



## Una multitud per rebre els Reis Mags d'Orient



Una plaça de la Vila plena de gom a gom va donar la benvinguda el passat dia cinc als reis Mags que arribarien a la població a bord d'un autobús d'època que temps enrere havia fet la línia regular de Caldes a Barcelona i que, fruit

de la bona entesa entre l'empresa i l'Ajuntament, va posar a disposició dels reis la firma Sagalès.

*continua a les pàgs. 2-3 ▶▶*



*Carta de suggeriments del dia*

**Menú diari 1** [5 primers, 5 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**

**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](http://www.restaurantcanllera.com)

## Sumari

Els **aparadors** de Carlin i d'Agulla, fill i didal, no poden superar **Estrada Ferreters**

• pàgs. 14-15

Segueix la recollida de **signatures** per la **independència**

• pàg. 18

El **F. C. Palau** canvia l'**entrenador** del primer equip

• pàg. 22

## Una multitud omple els carrers de Palau per a rebre els Reis Mags d'Orient que arribarien en autobús

►► ve de portada



• El Rei Baltasar, a la seva carrossa.

Des de la balconada de l'Ajuntament, l'alcaldeessa de Palau, Teresa Padrós va observar com el seguici dels reis s'obria pas entre la gent fins que van arribar dalt de tot. Allà, Padrós els va donar la benvinguda i els va lliurar «la clau màgica» amb la que podrien entrar als habitatges per deixar els regals als molts nens i nenes de la població, una vegada finalitzada la cavalcada que es faria després pels carrers del poble i de la recollida final de les darreres cartes que es faria a Can Cortès. Cal dir també que al llarg del recorregut de la cavalcada, empleats de correus foren recollint cartes que alguns nens/nenes els lliuraven.

També va aprofitar Padrós l'acte de la recepció oficial per agrair la col·laboració de les entitats i especialment esment va fer l'alcaldeessa de la tasca desenvolupada per l'ONG palauenca, Palau solidari que, una vegada més, ha dut a terme la campanya, Cap nen sense juguina.

### Assistència

La cavalcada pròpiament dita en la que enguany prenen part 14 carroces engalonades i que enguany enregistraven unes mesures de seguretat addicionals, va fer el recorregut pels carrers cèntrics de Palau davant d'un nombrós públic. Probablement, l'assistència d'enguany es podria dir, tot i tenint present la gran dificultat que comporta saber el nombre aproximat, que ha estat major que en edicions anteriors en funció de les aglomeracions que es van produir, tant a la plaça de la Vila, com a la zona de Can Cortès, així com al llarg del recorregut pels carrers del poble. En aquest sentit, cal dir que el nombre d'assistents al final del recorregut fou tal que, es va posar de manifest la necessitat d'articular alguna mesura, alguna fórmula que permeti desencallar el gran nus que es forma davant de la masia i que permeti major fluides a l'entrada a Can Cortès, a l'entrada als jardins de la masia, l'accés a la compra de tiquets, l'accés al lliurament dels entrepans i

al lliurament del brou d'una manera ordenada i sense les aglomeracions que ara s'originen al creuar-se uns amb altres. Les dificultats desplaçament amb les que ara es troben els allà concentrats a causa de les deficiències manifestes de mobilitat, poden dar origen a que alguna persona aixequi la veu més del que seria desitjable i més en els temps en que es desenvolupa l'acte.

### Seguretat

La regidora de Festes de l'Ajuntament, Carme Sanz, valora l'acte en conjunt de manera molt positiva. Segons diu, la cavalcada i de les novetats que s'han introduït enguany, «han funcionat molt bé». L'objectiu enguany era que no hi hagués cap ensurt, com així ha estat. Malgrat tot, de cara al futur es preveu reforçar aspectes vinculats a la seguretat. «Continuarem estudiant mesures que reforcin la prevenció d'accidents, com col·locar tanques en alguns punts o fer modificacions en el disseny de les carrosses per potenciar la seguretat» afegeix Sanz. «De moment, les introduïdes enguany han estat positives, com positiu ha estat i ha agradat que els Reis Mags hagin arribat en autobús, que hi hagués personal de Correus recollint cartes durant la cavalcada, la carrossa que recollia xumets dels més petits, el nou Campament de Reis que es va fer al migdia i altres novetats», resumeix la regidora.



• Els Reis Mags saluden els nens de Palau.

La cavalcada de Reis l'organitza el seguici de Ses Majestats i l'Ajuntament. Enguany han comptat amb la col·laboració dels Geganterers i Grallers, el Centre Cultural Andalus, les Cabres i les Vaques, els Deixebles del Dimoni de la Pedra Llarga, l'Associació Pessebrista, l'Esplai el Botó i el Casal de la Gent Gran. Totes elles, entitats del municipi palauenca.

# CHIC-ITINES

AMB ZONA OUTLET

## rebaixes

# 2 X 1

VINE I DESCOBREIX UN NOU MÓN  
PER ALS TEUS FILLS

## noves col·leccions

primeres marques per a nens i nenes

name it. **Lois** **mayoral** **tuc** **tuc** **smash!**

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



eurorepar

## Tallers Mateu Vila, s.L.

TALLER MULTIMARCA  
PLANXA • PINTURA • MECÀNICA

### XAPA I PINTURA:

- Reparacions ràpides de xapa i pintura
- Reparacions de sinistres en bancada
- Recollida i lliurament gratuït de vehicles a domicili
- Vehicle de cortesia
- Netejes integrals d'interiors i exteriors
- Treballem amb totes les companyies asseguradores.

PRESSUPOST SENSE  
COMPROMÍS

### MECÀNICA:

- Revisions periòdiques
- Revisions electromecàniques i electròniques
- Grans ofertes en el canvi de pneumàtics
- Alineació electrònica de la direcció
- Revisem i portem el vehicle a ITV
- Ofertes mensuals
- Vehicle de substitució

C/ LA PLANA, 20 • 08184 PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS  
TEL./FAX 93 864 84 70 • E-MAIL: mateu@fordservicios.com


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

## La targeta de l'autobús no s'apuja

La targeta social de 10 viatges d'ús exclusiu per a l'autobús urbà local no apujarà el seu preu públic malgrat l'augment que ha establert l'Autoritat del Transport Metropolità (ATM). Pedro Sánchez, Regidor de Serveis i Transports, considera convenient no repercutir en les persones usuàries aquest augment, "per seguir en la línia endegada d'acostar el servei a la ciutadania i facilitar l'ús de l'autobús".

L'augment dictat per l'ATM en el cost de la targeta és del 5,1%. A la pràctica vol dir que l'augment és de 4 cèntims per targeta, la qual cosa suposa que aquesta passi a costar 8,25€ en lloc

dels 7,85€ que costava fins ara. Malgrat aquest augment, les persones usuàries seguiran pagant 3€ com fins ara, assumint l'Ajuntament la diferència del cost.

La targeta social va entrar en vigor a finals del 2011 amb la finalitat d'abaratir el cost del bitllet, el qual suposava un fre a l'hora d'utilitzar el servei. Per Pedro Sánchez cal anar millorant constantment el servei de bus urbà, ja que "és un servei important que facilita la mobilitat a aquelles persones que, per raons físiques o econòmiques, no poden gaudir de transport particular".

## El deute dels ajuntaments, il·legítim

L'eurodiputat Raül Romeva ha demanat al president del Banc Central Europeu (BCE), Mario Draghi, que condicioni els crèdits que el BCE atorga a les entitats financeres a que aquestes prestin capital a tipus similars a les administracions públiques que ofereixen serveis bàsics de ciutadania. Romeva també ha portat la qüestió a la Comissió Europea ja que considera que el deute públic és un dels principals problemes dels ajuntaments, ja que limita la seva capacitat d'actuació la qual cosa afecta a la vida quotidiana de la ciutadania. L'argument de la denúncia és molt clar; mentre els mecanismes del BCE permeten a la banca a accedir a crèdits a un interès inferior a l'1%, després aquesta mateixa banca atorga crèdits als ajuntaments amb elevats interessos del 5,54%. Aquesta posició dominant dels bancs és abusiva i per això s'ha demanat al BCE que consideri il·legítim el deute públic dels ajuntaments, al derivar-se de fonts oportunistes en condicions abusives, i s'obligui als bancs a renegociar el deute o a cancel·lar-ne la part relativa als interessos desproporcionats.

## Contra la reforma de la Llei de avortament

Dones amb Iniciativa fa una crida a la ciutadania a participar en tots aquells actes de rebuig a l'eliminació del dret a l'avortament que es convoquin, ja que suposa negar el dret al propi cos, un clar retrocés democràtic que respon a una clara voluntat política: satisfer la jerarquia eclesiàstica i mantenir les dones subordinades als interessos i privilegis del patriarcat.

La nova llei del PP suposa el retorn als temps dels avortaments de primera i de segona, en funció del poder adquisitiu de la dona i ens situa en un context on moltes dones hauran de posar-se en risc per acabar amb un embaràs no desitjat, sense cap suport ni seguretat.



## Primaries al Partit Verd Europeu

El candidat o la candidata del Partit Verd Europeu a la presidència de la Comissió Europea, serà escollit mitjançant una consulta popular en la qual hi poden participar totes les persones majors de 16 anys residents a la Unió Europea. Es tracta d'un procés innovador, plantejat amb l'objectiu de donar veu i acostar la política europea a la ciutadania així com promoure el debat sobre el futur de la Unió Europea. Si han presentat quatre candidatures: Rebecca Harms i Ska Keller d'Alemanya, Mònica Frassoni d'Itàlia i José Bové de França. ICV, com a membre del Partit Verd Europeu ha donat l'aval a José Bové, membre d'Europe Écologie-Les Verts i fundador de l'organització antiglobalització Attac. Per a més informació i per participar en la votació, cal adreçar-se al web [greenprimary.eu](http://greenprimary.eu)


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

## Campanya a l'Estat sobre el dret a decidir

ICV ha iniciat una campanya arreu de l'Estat amb la finalitat de fer pedagogia sobre el dret a decidir. No es veritat que a Espanya tothom pensi com el PP o el PSOE, hi ha més pluralitat d'opinions i per això cal fer pedagogia, perquè

caiguin les etiquetes que actualment ens posen i es normalitzi la demanda catalana. El problema sobre el dret a decidir no el tenim a Catalunya, on hi ha un ampli suport parlamentari i social a favor, sinó al conjunt de l'Estat.

