primer pas cal preparar l'organisme malalt per facilitar l'eliminació de les toxines alliberades, per aconseguir-ho estimularem els òrgans emuntorials amb un tractament preparatori o de drenatge. Remeis específics amb acció emuntorial sobre els intestins (per facilitar l'eliminació de les toxines alliberades): *Rhatania, Dioscorea, Mormodica, Colocynthis, Ptelea, Magnèsia Phos., Hydrastys*. Pel fetge: *Chelidonium, Cardus Marianus, Taraxacum*. Pel ronyó: *Solidago, Berberis, Sarsaparilla*.

Alguns medicaments homeopàtics per l'activació cel·lular són: *Aconitum, Millefolium, Belladonna, Lycopodium, Bellis perennis, Chamomilla, Echinacea, Arnica, Nuxvomica*.

Cal destacar que la visió psicossomàtica de l'al·lèrgia és l'avís d'un record desagradable alguna vegada a la nostra vida previ al desenvolupament de l'al·lèrgia. El sentit biològic d'aquesta malaltia hauria de veure amb un conflicte familiar i de vegades més relacionat amb la relació amb el pare que afecta al nen o l'adult. La kinesiologia bioneurològica ens pot ajudar a resoldre el conflicte juntament a donar equilibri a l'intestí.

Lidia Ruiz Tabuenca
Homeòpata Unicista, Naturòpata i Kinesiòloga

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 – Psoriasis – Èczema – Fibromiàlgia – Fatiga – Artritis – Ciàtiques – Lumbàlgies – Migranyes – Depressió – Ansietat – Insomni – Asma – Al·lèrgies – Dolors Menstruals – Embaràs – Menopausa – Trastorns circulatoris, etc.

C/Narcís Monturiol, 3 – Palau-solità i Plegamans
T. 649531184 – lidia.ruiz.66@gmail.com

Fira de Santa Llúcia

6, 7 i 8 de desembre de 2013

dies 6 i 7 de 10 a 21h i dia 8 de 10 a 14h

Amb tallers, animació i inflables



A la Plaça de la Vila i zona de vianants

INAUGURACIÓ DIVENDRES 6 DE DESEMBRE A LES 11 DEL MATÍ



Ajuntament de Palau-solità i Plegamans



Palau-solità i Plegamans!

www.palauplegamans.cat

Telèfons d'interés

Ambulàncies (TSC)	061
Aigües Cassa	93 715 57 00
Ajuntament	93 864 80 56
Autobusos Sagalès	93 593 13 00
Biblioteca municipa	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

Agenda Cultural • NOVEMBRE-DESEMBRE

divendres, 15 de novembre a les 20.00h a la Masia de Can Cortès CONFERÈNCIA: ÒPERA, MODA I REVOLUCIÓ: LA HISTÒRIA INÈDITA DE LES SARDANES. QUAN LA SARDANA ERA UN BALL DE MODA. A CÀRREC DE LA MUSICÒLOGA ANNA COSTAL .	DE LA MÀ... LA CORAL LA UNIÓ DELS CORS D'EN CLAVÉ I L'AGRUPACIÓ SARDANISTA ENS HEM UNIT DE LA MÀ...
divendres, 15 de novembre a les 22.00h al Teatre de la Vila PROGRAMACIÓ ESTABLE DE TEATRE: NO PAGUEN, NO PAGUEM DE LA CIA TEATRE ENJOLIT. Preu de l'entrada 12€ i descomptes especials. Venda anticipada: Masia de Can Cortès (a partir del dimarts 12 de novembre, de 16 a 21 h).	dissabte, 23 i diumenge, 24 de novembre a les 09.00h a la Masia de Can Cortès CAP DE SETMANA A L'AMETLLA DE MAR. 1a TROBADA DE BALL EN LÍNEA.
dissabte, 16 de novembre a les 18.00h a la Sala Polivalent BALL DE TARDA A CÀRREC DE PARIS LA NUIT PREU: 3€ (Socis/es del Casal de la Gent Gran: 2€)	dijous, 28 de novembre a les 20.00h a la Teteria Diferent-te Club de lectura llegint-te: LA NOIA DE LA PERLA DE TRACY CHEVALIER.
diumenge 17 de novembre De 10.30 a 14.00h a la deixalleria Municipal (c. Sta. Margarida de Boada Vell). Festa de la Reutilització, Inauguració de l'espai de reutilització a la deixalleria Taller de reciclatge de roba creativa, mercat d'intercanvi, Tallers de reciclatge de samarretes de trapillo, de reparació de bicicletes. Joc i aperitiu sense residus	divendres, 29 de novembre a les 22.00h al Teatre de la Vila PROGRAMACIÓ ESTABLE DE TEATRE: LA FLAUTA MÀGICA A CÀRREC DE LA CIA DEI FURBI Preu de l'entrada 12€ i descomptes especials. Venda anticipada: Masia de Can Cortès (a partir del dimarts 26 de novembre, de 16 a 21 h).
dilluns, 18 de novembre a les 19.00h a la Sala Exposicions Masia de Can Cortès INAUGURACIÓ EXPOSICIÓ 100 ANYS D'EN MASSAGRAN	dissabte, 30 de novembre a les 18.00h a la Sala Polivalent BALL DE TARDA A CÀRREC DE JOAN BADIA PREU: 3€ (Socis/es del Casal de la Gent Gran: 2€)
diumenge, 24 de novembre a les 12.00h a la Plaça de la Vila	diumenge, 1 de desembre a les 12.00h al Teatre de la Vila L'AUCA DELS PASTORETS DEL PESSEBRE PREU: Gratuït. Aforament limitat. Associació Pessebrista
	divendres, 6, dissabte, 7 i diumenge 8 de desembre de 10 a 21.00h a la Plaça de la Vila i Zona de Vianants. Inauguració de la XVI Fira de Santa Llúcia
	dissabte, 7 de desembre a les 16.00h a la Sala Polivalent TIÓ SOLIDARI