## 75è aniversari de l'exili republicà

Aquest 2014, a banda de commemorar els 300 anys de la Guerra de Successió, també es compleix l'aniversari d'una altra fita significativa de la història de Catalunya, el 75 anys de l'exili republicà que va creuar els Pirineus l'any 1939. En aquest sentit, el grup Parlamentari d'ICV-EUiA demanarà al Govern de la Generalitat que durant aquest any 2014 es commemori també aquest aniversari. Recordar aquests fets no significa contraposar-los al record del 1714, al contrari, totes dues commemoracions són de gran importància per explicar bona part de la història del nostre país.



## L'informatiu dels Palauencs

Gener 2014 - Número 196

<http://palausolitaplegamans.socialistes.cat>



### MALTRACTE A LA DEPENDÈNCIA ÉS MALTRACTE A LES PERSONES DEPENDENTS I LLURS FAMÍLIES



7 anys després de l'aprovació de la Llei de la Dependència per part del Govern socialista espanyol, constatem que les retallades de la dreta tant des del govern de l'Estat com des de la Generalitat, han tingut un efecte demolidor per a les famílies de persones amb dependència.

En efecte, si es mantenen les polítiques contra la Llei de la Dependència que aplica CiU amb el suport d'ERC a Catalunya amb una retallada del 10% i el PP al conjunt d'Espanya amb una disminució del 47%, el sistema d'atenció a les persones amb dependència continuarà deteriorant-se.

- El Govern deixarà de reconèixer 24.204 persones dependents del sistema; 3.572 persones quedaran fora de les residències;
- La partida dels cuidadors en l'entorn familiar baixa un 12%;
- Disminueixen les partides de l'ICASS destinades a famílies en un 5,18%
- Les partides destinades a les corporacions locals es redueixen en un 25,14% respecte el 2012.

Els pressupostos per al 2014, confirmen que la majoria absoluta del PP a les Corts i l'acord de CiU i ERC al Parlament continuarà amb el menyspreu a la Llei de la Dependència i per tant el de les persones grans amb dependència i de les persones amb discapacitat.

Reclamem, per tant, un Acord Global per salvar l'atenció a les persones amb dependència i les seves famílies, i apostem clarament per un sector gero-assistencial com a motor econòmic estratègic pel país.

Els i les socialistes fem:



- 2006. Llei de la Dependència. **NOU DRET SOCIAL** de suport i servei a les persones que no es poden valdre per si soles i promoció de l'autonomia personal
- >> Més de 150.000 persones ateses avui a Catalunya
- >> Garantim una VIDA + JUSTA + AUTÒNOMA + LLIURE i + DIGNA!

PP I CIU DESfan



ATENCIÓ A LA DEPENDÈNCIA:

Abandonen els més febles

- Retallada del 30% recursos econòmics
  - ⇒ Ajudes + copagament = serveis **MÉS CARS I MÉS PRECARIS, MENYS PRESTACIONS**
  - ⇒ Menys persones protegides, suspensió de l'ajut a la residència i 32.550 ciutadans en llista d'espera

**LA GENT GRAN NECESSITA I MEREIX SER ATESA AMB DIGNITAT. PP I CIU ELS ABANDONA I CASTIGA. DES DEL PSC CONTINUAREM DEFENSANT ELS SEUS DRETS.**

L'informatiu dels Palauencs  
Gener 2014 - Número 196



### Teresa Padrós, en defensa dels Ajuntaments al Parlament de Catalunya

L'Alcaldessa de Palau-solità i Plegamans, Teresa Padrós, ha defensat al Parlament de Catalunya els Ajuntaments i el món municipal a la vegada que ha mostrat el rebuig enèrgic a la proposta de Reforma Municipal (ARSAL) del Partit Popular

Sense drets no tenim igualtat.  
Sense igualtat no tenim llibertat.

EL PSC PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS  
**CONTRA LA REFORMA DE L'AVORTAMENT DE GALLARDON!**



Que no ens retallin els nostres drets!

LA REFORMA DEL PP AFECTARÀ ELS PENSIONISTES D'AVUI I ELS DE DEMÀ:  
**MÉS POBRES  
MÉS DESEMPARATS**



## Acte Públic

**La reforma de les pensions  
Una nova agressió als nostres drets**

amb  
**ISABEL LÓPEZ**

Diputada del Grup Socialista al Congrés i portaveu de la Comissió de seguiment i avaluació dels Acords del Pacte de Toledo

**T'ESPEREM!  
¡TE ESPERAMOS!**



**DIMARTS 4 FEBRER**  
MARTES 4 FEBRERO



**Masia de Can Cortés**  
Camí Reial, 56 (Palau-solità i Pleg.)



**19:30 hores/as**





## AÑO 2014: RECUPERACIÓN ECONÓMICA

Los principales indicadores económicos mejoran sus previsiones hacia España y confirman el inicio de la recuperación como una realidad en 2014 :

### Un objetivo: crear empleo en 2014.

- Estamos en el buen camino para conseguirlo gracias a medidas como la reforma laboral, los incentivos a PYMES, la progresiva apertura del crédito...
- En esta tarea, el impulso de la contratación a tiempo parcial como transición al contrato indefinido y la simplificación de contratos serán claves.

Los pilares de la recuperación: récord histórico en turismo y exportaciones.

- Las exportaciones han logrado un máximo histórico, con un crecimiento de un 6% respecto a 2012, gracias a la apertura de las empresas españolas.
- España cierra el año con cifra récord en turismo: superando los 60 millones de turistas.
- La industria española ha repuntado, con el sector del automóvil a la cabeza.
- Lejos de la sombra del rescate, la inversión extranjera se dispara: las empresas españolas captan 40.000 millones de euros.

Esfuerzo conjunto: para cumplir con el objetivo de déficit y garantizar la liquidez de CCAA y Ayuntamientos.

- Se han inyectado más 105.000 millones a través de dos instrumentos clave: el Fondo de Liquidez Autonómica y el Plan de Pago a Proveedores.
- Gracias a estas medidas, se han salvado más de 400.000 puestos de trabajo y se ha evitado la quiebra de instituciones públicas.

La fórmula del Gobierno: perseverar en las reformas estructurales que se han puesto en marcha.

- Las reformas estructurales que ha puesto en marcha el Gobierno han progresado más que en ningún otro país de Europa.
- Estas medidas deben ir acompañadas de la consolidación de la recuperación económica europea a través de la integración económica y política europea.

Las reformas pendientes para consolidar la recuperación:

- Reforma fiscal para aliviar la presión fiscal.
- Reordenación de la financiación autonómica y local.
- Impulso definitivo a la reforma de las administraciones públicas.
- Ley financiera para reactivar el flujo de crédito a familias y PYMES.



Síguenos ahora en [www.pppalau.com](http://www.pppalau.com)

ESTEM AL CARRER BARCELONA, 27



Sorteig celebrat el dia  
3 de gener de 2014 a  
la Masia de Can Malla.  
(Fotos d'alguns dels premiats)

# Premiats del Sorteig de Nadal

i establiments lliuradors de la butlleta:

Salvador Sindreu Codina  
Green's jardineria

Montse Bello Corcoba  
Dolços i salats Xiu-Xiu

Francesc Castro Martínez  
Gippsa

Soledad Cattini  
Carns Martínez Bayó

Jaume Jornet Martínez  
Autoescola A14

Natàlia Palà Sanllehy  
Drogueria i perfumeria Esther

Antonio Torrell Sanz  
Electricitat Maso

Homero Domingo Padilla  
L'Esbarjo

Enric Soler  
Exit School of English

Bartomeu Mompean Gimenez  
Bar Oliva

Tots els guanyadors van rebre un talonari  
de 200€ per gastar durant el mes de gener.

Organitza:



Associació de  
Comerciants

Col·labora:



Ajuntament de  
Palau-solità i Plegamans



Cambra de Comerç de Sabadell



# 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

## Perquè puguen les taxes ?

Pel que és veu a l'hora de revisar taxes municipals, la crisi només la patim els ciutadans que veiem com els salaris i el valor de la vivenda baixa mentre que l'IBI o els serveis essencials com l'aigua o recollida d'escombreries no paren de pujar sense que és noti cap millora equivalent a canvi.

Les escombreries i l'aigua s'apugen un 1'7% i encara gràcies perquè segons el regidor de torn ja apunta que l'ACA diu que necessita un augment de mes del 7% per eixugar el seu dèficit i les escombreries puguen perquè els abocadors no paren d'apujar la seva taxa, amb lo que tot esforç per estalviar aigua o reciclar millor per part nostre, no serveix de res.

I això seguirà així fins que Catalunya no assoleixi una administració pública totalment diferent a la que patim ara on és prioritza i facilita la privatització de serveis vitals per la població que haurien de ser públics.

Recordem com malgrat reclamar estructures d'estat pròpies, la Generalitat no ha tingut manies a l'hora de privatitzar el servei d'aigua de boca, un servei que de forma ancestral perd per les fuites a les canonades mes del 30% de l'aigua que gestiona sense que els repetits augments serveixin per reduir aquestes fuites. Exactament el mateix que els abocadors.

<http://gestoresderesiduos.org/noticia/que-es-y-como-functiona-un-vertedero>

No ens deien que privatitzant serveis és millora la qualitat i s'abarateix el cost?

Malgrat les infantils campanyes institucionals televisives i la propaganda de dades completament falses sobre recollida selectiva, el pou de merda dels abocadors s'omple sense aturador per benefici dels inversors i dels 4 polítics que els fan d'intermediaris.

El Cas Brugal-Emarsa amb tot el PP embrutat fins les celles o el cas Pokémon i ramificacions ens demostren que no, i que no ni ha un pam de net ni voluntat política per netejar-ho

[http://es.wikipedia.org/wiki/Caso\\_Brugal](http://es.wikipedia.org/wiki/Caso_Brugal)

Per tant, en la meua opinió, si realment volem acabar amb aquesta situació d'engany i augment de taxes permanent sense augmentar l'eficàcia dels serveis, els catalans no en tindrem prou en votar si a la independència, hem de ser conscients que ens cal la independència però per canviar-ho tot, no guanyarem res si la nova Catalunya lliure ens l'han de seguir administrant els mateixos que ens han portat fins aquí.

Medir Alfonso i Ríos

## Suspeses les activitats a l'auditori

Des de la Regidoria de Cultura ens fan arribar una nota en la que es notifica l'inici d'unes obres que dificultaran el servei. Les activitats de l'auditori es suspenen durant el temps que durin els treballs.

### Suspeses les activitats a l'auditori

Des del Departament de Cultura us informem que el dimarts 11 de febrer està previst iniciar la realització d'obres a l'Auditori de Can Cortès. Els treballs consistiran en la modificació de la porta d'entrada i la realització d'una rampa d'accés amb la finalitat de suprimir les barreres arquitectòniques existents en compliment amb la normativa d'accessibilitat als espais públics.

Les obres tindran una durada de 2 setmanes. L'activitat que habitualment es realitza a l'Auditori de Can Cortès quedarà suspesa entre l'11 i el 24 de febrer.

Disculpeu les molèsties

LLuís Francesc Castillo.

## Carnet del penyiste de la penya barcelonista

Benvolgut soci/a. Segons es va aprovar en el congres de penyes del F.C. Barcelona, a partir d'aquest any, el F.C. Barcelona ens farà el carnets a tots els penyistes mitjançant el llistat de socis que l'hi hem enviat cada penya. El cost d'aquest carnet serà de 2 euros, segons el FC. Barcelona.

Us adjunto una nota amb una sèrie d'avantatges, les quals s'aniran ampliant i son per a tots el penyistes.

Agrairia d'allò mes la vostra col·laboració per posar en marxa el cobrament dels 2 € per cada penyista. Els carnets ja els tenim a la penya i el Barça ja els ha cobrat.

Podeu passar per la penya, de dilluns a divendres, de 17 a 19 h. o els dies que hi hagi partit per TV.

També podeu ingressar els 2 € al compte de BBVA núm. 0182 8737 29 0200050477

Com sempre agrair la vostra ajuda, rebeu una cordial salutació.

### Algunes avantatges del carnet del penyista

Te un cos de 2 euros

Accés a invitacions i descomptes en els esdeveniments que el club determini, mini estadi, seccions (futbol sala, hoquei, handbol, basquet), museu, ciutat esportiva, etc.

Accés al recinte de la trobada mundial de penyes .

20% descompte a la botiga Barça on line.

Nous descomptes en el futur.

Concursos especials i promocions d'empreses externes.

Identificació per assistir a actes organitzats per el club.

Es podrà demanar entrades infantils.

Accés al nou espai social i a les seves activitats.

Identificació unificada Barça.

Vicens Vaixas, president

## 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.**



• Assistència d'amics i clients el dia de la inauguració de les noves oficines

Rbla. del Sol, 6 i 8

Tel. 93 864 87 33

Fax. 93 864 87 34

Camí Reial, 132

Tel. 93 394 85 42

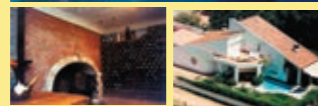
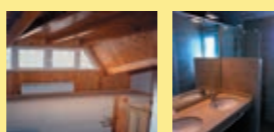
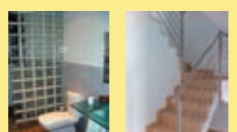
Fax. 93 394 85 47

08184 Palau-Solita i Plegamans

www.asesorstc.com

palau@asesorstc.com

## PROYECTOS, OBRA NUEVA, REFORMAS Y LEGALIZACIONES



INFORMACION Y PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

tels: 93 864 63 76 - 679 463 681

web/mail: [www.edicarquitectura.com](http://www.edicarquitectura.com)

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'Ateneu de Gallecs compleix el primer any

Un pastís fet amb productes autòctons i la bufada d'una espelma per part d'alguns membres de l'Ateneu ha servit per a celebrar el primer any de vida de l'Ateneu de Gallecs, una entitat que va néixer el 16 de desembre del 2012 amb l'objectiu principal de revitalitzar Gallecs i que té com a punt de partida la recuperació de la masia de Can Cruz com a seu del propi Ateneu. El primer objectiu de l'entitat era rehabilitar aquesta masia situada en una petita elevació al marge dret de la

carretera de Mollet a Gallecs per a convertir-la en un centre sociocultural que actui també com a seu de l'Ateneu, punt de trobada i centre d'interpretació del Gallecs d'avui. La vintena d'assemblees que s'han desenvolupat durant aquest primer any de vida de l'entitat han servit per aglutinar i posar d'acord el grup heterogeni de persones que l'integren, que han consensuat el projecte de Can Cruz, però que també donen suport als projectes d'altres masies de la zona com Can Banús i Can Xalet. Les propostes consensuades de l'Ateneu i presentades han estat ben rebudes per les administracions que tenen competències a la zona, com el Consorci i l'INCASÒL, propietari dels terrenys procedents d'una expropiació dels anys 70, o el propi conseller de Territori i Sostenibilitat, Santi Vila. Dintre de la bona sintonia amb les administracions s'emmarca la reunió conjunta prevista a la què l'Ateneu portarà les seves propostes per a mirar d'accelerar els processos per a la cessió d'habitatges i terres previstes per l'INCASÒL a la zona. Tanmateix, a la trobada s'abordarà la revisió del Pla Especial de Gallecs, el procés del qual ha de començar en breu, i que ha d'establir les bases d'aquest territori per a les properes dècades.

Plataforma per a la defensa de Gallecs

### 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

## La diversió fou la protagonista de la nit de Cap d'Any



• La sala de la festa plena de gom a gom.

La festa pública que va organitzar l'Ajuntament per celebrar la transició de 1913 a 1914 va tenir una bona resposta, ja que en varies ocasions al llarg de la nit es va omplir l'aforament de la sala polivalent o centre recreatiu que fou la sala triada pels organitzadors per celebrar la revetlla del canvi d'any. El més positiu però fou la manca total d'incidentes, fet que ressalten des de les regidories de festes i d'interior, des de les que apunten que «l'èxit fou tal en tots els aspectes». Quan a l'assistència, els responsables municipals diuen que l'espai va omplir la seva capacitat, de 250 persones, en diverses ocasions al llarg de la nit, la qual cosa va obligar algunes persones a esperar a l'entrada fins que sortissin altres que es trobaven a l'interior. En total es van registrar uns 900 moviments d'entrades i sortides a la sala.

Tot i que en el desenvolupament de la festa hi van col·laborar diverses associacions del municipi que van encarregar-se del servei de bar, el cost dels actes va assolir la xifra de 2300€. Cal dir que la xifra engloba totes les despeses generades, cotilló, llum, so, seguretat, etc.

Quan al tema de seguretat, aquella nit, la policia local va actuar en diversos incidents, tots sense gran importància. Tal és el cas del furt d'objectes de l'interior d'un vehicle estacionat al carrer Indústria. També van actuar en un accident de la Avinguda Diagonal. Un conductor que va donar positiu en la prova d'alcoholèmia, va perdre el control del seu vehicle, el qual va causar diversos desperfectes en altres dos cotxes i en els contenidors del citat carrer.

## 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, sucs o canya

**PRIMERS PLATS:**  
 Espàrrecs 3 salses  
 Niu d'espínacs  
 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  
 Botifarra «morcilla»  
 Conill  
 Careta  
 Pit de pollastre  
 Xoriço  
 Xistorra  
 Salsitxes  
 Cansalada  
 Hamburguesa  
 Xai  
 Canill a l'all  
 Gambes a la planxa  
 Cloïsses a la provençal  
 Salmó amb salsa Romesco  
 Bacallà a la llauana  
 Lluç a la muselina d'all  
 Entrecot  
 Costelles de Xai (Supl. 6€)  
 Entrecot 500g. (Supl. 10€)

**MENÚ +40 plats a escollir**  
**CAP de SETMANA 12,50€**  
**MENÚ 9,20€**  
**DIARI +40 plats a escollir**

**MENÚS ESPECIALS DE GERMANOR PER A GRUPS I/O EMPRESSES 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.

## 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
- Griferia ARBAY
- Enchufes SIMON 75

DESDE  
**2.500 €**  
 + IVA

**CONSTRUCCIONES, REFORMAS, REHABILITACIÓN DE FACHADAS...**

consúltenos y se sorprenderá

## Els aparadors de Carlin i d'Agulla, fill i didal, no poden superar Estrada ferreters



• L'equip d'Estrada Ferreters, mostrant el premi assolit.

L'aparador de Ferreteria Estrada ha estat, una vegada més, el guanyador del Concurs d'aparadors que cada any organitza, per aquesta època del Nadal, l'Associació de Comerciants i l'Ajuntament de Palau.