La Policia Local informa

NOVEMBRE 2013

Incidències Destacades

Detingut caçador furtiu

El dia 12 d'octubre va ser detinguda una persona per practicar caça furtiva al nostre municipi. L'home, veí de Sabadell, havia col·locat trampes il·legals de captura massiva d'ocells d'espècies protegides. Membres de la societat local de caçadors «L'Alzina», van detectar la col·locació de les trampes i van alertar el cos d'Agents Rurals. La ràpida intervenció d'aquest cos va permetre la detenció del caçador furtiu.

Robatoris

El mes passat va tenir lloc un robatori al Centre Cívic. Els lladres, que presumiblement van entrar per la finestra després de pujar a un arbre, es van emportar material informàtic del Punt TIC, aula de formació en noves tecnologies que gestiona l'entitat Palau Solidari. El dia 3 a la nit, va tenir lloc un robatori a una empresa del carrer de la Indústria. El lladres va poder accedir a l'interior de l'empresa a través del sostre. El dia 7 es van forçar uns trasters situats en un edifici de l'avinguda de Catalunya d'un dels quals es van sostreure objectes. Els casos estan en mans de la policia científica dels Mossos d'Esquadra, que estan treballant en la seva resolució.

Incidències amb animals

El dia 6 es va detectar la presència de cinc porcs senglars a la carretera C-59. La presència de la patrulla local en el lloc va servir per espantar el ramat, que va retornar a l'interior dels boscos. D'altra banda, i el mateix dia, agents de la Policia Local van haver de capturar un gos que creuava constantment la carretera C-59, amb el perill que comportava per a la circulació.

Discussió veïnal

La Policia és alertada d'una discussió al carrer de l'Orfebreria entre el vigilant d'una empresa i el conductor d'un camió, arran del lloc on aquest havia estacionat. Personada la patrulla, s'aconsegueix posar fi a la baralla, propiciant el canvi d'ubicació del vehicle.



Estudi del trànsit

Del 29 d'octubre al 5 de setembre, s'ha realitzat un estudi del trànsit en el Camí Reial, a l'alçada del número 327, i en sentit nord, arran de la percepció d'alguns veïns que s'hi circula a velocitat excessiva. L'estudi, realitzat a través dels panells informatius de velocitat, han donat les dades següents: Total de vehicles mesurats, 7.040 Velocitat mitjana dels vehicles, 32 Km/h Vehicles que han circulat dins els límits de velocitat permesos, 98,5% Vehicles que han superat la velocitat permesa (50 Km/h), 1,5%. Es tracta de tres vehicles que han circulat al voltant dels 70 Km/h. Amb aquestes dades es pot conèixer millor la quantitat i la qualitat del trànsit rodat, per poder estudiar la possibilitat d'introduir mesures correctores a la zona.

Formació en mediació

Tres agents de la Policia Local han participat en un curs de mediació en situació de conflicte, organitzat pel Departament de Justícia de la Generalitat. Els agents han pogut aprendre diverses tècniques i eines per intervenir eficaçment en situacions de conflicte. Des de la Policia Local es dona molta importància a la mediació com a eina per solucionar conflictes, per evitar que arribin a l'àmbit judicial amb la problemàtica que això comporta per a les parts.

CONSELLS DAVANT OFERTES COMERCIALS NO SOL·LICITADES

- S'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)

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

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





Braseria Los Hermanos 2

Carrer Garraf, nau 3 - Caldes de Montbui (antic Cal Jesús)

**ESPECIALITZATS EN CARN A LA BRASA
ESMORZARS DE FORQUILLA • ENTREPANS**



Menú d'exemple

Inclou Pa, beguda, sangria, i postres

ENTRANTS: Amanida, sucus o canya

PRIMERS PLATS:

Espàrrecs 3 salses
Niu d'espinacs
Canelons
Amanida d'escarxofes amb gambes i
vinagreta de mel
Remenat d'alls tendres i gambes
Espaguetis a la «serranita»
Amanida catalana
Esqueixada
Xató
Escalivada
Espàrrecs a la brasa
Sopa
Empedrat de tonyina
Cabdells «los hermanos»

SEGONS PLATS:

Cuixes de gall d'indi al cava
Xurrasco
Botifarra
Botifarró «morçilla»
Conill
Careta
Pit de pollastre
Xoriço
Xistorra
Salsitxes
Cansalada
Hamburguesa
Xai
Conill a l'all
Gambes a la planxa
Cloïsses a la provençal
Salmó amb salsa Romesco
Bacallà a la llauna
Lluç a la muselina d'all
Entrecot
Costelles de Xai (Supl. 6€)
Entrecot 500g. (Supl. 10€)

**MENÚ
CAP DE
SETMANA** **+40** plats a escollir
12,50€

**MENÚ
DIARI** **+40** plats a escollir
9,20€



**AQUESTS NADALS TAMBÉ FEM DINARS D'EMPRESA !!
MENÚS ESPECIALS DE GERMANOR PER A GRUPS I/O EMPRESES DES DE 14€**

FES LA TEVA RESERVA AL 93 865 31 00

OBERT DE DILLUNS A DIVENDRES DE 6 A 20:00H. DISSABTES I DIUMENGES DE 8 A 17H.