També ha estat l'aparador que, una vegada més, guanya el premi que atorga la Cambra de Comerç de Sabadell, àrea cameral a la que pertany el municipi palauenc.. Enguany, a banda de la resta de premiats dels 24 comerços del municipi que han pres part en el concurs potenciat per l'Associació, dos aparadors han destacat per sobre de la resta, en funció de les preferències manifestades per els palauencs. Es tracta de la llibreria Carlin i de la tenda de transformació i arranjament de tot tipus de roba, Agulla, fil i didal, dos nous incorporats al món comercial a Palau i també al concurs d'aparadors, és adir, dos novells que destaquen en un món aclaparat sempre pels mateixos com és el cas del guanyador d'enguany que, any darrere any, assoleix el primer premi o està entre els primers. I no és perquè sigui el seu objectiu únic, com diu en Quim Estrada, el pare de la idea i gran creatiu de tot plegat. Estrada diu que no dedica molt de temps a desenvolupar la idea, que aquesta neix en qualsevol moment del dia, inclús al llit. I que, una vegada ha nascut, tot és qüestió de dedicar-li

• Carlin també ha estat guardonat.

temps per plasmar-la. Això sí, «que tot es fa amb eines i/o peces que tenen a la ferreteria, com ha estat el tema d'enguany, una cena de Nadal en que els estris del virtual sopar, eren eines de la botiga, plats o safates, claus angleses per forquilles, cúters per ganivets, etc, etc, fins aconseguir donar una idea global, de del que es volia representar i mostrar...» apunta en Quim Estrada.

No solament foren premiats aquestes tres. Hi va haver-hi premis per a més. I així, a banda del primer premi com millor aparador que es va dur Estrada Ferreters, el premi a l'aparador més laboriós que s'emportà Agulla Fil i Didal i el premi a l'aparador més votat per Facebook que fou per Carlin, altres premiats foren: Traç que s'emportà el premi al més simpàtic, mentre que el premi al més enginyós i original fou per a Jorbachs i el premi al que, segons el jurat, tenia un major grau de vinculació amb el Nadal, fou per a Kissikosas. Tant el president de l'Associació, Jordi Bachs, com el regidor Miquel Rovira, van animar els comerciants a impulsar accions com la dels aparadors i a «treballar plegats», del regidor. Sense dir-ho, una vegada més demanava públicament la unitat del comerç que ara, com a mínim, es divideix en dues associacions.



**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



- 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 • Tel. 93 864 84 41  
08184 Palau-solità i Plegamans



**DISTRIBUCIÓ DE GASOIL A DOMICILI**

Telèfon 93 864 96 41  
Mòbil 629 31 69 30

0884 Palau-solità i Plegamans

**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.



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.



## Crida als comerciants davant els esdeveniments futurs que afectaran al sector

L'acte de lliurament dels premis als guanyadors del concurs d'aparadors d'enguany, celebrat el passat divendres dia 10 a l'auditori de Can Cortés, es va significar per la crida dels oradors, en primer lloc, del president de l'Associació de Comerciants de Palau, Jordi Basch i del regidor de Comerç, Miquel Rovira, als congregats a l'acte, en la seva majoria, comerciants guanyadors i/o participants en el concurs. La crida a la unitat i la invitació a estar-hi atents a possibles desenvolupaments de potencials centres comercials, així com al desenvolupament de la llei de comerç impulsada pel Gobierno central, seria ratificada de manera contundent per l'alcalde de Palau, Teresa Padrós en el decurs de tancament de l'acte.

### Allunyar serveis

La crida feta per Bachs i potenciada per Rovira en el sentit que els comerciants haurien d'estar-hi continuament atents, es basa fonamentalment i entre d'altres aspectes, en una possible iniciativa comercial que, probablement, es durà a terme a la zona de Cerdanyola del Vallès.

La iniciativa preveu la creació d'un centre comercial molt superior a qualsevol dels que ara operen a Catalunya i, de dur-se a terme, podria afectar molt negativament el comerç local. Negativament també incideix, en opinió dels oradors, la llei de liberalització dels horaris comercials que vol implantar el Gobierno de Rajoy. Aquesta llei podria fer molt mal al comerç local, va dir el president de l'Associació, opinió que també van corroborar els altres dos polítics. En opinió de Padrós lleis com la de liberalització dels horaris comercials i la de racionalització i sostenibilitat de l'administració que impulsa també el Gobierno del PP amb la seva majoria absoluta, passen per sobre de la llei de mercat català i deixa sense contingut als municipis, respectivament.

Padrós argumenta que el PP vol deixar sense competències als ajuntaments, allunyant els serveis que ara donen les administracions locals de les persones que necessiten aquelles ajudes o serveis. Dit d'altre manera, que, de seguir endavant la llei, s'allunyarà a les persones que necessiten els serveis de l'administració que ha de donar-los, amb el consegüent deteriorament de tot plegat.



• El president de l'Associació J. Basch, amb M. Rovira i T. Padrós.

En el cas de comerç, la llei pot limitar les ajudes que ara presta l'administració municipal al comerç local.

### Per què?

L'alcalde de Palau assegura que, si l'administració local fa la feina ben feta, no existeixen arguments per canviar la dinàmica que es seguia a l'actualitat.

«Si nosaltres gestionem bé, apliquem amb rigor l'equilibri pressupostari i no generem dèficit i fem be les coses, perquè han de treure'ns competències que únicament derivaran en perjudici per als ciutadans?», es va preguntar l'alcalde Padrós. Sense donar la resposta que, de tots és coneguda, Padrós també va demostrar la seva contrarietat i va criticar obertament la obligatorietat o imposició als ajuntaments a realitzar un pressupost a tres anys vista.

Segons la màxima responsable política de Palau, aquesta obligació de realitzar previsions a tres anys, hipotecarà els governs municipals que puguin sortir després de les eleccions municipals que tindran lloc d'aquí a 15 mesos. En tot cas, «es podrien fer previsions a dos anys, però no a tres, perquè s'hipotequen els nous governs», assegura Padrós.

## Mango ja te al mercat la nova línia «Violeta»

Tot i la polèmica desfermada abans de sortir al mercat, des del passat dia 16 ja està a la venda la nova línia Violeta de Mango 'per a dones fins a la talla 52.

La nova col·lecció «Violeta by Mango» te la particularitat d'un tall diferent adaptat a les formes femenines «curve» o, dit d'altra manera, un patró per cada talla per tal que res sigui fruit de la improvisació i que la peça/vestit triada s'adapti perfectament al cos de qui ho portarà. La col·lecció va dirigida a la dona actual i exigent, a la dona que vol sentir-se maca i sexy, que vol anar a la moda sense pensar-hi en la talla que vesteix. Segons l'empresa de moda, es podrà triar entre els 400 dissenys que haurà a les botigues de la firma.

El pla d'expansió previst per a la nova línia Violeta s'inicia amb l'obertura de quatre nous punt de venda o botigues (Barcelona, Marbella, Santiago i Sevilla) a l'Estat espanyol i dos fora del país. Una a İstiklal (Turquia) i altra a Parma (Itàlia). Els responsables de l'empresa palauenca anuncien també l'obertura de nous centres als set mercats més importants de la firma, França, Alemanya, Itàlia, Països Baixos, Turquia, Rússia i Espanya.



• Part de la nova línia «violeta».

## Palau tanca l'any amb el mateix nombre d'aturats

Les xifres del nom d'aturats amb el que es tanca l'any a Palau és el mateix amb el que es va encetar el mes de gener de 1913, segons dades del Servei Català d'Ocupació (SOC), en el moment de fer públiques les dades de l'atur del mes de desembre de 2013.

Palau va tancar el mes de desembre de 1913 amb un total de 1203 aturats o de persones apuntades en el SOC, xifra amb la que s'enceta aquest any del 2014. La xifra de 1203 s'ha assolit gràcies a la caiguda del nombre de persones aturades durant el darrer mes del 2013. En el mes de desembre va caure el nombre d'aturats en 12 persones, amb la qual cosa, el percentatge de persones sense feina i apuntades al SOIC a Palau es situa en un 15,5%, un percentatge per sota de la mitjana de la comarca i molt per sota dels municipis que circumden Palau com Barbera o Badia, etc., en que el percentatge es situa en el 20 o 22%. Tot i així, el regidor d'Economia de l'Ajuntament de Palau, Joan Segrelles no vol mostrar el seu optimisme i maté que la xifra, tot i que menys punyent que en d'altres municipis, no és per «llençar les campanes al vol». Segrelles accepta de bon grau que Palau enregistri un percentatge d'atur per sota de la resta de municipis de la comarca, però també difereix de l'optimisme fet públic pel Ministeri d'Economia. Diu que aquest optimisme està infundat, ja que, en la seva opinió, el creixement econòmic no es manifestarà de manera immediata i, fins i tot i previsiblement, tampoc el any següent per la manca d'estabilitat i manca de concreció de la política econòmica del Govern d'en Rajoy.

### 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

### Penal Civil

Delictes  
Faltes  
Accidents de trànsit  
Violència domèstica  
Alcoholèmies

Contractes  
Herències  
Familia  
Divorcis  
Aliments



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

Tel: 93 302 53 94  
665 93 45 50

- entrepans freds i calents
- picoteca

menu diari 10€

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



## Segueix la recollida de signatures per la independència



• La carpa que te muntada l'ANC a Palau.

Després de la presentació a Palau de l'Assemblea Nacional Catalana (ANC), acte dut a terme el passat mes de desembre del que informàvem el darrer exemplar de la revista, els responsables de l'ANC a Palau continuen realitzant accions en les que es

recullen signatures de suport a la independència. Uns actes que han tingut una resposta dispar, ja que, si en aquell primer en que participava la presidenta de l'ANC a Catalunya, Carme Cañadell, es van recollir quasi 200 signatures, és a dir, quasi tots els presents, la resposta en els següents no ha estat, ni de bon tros, tant generosa, però si esperançadora pels organitzadors.

El passat diumenge, dia 12, igual que a la resta de Catalunya, a Palau es va desenvolupar una altra recollida de signatures. El degoteig de palauencs que es van apropar al punt de recollida, no fou molt continuat, però si es va estendre al llarg del matí, cosa que ha ajudat a pujar el nombre de signatures. Al llarg de tots aquests actes, (centre recreatiu, mercats dissabtes, plaça de la Vila...), els palauencs que han donat suport a l'ANC en la seva tasca vers la independència, ja van camí dels 700.

### L'ANC de Palau vol aixecar l'estelada el dia 26

Els responsables de l'Assemblea Nacional Catalana (ANC) a Palau volen realitzar l'acte de aixecar l'estelada a l'entrada del municipi el pròxim dia 26 d'aquest mes de gener. De moment tot fa preveure que l'acte es desenvoluparà aquell dia, ja que, segons han manifestat a aquesta revista, ja tenen els permisos necessaris, tant de la Direcció General de Carreteres, com de l'Ajuntament de Palau. Si no surt cap altre problema o incidència, l'acte es dura a terme aquell diumenge al matí. Fins i tot, el programa ja està pràcticament dissenyat. Es sortirà de la Plaça de la Vila a les 9,30 del matí i per la carenada, pel Camí de la Serra, els components de la marxa aniran fins a l'alçada de la Masia Julia. Des de dalt baixaran fins a la rotonda d'entrada al polígon Riera de Caldes, lloc en el que es procedirà a aixecar l'estelada. Evidentment, el moviment de terres, el pedestal i el pal de la bandera ja s'hauran realitzat amb anterioritat. De moment no hi ha confirmada la presència de dirigents de l'ANC de Catalunya, tot i que s'estan fent gestions per tal que hi hagi alguna representació. L'acte finalitzarà amb el cant dels segadors.

## Tanca una nova edició de la mostra de pessebristes

El cap de setmana passat, concretament, el diumenge dia 12 es posava fi a l'edició d'enguany de la 31 mostra de pessebres que, com cada any i a la Masia de Can Malla, organitza l'Associació de Pessebristes de Palau.

Durant els dies que ha estat oberta han passat pel recinte de la Masia un total de 4.200 visitants, una xifra superior a l'assolida l'any passat, però inferior a la que volien els responsables de l'Associació que esperaven que s'aproximés als 5.000 visitants.

El president de l'Associació, Jordi Pujol reconeix que la xifra, més desitjada que reial, era una mica utòpica, perquè donar un salt d'un 25% és massa agosarat. Tot i així, Pujol reconeix que l'augment del nombre de visitants ha estat positiu, tant quantitativament com qualitativament. El president es refereix al fet que enguany han visitat la mostra, a banda del nombre, persones que han vingut de fora del municipi, de fora de la comarca i també de fora de Catalunya. «Hem constatat que ens han visitat gent del sud de França, d'Itàlia, així com del sud d'Espanya i del nord, com han estat visitants d'Andalucía i/o Sant Sebastià», assegura amb orgull en Jordi Pujol.

Per al president, aquestes visites son conseqüència del prestigi que està assolint la mostra i el treball de l'Associació palauenca en el món del pessebrisme, la qual cosa serveix per manifestar que des de l'Associació també s'ajuda a situar el nom de Palau arreu.

### Botifarres i brou

Per als responsables de l'associació de pessebristes, el període de temps compres entre el Nadal/ fi i l'encetament de l'any, és una mica la culminació, el resultat final del treball i esforç dut a terme durant tot l'any pels seus membres. I és que, a banda de l'exposició de pessebres que enguany arribava a la seva 31 edició i que te el major nombre de visitants el dia de Nadal i els que es fa el çaga tió, hi ha una altra data especial. És tracta de la vigília de reis, el dia de la cavalcada. I, per ser-hi encara més presisos, es tracta de l'acte final de la mateixa, un

acte en el que l'Associació te una part molt important.

Al final de la cavalcada i mentre que els reis acaben de rebre les cartes que els lliuren els nens/nes de Palau, els membres de l'associació inviten a brou a tots els palauencs/ques que vulguin testar un caldo calent. Un total de 40 membres de l'Associació han participat enguany en el citat acte (l'elaboració del caldo, fer foc per coure les botifarres, vendre i lliurar els tiquets i els entrepens, respectivament, etc). Enguany s'han venut un nombre d'entrepans molt similar al de l'any passat, 2500 tiquets.

**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  
Lliçà d'Amunt

**Jocs i Esports**

**FUTBOLGOLF • LASER COMBAT**

Vine a celebrar amb nosaltres:

**EL TEU ANIVERSARI  
COMIAT DE SOLTER/A  
GRUPS D'EMPRESSES  
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 !!**

Fès la teva reserva a: [reservas@lasercombatbcn.com](mailto:reservas@lasercombatbcn.com) o al tel. 647 40 66 92

Ctra. Palau-solità a  
Caldes de Montbui, km. 11,8  
[www.jocsiesports.com](http://www.jocsiesports.com)

## Més de 5 mil nens/nes i joves participen al Pati Lúdic



• Taller dels petits, al pati lúdic.

El Pati Lúdic, festa lúdic esportiva que, com el seu nom indica, ofereix als nens i nenes del municipi un espai on fer de forma gratuïta tota mena d'activitats, jocs i esports, que es va celebrar els dies 27, 28 i 29 de desembre, ha atret uns 5.600 visitants.

La massiva afluència de nens i nenes i la manca total

d'incidents d'importància son per als organitzadors, la regidoria de cultura i esports de la que és responsable el regidor Miquel Rovira, dues premisses per les que es pot considerar el Pati Lúdic com a una de les activitats nadalenques més exitoses de les que se celebren a Palau. Rovira posa en relleu que previsiblement les novetats introduïdes enguany han contribuït a l'èxit d'aquesta edició. Entre aquestes novetats cal citar que s'ha augmentat significativament l'espai destinat als visitants, al ocupar per primera vegada les dues naus del pavelló d'esports. «Al haver-hi més espai, s'ha pogut ubicar-hi més atraccions i fer més activitats», apunta el regidor. També s'ha pogut dividir l'espai per tipus de jocs. A la nau més antiga del pavelló s'ha ubicat els jocs esportius que requereixen més espai, com el futbol, el ping-pong o el circuit de karts, mentre que a l'altra es van instal·lar les novetats, com una carpa amb una gran pantalla per jugar a vídeo-jocs, una tirolina i nous tallers d'anglès, de titelles...

La despesa organitzativa i desenvolupament de l'acte ha generat uns costos al voltant dels 10.000€, xifra similar a la de la passada edició que fou l'any en que es va incrementar significativament el pressupost per l'increment de l'IVA. Enguany s'ha aconseguit mantenir el cost perquè, segons Rovira, els proveïdors han ajustat els preus.

## El preu de l'autobús urbà es manté, tot i la pujada del transport públic

L'Ajuntament de Palau ha decidit mantenir els preus del servei de l'autobús que realitza el transport de viatgers dintre del municipi, malgrat l'increment de tarifes en el transport públic que ha decretat l'Autoritat del Transport Metropolità (ATM) des de l'1 de gener del 2014.

La decisió de mantenir els preus la pren l'equip de govern a proposta de la regidoria de transports al considerar que l'autobús urbà és un servei molt important en un municipi urbanísticament dispers com el nostre i que cal dedicar-hi esforços perquè continuï registrant bons resultats en el nombre d'usuaris», destaca el regidor de Transport de l'Ajuntament, Pedro Sánchez.

El regidor afegeix que l'abonament social de l'autobús urbà es manté en el preu de 3€ per tenir dret a realitzar 10 viatges i recorda que aquest abonament únicament es pot utilitzar en aquesta línia.

### Increment d'usuaris

Des de la regidoria recorden que aquesta política de preus constants es manté, perquè son conscients «de la situació econòmica que patim i perquè ha donat uns resultats altament positius, amb increments d'usuaris de manera sostinguda i, en moments, espectacular», argumenta el regidor. En aquest sentit, Sánchez recorda que el nombre d'usuaris entre el 2012 i 2013 ha estat espectacular. Ha estat d'un 50,4%, al pujar dels 11.878 fins a 17.869 usuaris.



• El bus urbà.

La pujada encara és més significativa si es compara amb l'any 2011 en que el nombre de viatges fou de 5.192.

«Aquests resultats tant espectaculars ens animen a seguir apostant per la subvenció del títol. No volem penalitzar l'usuari ni posar en risc el servei, aplicant la pujada fixada des de l'ATM», assegura Sanchez.

L'increment de tarifa decretat per l'Autoritat de transport metropolità (ATM) per al 2014 suposa un encariment del 5,1% en el preu de l'abonament de 10 viatges de l'autobús urbà. El cost d'aquest títol era de 7,85€ i ha passat a costar 8,25€ a partir de l'1 de gener. Donat que els usuaris únicament paguen 3€ per abonament, és l'Ajuntament qui satisfà els 5,25€ restants, un 63,63% del cost total.

Els usuaris es mantenen en els 3 euros, preu amb el que es va instaurar l'abonament social del bus urbà, a la tardor del 2011.

## 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



**QUIOSC  
ROSER**

Un nou punt a Palau  
per a informarte de tot

Premsa, revistes, objectes de regal, llaminadures... Tot al teu abast al Passeig de la Carrerada, cantonada Camí Reial

Passeig de la Carrerada, 12 • 08184 Palau-solità i Plegamans  
T. 93 864 4385 • 695 908981 • E-mail: rosersegurae@gmail.com

**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.

CONFECCIÓ DE DISFRESSES, 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 20:30 h

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



## El F. C. Palau canvia l'entrenador del primer equip

Aquest primer període de la temporada 2013-14 del F.C. Palau, l'any en que l'entitat esportiva compleix el seu centenari, no ha estat bo. Es pot afirmar que la trajectòria seguida per l'equip palauenc ha estat força irregular i així ho reflecteix el lloc que ocupa a la classificació abans del canvi d'any en que s'arriba pràcticament al mig de la temporada. Els resultats assolits pel conjunt que dirigia fins ara en Joan Manuel del Sagrado han dut a la directiva presidida per en Francesc Garcia a prendre mesures dràstiques que han passat per la destitució del tècnic que fins ara regia els destins de l'equip. Segons manifestacions del president, un acord pactat entre les dues parts deixa finiquitada l'etapa del ja anterior tècnic. El següent pas de la directiva ha estat posar la direcció tècnica de l'equip en mans d'un nou entrenador. La persona triada és en Josep Angel Valero, ex director tècnic del C. F. Lloret.

El president de l'entitat argumenta que el nou entrenador és un tècnic contrastat, amb referències i experiència. Un tècnic que no permetrà que un equip centenari com és el Palau, es mogui pels darrers llocs de la classificació. En aquest aspecte, cal dir que la directiva ha actuat ja i ha realitzat una nova incorporació a l'equip. Es tracta del jugador Joaquín Medinilla (Pipa) del C.P. San Cristóbal. Aquest reforç es suma a les incorporacions que ja s'havien produït al llarg del mes de desembre en que s'havien realitzat quatre nous fitxatges, el davant, Rubén Ruiz i

el defensa Oscar Vega que procedeixen del San Cristóbal, el lateral esquerrà, Zoba que arriba des del Sabadell Nord i el també defensa, Ruben Catalan que fins ara militava a la U.E. Vic.

### L'equip palauenc acaba mal l'any i enceta 1914 encara pitjor

L'equip palauenc de futbol ha entrat en una dinàmica que, si no es canvia el rumb, el durà a la tercera catalana. De moment i després dels darrers resultats assolits, l'equip ocupa un dels llocs de descens del grup quart de la segona catalana. en el que milita. Lo pitjor de tot és que en els darrers quatre partits, l'equip que des de la setmana passada dirigeix en Josep A. Valero, ha rebut uns correctius importants. Els darrers quatre han estat el 6 a 1 que va rebre a Súria i el 0 a 4 amb la Sabadellenca que foren els dos darrers de l'any passat. Els dos d'enguany son el rebut a Taradell, un 4 a 1 i el darrer, un 0 a 3 a casa contra el Sant Feliu del diumenge passat. En total i en aquests quatre encontres citats, el Palau ha rebut 17 gols i únicament ha fet dos. Unes xifres que ho diuen tot, tot i que, també és cert que ha patit moltes baixes per lesions, que no els ha ajudat la sort i que ja s'han pres mesures com el canvi d'entrenador, però ara s'han de jugar tres partits seguits fora de casa. El nou entrenador ha d'insuflar noves forces per sortir del pou, al menys per canviar aquesta dinàmica tant negativa que sembla que s'ha apoderat dels components de l'equip.

## Bona i inesperada participació en el campus de Nadal del Palau



• Eufòria després de una merescuda victòria.

Organitzar un campus de futbol a les acaballes de fi d'any, en el decurs de les vacances de Nadal, en principi, era una mica agosarat, ja que podia tenir uns resultats nefastos o, en principi al menys, alimentava les dubtes de que la resposta podia no estar a l'alçada del que volien els organitzadors, els dirigents del FC Palau.

Tot i les dubtes, els organitzadors van superar les preocupacions lògiques i van dur endavant la iniciativa que, en funció dels resultats, ha estat una idea fantàstica. I ho ha estat tant en el nombre de participants, prop de mig centenar de jugadors, alguns vinguts de Caldes, com en la basant de continguts i/o esportiva. Tres circuits diferents cada dia de tecnificació i amb partits entre els diferents components.

Tal fou el «bon rotllo» que, fins i tot, el dia en que es tancava el campus, els organitzadors tenien prevista una mena de festa amb un refrigeri, un acte d'acomiadament que els participants van defugir. Volien gaudir del bon rollo i van preferir disputar un partit contra els seus monitors, tècnics qualificats del Palau que havien impartit les classes teòriques i pràctiques. Després d'aquesta resposta, els responsables del Palau ja pensen en accions similars per desenvolupar-les al llarg de la campanya esportiva que encara tenen per endavant.

**VENDA DE PARCEL·LA de 250 m<sup>2</sup>**  
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 m<sup>2</sup>**  
a l'entrada de Can Falguera. c/ Major.  
Interesats trucar al **Tel. 696 403 962**

## La pelu de la Montse



**PREUS ANTICRISI**

C/ Barcelona, 20 • T. 640 065 102  
08184 Palau-solità i Plegamans



**HORARI:**  
DE DILLUNS A DIVENDRES DE 7:00 A 20:30H  
DISSABTES DE 7:00 A 14:30H.

**NO TANQUEM AL MIG DIA**

**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 2 x 1€)**
- **BARRA PAGÈS: 0,85€ (OFERTA 2 x 1,50€)**
- **MINI CROISSANTS 8 PECES: 1€ (6,95€/KG)**
- **MINI CROISSANTS CHOCO/SALATS 3 PECES: 1,2€ (15€/KG)**
- **XOCOLATA AMB NATA + 3 XURROS O 5 MINI CROISSANTS: 2,95€**

**TENIM CROISSANTS INTEGRALS**

**VINE I GAUDEIX DE LA NOSTRA XOCOLATA !!**



SANT MIQUEL, 40 (AL COSTAT DE L'ESCOLA MARINADA)  
08184 PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS  
TEL. 93 749 40 68

## 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

## La Penya Barcelonista porta els integrants d'ADISPAD al Camp Nou



• Membres de la Penya i integrants d'ADISPAD.

Tot i que la sortida ja data de l'any passat, concretament del dia 17 de desembre, alguns membres de l'Associació de Discapacitats de Palau (ADISPAD) van poder gaudir del joc desenvolupat pels jugadors del Barça en el decurs del partit de copa que el FC Barcelona va disputar amb el Cartagena en el Camp Nou.

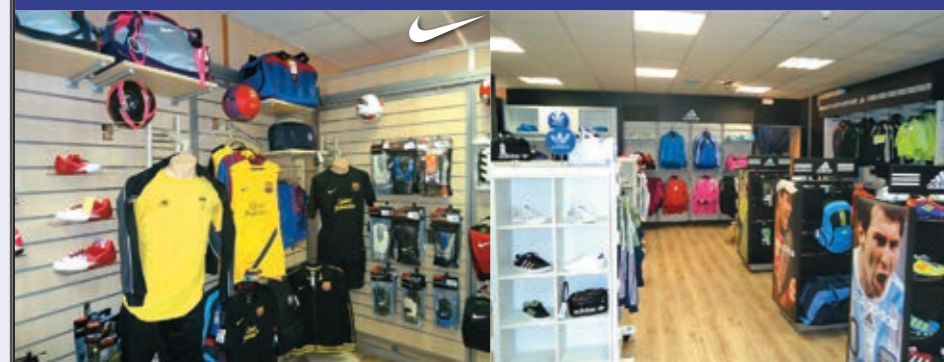
Aquesta és una iniciativa que cada any du a terme el Club blaugrana que lliura unes quantes entrades a les Penyes repartides arreu de Catalunya. Aquestes les distribueixen associacions i entitats socials de la seva localitat per tal que les persones que formen part d'elles i que vulguin, puguin anar-hi al camp a veure el partit que, en aquesta ocasió fou el Cartagena.

En el cas de Palau, la Penya Barcelonista havia demanat al Club blaugrana 30 entrades per al partit contra el Cartagena, les quals va lliurar a l'Associació de Discapacitats de Palau. Tots plegats, els membres d'ADISPAD i familiars van anar-hi al camp amb la resta de socis de l'entitat que van baixar a veure el partit.

«Varem presenciar el partit juntament amb els seus familiars», diu el president de la Penya barcelonista de Palau, Vicenç Vaixas. Tots tenen, tenim, un sentiment sincer, un sentiment cule, assegura el directiu de l'entitat qui afegeix que aquesta és una iniciativa que es realitza cada any, perquè, som conscients de la gran il·lusió que desperta la iniciativa entre els nois i noies de l'Associació». Per tot plegat, «des de la Penya fem tots el possibles per dur-los a veure un partit del Barça que, en aquest cas, «ho varem passar molt bé tots plegats», assegura Vaixas.

La col·laboració de la Penya amb aquesta associació data de l'època en que Josep Mas, molt sensible amb aquests temes, presidia l'entitat. La sintonia entre totes dues entitats continua i, a banda de fets puntuals com l'esmentat, en tots els partits de pagament que donem a la Penya per televisió, els membres d'ADISPAD tenen un lloc reservat a la seu social.

# 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

## ▶▶▶ Gimnàstica per a lesions tendinoses del colze

En aquest article explicarem la anatomia i les lesions més usuals del colze, i descriurem els exercicis principals per alleugerar la simptomatologia.

El colze està format per la unió de tres ossos; l'Húmer, el Radi i el cúbit.

Els seus moviments són dos: La flexió i extensió (estirar i doblegar) i la pronació i supinació (Amb el colze doblegat girar el palmell de la mà cap al sostre o cap a terra).

La musculatura de l'avantbraç es pot dividir en dos:

### Musculatura epicondilea:

- Recorregut: Del carp i mans al radi
- Acció: Extensor del canell i dits (obrir la mà, estirar els dits) i supinació (girar el palmell de la mà cap al sostre amb el colze doblegat).
- Lesió: Epicondilitis o colze de tenista.

### Musculatura epitroclear:

- Recorregut: Del carp i mans al cúbit
- Acció: Flexió del canell i dits (doblegar la mà i els dits) i pronació (girar el palmell de la mà cap al terra amb el colze doblegat).
- Lesió: Epitrocleitis o colze de golfista.

### 1. Epicondilitis o colze de tenista

És una inflamació de la zona de inserció de los músculs epicondílils que afecta a la bursa humeral, el periosti i al lligament anular. La majoria dels estudis indiquen canvis degeneratius. Es produeix després de realitzar moviments repetitius d'extensió i supinació de la mà amb el colze estirat.

#### Característiques del dolor:

- Inici insidiós.
- Dolor a l'epicòndil que se irradia de forma difusa al avantbraç.
- Moviments dolorosos: donar la mano, aixecar pes, utilitzar una eina...
- Pot causar una pèrdua de la força de pressió en la mà que arribi a obligar a deixar anar el que estigues sostenint.
- En ocasions se acompanya de certa tumefacció i calor local.

### 2. Epitrocleitis o colze de golfista

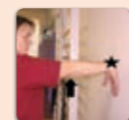
És una inflamació de la zona de inserció dels músculs epitrocleares. La majoria dels estudis indiquen canvis degeneratius. Es produeix després de realitzar moviments repetitius de flexió i pronació de la mà amb el colze en extensió.

És menys freqüent que la epicondilitis.

Se observa amb l'activitat laboral que requereix moviments de repetició de la mà, el canell i l'avantbraç.

#### Característiques del dolor:

- Aparició progressiva, localitzat a la part anterior de la epitroclea, encara que pot irradiar-se a l'espatlla o la mà.
- Generalment es relaciona amb la pronació i flexió activa i resistida del canell. Pot referir-se sensació de debilitat de l'avantbraç o la mà.
- En una primera etapa se manifesta dolor i cansansi durant les hores de treball, desapareixent fora d'aquest, no es redueix el rendiment, pot durar setmanes inclús mesos. En aquest punt el mal és reversible.
- En fases posteriors, els símptomes apareixen al començar la feina i continuen per la nit, alterant el son i disminuint la capacitat de treball repetitiu.
- Si els problemes es detecten en la primera etapa, poden solucionar-se generalment mitjançant mesures preventives ergonòmiques; en etapes més avançades, es fa necessari intervenir terapèuticament, d'aquí la importància dels exercicis.

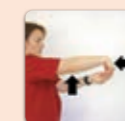


### Exercici 1

**Objectiu:** Estirament de la musculatura epicondilea.  
**Posició Inicial:** De peu davant d'una paret, col·loquem el colze ben estirat amb el braç perpendicular a la paret. Col·loquem el dors de la mà ben pla a la paret.

**Execució:** Notem l'estirament a l'avantbraç, si no és així posem la mà una mica més amunt.

**Duració:** Mantenim l'estirament 10 segons i el realitzem 5 vegades.



### Exercici 2

**Objectiu:** Estirament de la musculatura epicondilea.  
**Posició Inicial:** De peu. El colze del braç que volem estirar el mantenim ben recte, dobleguem el canell flexionant els dits.

**Execució:** Amb la altra mà ens forcem l'estirament, doblegant-nos el canell i els dits.

**Duració:** Mantenim l'estirament 10 segons i el realitzem 5 vegades.



### Exercici 3

**Objectiu:** Estirament de la musculatura epitroclear.  
**Posició Inicial:** De peu davant d'una paret, col·loquem el colze ben estirat amb el braç perpendicular a la paret. Col·loquem el palmell de la mà ben plana a la paret, amb els dits en direcció al terra.

**Execució:** Notem l'estirament a l'avantbraç, si no és així posem la mà una mica més amunt.

**Duració:** Mantenim l'estirament 10 segons i el realitzem 5 vegades.



### Exercici 4

**Objectiu:** Estirament de la musculatura epicondilea.  
**Posició Inicial:** De peu. El colze del braç que volem estirar el mantenim ben recte, dobleguem el canell estirant el palmell de la mà i els dits, en direcció al terra.

**Execució:** Amb la altra mà ens forcem l'estirament, forçant-nos l'estirament del palmell de la mà i l'extensió dels dits.

**Duració:** Mantenim l'estirament 10 segons i el realitzem 5 vegades.

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

# 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

## ►►► Flors i plantes a casa. Gener

Comencem l'any presentant una planta que els donarà molt poca feina i molts beneficis: la Sansevieria, que ben segur coneixen. Anys enrera era a totes les cases, però després d'uns anys d'oblit, ha tornat amb força. A part d'adaptar-se molt bé a les decoracions modernes i minimalistes, estudis fets entre d'altres per la NASA, la situen com una de les quinze plantes que més ajuden a netejar i purificar l'aire ja que absorbeixen fins a 107 substàncies contaminants. És molt útil dins de casa, no només per purificar l'aire, si no que també s'ha comprovat que pot absorbir les males olors provinents de mobles nous, vernissos o pintures.



La clàssica Sansevieria és la Futura, que té unes franges grogues als marges de les fulles, però hi ha altres varietats molt boniques. La Straight, té les fulles cilíndriques que semblen tubs i la Zeylanica, amb unes fulles amb franges transversals en dues tonalitats de verd. Ambdues són també molt fàcils de mantenir a casa: poc rec i evitar el sol directe. Admeten poca claror, però llavors creixen amb els colors més apagats.

Salutacions.

Floristeries Duran

# 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



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

## ►►► L'aromateràpia



### Què és l'aromateràpia?

L'aromateràpia és un tipus de tractament que utilitza olis essencials o líquids aromàtics de plantes, escorces, herbes i flors, els quals es freguen a la pell, s'inhalen, ingereixen o s'afegeixen al bany per tal de promoure tant el benestar físic com psicològic.

### En què consisteix i per a qui està indicada?

L'aromateràpia permet estimular l'organisme gràcies als olis essencials, que actuen com a principis energètics. Tothom pot beneficiar-se excepte les embarassades en els tres primers mesos d'embaràs.

### Precaucions

Els olis essencials no es poden treballar purs, ja que una sola gota equival a 40 infusions. Per això, es barregen sempre amb olis vegetals, mel o sucre.

Les persones al·lèrgiques als fruits secs o altres substàncies han de tenir cura ja que els olis essencials poden estar barrejats amb oli d'ametlles.

### Com actua?

Els olis essencials presenten tal afinitat amb la pell que tan sols uns pocs segons són suficients perquè els absorbeixi la capa cutània, després es difonen en la microcirculació perifèrica i d'aquí passen a la circulació sanguínia general des d'on exerceixen la seva acció terapèutica. Les reaccions del nostre cos solen ser positives i molt diverses i, segons el cas, poden ser antisèptiques, analgèsiques, antidepressives, calmants i/o vigoritzants.

### Tractaments d'Aromateràpia i d'estètica que t'ofereix a Mutuamollet:

- Aromateràpia corporal parcial i sencer
- Massatge estimulant de ROMANÍ, equilibrador de LAVANDA, regenerant d'ENCENS i MIRRA, VI teràpia i d'altres com relaxants- antiestrès, per a esportistes, afrodisíacs, per a primar i anticel·lulítics, refermants del bust i teixits corporals, modeladors, antiestries, per a la circulació i cames cansades, descontracturants, per combatre refredats, per ajudar a fer la digestió, per a la psoriasis, èczemes i
- dermatitis...
- Aromateràpia facial
- Desmaquillat, tonificació, exfoliació, mascareta i massatge.
- Dermoestètica facial

- Peelings, tractament per a les taques, tractaments nutritius, refermants i rejuvenidors, àcid hialurònic per a les arrugues, tractaments per a les pells sensibles, tractament per l'acne i per a les pells greixoses.
- Mesoteràpia
- Tractaments C+C plus

**Demana els preus, especials per als socis de Mutuamollet, de tots aquests tractaments al taulell i t'informarem!!!!**

**Sra. Pilar Arbó Bosch**  
MUTUA MOLLET - CENTRE MÈDIC  
Naturestètic

**Assegura la teva família des de 20€**

\*Preu personal/mes

Som la teva mútua al Baix Vallès

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

Revisió odontològica gratuïta

Assistència en viatge

Ràpida en l'atenció

Preus especials en serveis complementaris:  
Psicologia, logopèdia i rehabilitació

Especialitats mèdiques

Medicina general i geriatría

Salut de la dona i maternoinfantil

Especialitats quirúrgiques

Proves complementàries

Radiodiagnòstic

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](http://www.mutuamollet.com)  
Visitem a l'Institut Mèdic Baix Vallès

## ►►► Berrugues - Altra medicina

Les berrugues són unes excrescències o formacions carnosos de la pell amb una superfície rugosa, amb tendència a circular però irregular. Poden tenir diferents formes i mides. Algunes són gairebé planes, molt petites i que poden brollar en grups especialment a les mans (més habituals en la infància i adolescència), mentre que altres poden sortir aïllades i tenir un gran volum (la gent gran les solen tenir amb molt volum). Les berrugues més petites i en forma de raïms o grups solen desaparèixer de forma espontània.



La majoria són ocasionades per un virus (papil·loma humà). A més de les mans poden aparèixer en les plantes dels peus, als genolls, a la cara i fins i tot en els genitals.

### Etiologia o causes de les Berrugues.

La proliferació de berrugues se sol relacionar amb les nostres defenses o estat del nostre sistema immunològic. Per això, els virus sempre ens afectaran més quan estem més debilitats. Altres berrugues (les genitals) solen estar causades per contagi d'una malaltia venèria. Hi ha diferents tipus de berrugues:

- Vulgars: es localitzen en els dits de les mans.
- Plantessis: localitzades a les plantes dels peus. Poden ser doloroses i causar sensacions com «d'una pedra a la sabata». Quan creixen en raïms, es denominen berrugues en mosaic.
- Genitals: sent aquestes de transmissió sexual.
- Planas: Solen aparèixer en grans quantitats. El més comú és que apareguin a la cara, en els adults en les àrees que es rasuren com cara per l'home i cames per a la dona.

### Fitoteràpia o plantes medicinals per a les berrugues

**La Celidonia** (*Chelidonium majus L.*): és coneguda també com herba verruguera ja que és de les plantes medicinals de millorar funciona. Quan tallem un trosset de Celidonia aquesta deixa anar una mena de substància lletosa que haurem d'aplicar sobre les berrugues. Aplicar una vegada al dia i cobrir la zona.

**Dent de lleó:** és una altra planta medicinal utilitzada en alguns llocs per tractar les berrugues. Quan floreix hem de tallar la base de la tija de la flor que desprendrà també una substància lletosa. La aplicarem dues vegades al dia.

### Homeopatia

Un tractament homeopàtic de fons, buscant el simillimum de cada persona, aconseguirà que desapareguin les berrugues i evitis l'aparició de noves. Hem d'avaluar el quadre complet de tipologia, símptomes i característiques, i escollir el més semblant al pacient:

- Berrugues carnosos i toves, grans, aïllades i doloroses al tacte, amb base rogenca i color marró, tirant a groguenc fosc, amb esquerdes a la superfície. En l'anus i a la barbata. Thuya.
- Berrugues surten al dors de la mà. Ruta graveolens.
- Berrugues plantars i berrugues recobertes per una durícia, en persona golafre i rondinaire. Antimonium crudum.
- Berrugues recobertes per una durícia de to groguenc, amb la pell groga i fissures doloroses que sagnen. Berrugues plantarí i al pit, esquena i llavis. Neoformacions de carn en els orificis nasals, boca i comissures, llengua, anus i vulva. Nitricum acidum.
- Berrugues en forma de coliflor. Staphysagria.
- Berrugues planes que sagnen amb facilitat a la cara i mans. Berrugues de tot tipus, humides, dures, sota les ungles, al nas, a les parpelles, sensibles al tacte. Causticum.
- Berrugues vulgars recobertes per una durícia, al voltant de les ungles. Graphites.
- Berrugues planes, transparents o de color fosc, a la part de dalt de les mans i a l'esquena. Dulcamara.
- Berrugues a les plantes de les mans i als peus. Anacardium.
- Berrugues a la zona de l'anus i genitals, que piquen i sagnen amb facilitat. Sabina.

## 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.**

C/Narcís Monturiol, 3 – Palau-solità i Plegamans  
T. 649531184 – [lidia.ruiz.66@gmail.com](mailto:lidia.ruiz.66@gmail.com)

**Lidia Ruiz Tabuenca**

Homeòpata Unicista, Naturòpata i Kinèsiòloga

# Totes les parelles ho fan d'Ivan Campillo

Sílvia Forns, Ramon Godino  
Laura Sancho, Raül Tortosa  
Carme Contreras

**divendres 31 de gener de 2014**  
**a les 22h al Teatre de la Vila**

Venda anticipada d'entrades a Can Cortès Preu: 12 euros (i descomptes especials)



PROGRAMACIÓ ESTABLE  
**teatre i música**  
temporada 2014



Ajuntament de  
**Palau-solità i Plegamans**

Generalitat de Catalunya  
**Departament de Cultura**

Diputació Barcelona | Àrea de Cultura

TR3SC

Jove

[www.palauplegamans.cat](http://www.palauplegamans.cat)

Telèfons d'interés

Ambulàncies (TSC)	061
Aigües Cassa	93 715 57 00
Ajuntament	93 864 80 56
Autobusos Sagalés	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
<b>Escoles</b>	
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
<b>Farmàcies</b>	
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 • GNER - FEBRER

**dissabte, 25 de Gener**

19.30h | Sala Polivalent  
 BALLADA COUNTRY DEL DISSABTE  
 Organitza: Associació Country Can Falguera

**diumenge, 26 de Gener**

18.30 | Teatre de La Vila  
 L'ESCOTILLÓ: MOSTRA DE TEATRE AMATEUR. FANTASIA PER A UN AUXILIAR ADMINISTRATIU  
 a càrrec de l'associació teatral Farrigo-Farrago  
 Organitza: Associació teatral Farrigo-Farrago amb la col·laboració de l'Ajuntament de Palau-solità i Plegamans

**dimecres, 29 de Gener**

08.00h | Masia de Can Cortès  
 SORTIDA AL ROC DE SANT GAJETÀ. DIA DE L'OLI  
 Dia de cobrament: 21 de gener. Preu: 37 €  
 Organitza: Casal de la Gent Gran

**DIJOURS, 30 de Gener**

20.00h | Teteria Diferent-te  
 CLUB DE LECTURA LLEGINT-TE: DAVID VANN, "SUKKWAN ISLAND".  
 EMPÚRIES/ALFABIA  
 Organitza: Associació Taller de les Arts

**divendres, 31 de Gener**

22.00h | Teatre de la Vila  
 PROGRAMACIÓ ESTABLE DE TEATRE  
 Preu de l'entrada 12€ i descomptes especials  
 Venda anticipada: Masia de Can Cortès (a partir del dimarts 28 de gener, de 16 a 21 h)  
 Organitza: Ajuntament de Palau- solità i Plegamans amb el suport de la Diputació de Barcelona

**dissabte, 1 de febrer**

17.30h | Sala Polivalent  
 BALL DE TARDA A CÀRREC DE ALEX PERIS  
 Preu: 3€ (Socis/es del Casal de la Gent Gran: 2€)  
 Organitza: Casal de la Gent Gran amb la col·laboració de l'Ajuntament de Palau-solità i Plegamans

La Policia Local informa

GENER 2014

Incidències Destacades

**Robatoris**

La Policia Municipal ha intensificat la vigilància a la zona de Can Falguera, arrel d'una onada de robatoris succeïts a finals de desembre. Tot i que la majoria de robatoris han tingut lloc a la urbanització veïna, que pertany a Lliçà de Munt, també s'han vist afectats tres habitatges del nostre municipi. El dispositiu policial especial té lloc al capvespre, ja que amb la manca de llum solar és quan augmenta el risc de robatoris, que es produeixen quan no hi ha ningú a les cases. Els tres robatoris esmentats es van produir el dia 30 de desembre, als carrers de la Creu de Baduell, de Can Torrents i de Susqueda. El dispositiu ha estat efectiu ja que no s'ha tornat a produir cap robatori  
 D'altra banda, el dia 20 de desembre va ser robada una furgoneta a l'avinguda de l'Ebre i diverses bicicletes de l'interior d'un aparcament privat del Camí Reial.

**Accidents**

El dia 19 de desembre es va produir un accident al punt quilomètric 7, de la carretera C-155 (Granollers-Sabadell). Dos vehicles van col·lisionar provocant una persona ferida lleu.

**Incendis**

El dia de Nadal va tenir lloc un petit incendi en la tanca de bruc d'un domicili del carrer de la Perdiu, que va ser apagat pels bombers i no va haver-hi danys personals. El dia 31 de desembre va cremar un pal d'electricitat al carrer de Costa Rica, que va ser apagat pels bombers. El dia 4 de gener es va incendiar una sitja d'una empresa del carrer de l'Orfebreria, al Polígon Riera de Caldes, a causa del sobreescalfament d'un motor. Dos treballadors de l'empresa van haver de ser atesos per inhalació de fum

**Detingut conductor temerari**

Els Mossos d'Esquadra han detingut un veí del municipi, de 41 anys per conducció temerària. Aquesta persona va provocar un accident el passat dia 13 de desembre a la carretera C-59, al terme de Caldes de Montbui, quan en fer un avançament antrirreglamentari va topat amb dos vehicles que circulaven en direcció contrària. Aquest conductor va donar positiu en el control d'alcoholèmia i a més a més no disposava de carnet de conduir, ja que havia perdut tots els punts. El detingut va passar a disposició judicial i es troba en llibertat amb càrrecs.

Cap d'any

La nit de Cap d'Any va transcórrer amb normalitat al nostre municipi. La Policia Local va efectuar una vigilància especial a l'entorn de la Sala Polivalent i del carrer de la Indústria, llocs on es van celebrar les dues festes més multitudinàries. Tan sols cal destacar un furt d'objectes personals de l'interior d'un vehicle aparcats al carrer de la Indústria i un accident a l'avinguda Diagonal que no va causar danys personals. Un conductor, que va donar positiu en la prova d'alcoholèmia, va perdre el control del vehicle i va topat amb dos cotxes estacionats i contenidors de recollida selectiva, als quals va ocasionar desperfectes.

Controls d'alcoholèmia

La Policia Local ha participat, un cop més, en la Campanya Institucional de Controls d'Alcoholèmia que impulsa el Servei Català de Trànsit i feta amb coordinació amb les policies locals de Catalunya. Es van fer 10 controls entre els dies 14 i 22 de desembre, en diferents llocs del municipi i a diferents hores, tant de dia com de nit. En total es van fer 233 proves, amb el resultat següent: 231 proves negatives, 2 proves positives de caràcter administratiu i 1 prova positiva de caràcter penal.

Accidents de trànsit

Palau-solità i Plegamans té un índex de sinistralitat més baix que el Vallès occidental i Catalunya, segons les dades recollides entre els mesos de gener i octubre del 2013. En aquest període de temps, al nostre municipi s'hi van registrar 79 accidents de trànsit, la majoria dels quals per una manca d'atenció en la conducció (no respectar la senyalització i no respectar la distancia de seguretat). Dels diferents accidents, la majoria es van saldar amb danys materials (68) i 11 persones van resultar ferides. Les dades reflecteixen també que la majoria dels accidents es produeixen en franges horàries de mobilitat derivada de raons de feina o estudis (de 7 a 9 i de 13 a 15). Tanmateix, es constata que les cantonades són els punts més conflictius, per la qual cosa estan en marxa dos estudis exhaustius del municipi, per cercar millores que permetin reduir la sinistralitat.

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
- Desconfeu de qui s'acosta 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

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





# **ESCI-UPF, la universitat que forma professionals per gestionar empreses en un món global**

## **Formació internacional en:**

Màrqueting  
Negociació  
Estratègia  
Operacions  
Finances  
Institucions econòmiques  
Entorn polític i econòmic  
Gestió de la diversitat als negocis  
Idiomes

Pràctiques en empreses i intercanvi  
amb universitats estrangeres

Accés a beques

## **Sessions informatives:**

Dilluns 3 de març, a les 18:15h  
Dijous 10 d'abril, a les 18:15h  
Dimarts 13 de maig, a les 18:15h  
Dimecres 28 de maig, a les 18:15h

**900 122 630**

[www.esci.upf.edu](http://www.esci.upf.edu)

Pg. Pujades, 1 - 08003 Barcelona