



Palau ja disposa del nou POUM



• Panoràmica parcial de Palau, vista Oest.

Després de quasi vuit mesos des de que el Ple ordinari municipal del passat mes de març aproves i donés el seu vist i plau definitiu al Pla d'Ordenació Urbanística Municipal (POUM), el passat divendres dia 30 d'octubre i una vegada realitzada la traducció al castellà del redactat, el document sortia publicat al Diari Oficial de la Generalitat, pas imprescindible i necessari per a la seva entrada en vigor. Amb aquesta decisió final es posa fi a un procés o iniciativa

que ha durat més de dotze anys des de la seva iniciació, la qual ha tingut paralitzades potencialment moltes estuacions urbanístiques que es podrien haver desenvolupat al municipi i que, degut a la citada tramitació, no s'han dut a terme davant les expectatives i/o modificacions que del nou POUM es poguessin derivar.

continua a les pàgs. 2-3 ►►

Anglès a partir d'1 any

MATRÍCULA OBERTA

Kids&Us[®]
school of english

YOUR TRIBE SPEAKS ENGLISH

Kids&Us Palau-Solità i Plegamans · Rambla Mestre Pere Pou (Plaça de Ca l'Estruch), 15
08184 Palau-Solità i Plegamans · T. 640 127 696 · palau@kidsandus.es

M. Carme Laglera - Cif: 77305951F - Los cursos no conducen a la obtención de ningún título oficial.

Sumari

El **Ple** del pròxim dia 26 debatrà el **pressupost municipal** del 2016
• pàgs. 8-9

La **1a Fira Internacional del Formatge** es celebra aquest cap de setmana
• pàg. 13

El **F. C. Palau** es retroba amb la **victòria**

• pàg. 25

►► ve de portada

El Pla d'Ordenació Urbanística de Palau surt definitivament publicat al D. O. G. C.

Llicències pendents

L'entrada en vigor del nou POUM permet posar la maquinària en marxa i obre potencialment moltes d'aquelles expectatives. Unes expectatives que fins ara han restat paralizades a l'espera del nou redactat. Ho sabem tots i també l'actual regidor d'urbanisme, en Miquel Rovira, qui assegura que amb l'entrada en vigor del POUM «es poden desencallar tots els permisos suspesos i les llicències pendents». Rovira afirma que «n'hi ha unes quantes i de tot tipus, des de petites intervencions fins a obres majors», detalla. Des de l'Ajuntament consideren que ara s'obre un procés de desenvolupament i de posada en marxa de tot plegat. S'enceta un període d'activitat constant per desenvolupar i posar en solfa tot el

que recull el nou POUM, ordenacions, usos del sòl, proteccions..., i també creacions de nous carrers i la previsió d'infraestructures, entre moltes altres disposicions... «Totes les actuacions requeriran moltes converses entre Ajuntament, propietaris i la ciutadania, sempre segons allò que fixa el POUM», preveu el regidor. I és que el POUM també facilita la creació d'equipaments, alguns també molt demandats, com una nova biblioteca municipal. «Són projectes molt engrescadors, que es portaran a processos de participació ciutadana i això implica temps i dedicació», subratlla el titular d'Urbanisme.

Del CAP a la Carrerada

Rovira afegeix que l'Ajuntament ja treballa en algunes d'aquestes iniciatives que amb el nou POUM es poden desenvolupar. Per exemple i sense entrar en grans detalls avança que una de les prioritats de la regidoria d'urbanisme és el projecte d'un nou carrer que ha d'unir el CAP (c. Dr. Fleming) amb el passeig de la Carrerada i l'avinguda Diagonal. «És un vial de la xarxa bàsica del municipi per connectar el centre de la població i alleugerir de trànsit la Carrerada i, a més, suposarà l'inici de la urbanització d'aquest entorn», explica el regidor. Quan a la filosofia del POUM que ara entra en vigor, Rovira admet que la voluntat de l'Ajuntament ha estat en tot moment aconseguir un document que tingués el major consens polític i social i que per això s'han dut a terme accions de consulta i d'informació», una filosofia que, segons remarca, tampoc s'ha de trencar ara. «Sabem que els projectes són complexos i hem d'intentar arribar a acords amb els propietaris i les parts implicades per tirar-los endavant». El POUM també estableix com a actuacions prioritàries l'ordenació de diversos sectors de la vila. Alhora preveu la creació d'habitatge social i de nous equipaments i serveis.

Fa tres legislatures

El procés de redactat d'un nou POUM es va iniciar fa tres legislatures enrere i amb Teresa Padrós a l'alcaldia de Palau. Aleshores, el regidor

d'Urbanisme, Valentí Soley va aconseguir terminar el redactat del nou POUM, redactat que va assolir l'aprovació inicial del consistori palauenc. Discrepàncies entre els dos partits del govern, PSC i ICV, van impossibilitar la seva aprovació provisional. Aquest fet, fins i tot, va propiciar un trencament del govern municipal.

La següent legislatura amb l'alcaldia en mans de CiU, l'alcaldesa, Mercè Pla i el seu regidor d'Urbanisme, Josep M^a Serraviñals no van avançar gaire en el tema. No van finalitzar i, en conseqüència, tampoc van presentar el tema a aprovació del consistori. La legislatura passada en que l'Ajuntament va passar novament a estar encapçalat per Teresa Padrós, el POUM va rebre un nou impuls. La regidora d'Urbanisme, Àngels Marcuello va aconseguir finalitzar el redactat i el vist i plau del consistori que va aprova la proposta inicialment. Presentat a la Generalitat, la Comissió d'Urbanisme va donar el seu vist i va suggerir/demanar algunes mititzacions que el Ple del Consistori Palauenc va admetre i va aprovar en el decurs del Ple ordinari del dia 26 de març (veure Alzina nº 170 del mes d'abril del 2015). Després d'això, solament mancava el vist i plau de la Generalitat que abans de publicar el nou POUM en el DOG havia de realitzar la seva traducció al castellà. La publicació es va dur a terme el passat dia 30 d'octubre de 2015, dotze anys després del seu inici.



• Plànol de Palau-solità i Plegamans.

Restaurant Can Boada



CARNS A LA BRASA
MENÚ I CARTA

(arrossos, bacallà, cargols...)

CUINA CASOLANA I DE MERCAT
ESMORZARS DE FORQUILLA

**MENÚS DE DINARS / SOPARS D'EMPRESA
DES DE 20 €**

**MENÚS ESPECIALS DE NADAL
els dies 25 i 26, i també l'1 i 6 de gener**

CAMÍ REIAL, 185 • PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS

TEL. 93 864 80 68 / 651 900 192



Tallers Mateu Vila, s.L.

TALLER MULTIMARCA | PLANXA • PINTURA • MECÀNICA

Autoritzat per a la transformació de vehicles a

GLP (Gas Liquefiet del Petrol)

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

**Venda de vehicles nous, Km0 i de 2a mà. Grans ofertes en cotxes gerència
TRUQUINS I L'INFORMAREM**

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

L'informatiu dels Palauencs

Novembre 2015 - Número 235

<http://palausolitaplegamans.socialistes.cat>



Tolerància zero a la violència masclista!

Malauradament aquests darrers mesos hem patit a la societat el increment més gran d'assassinats masclistes des de l'any 2010. Els i les socialistes no restem inactius davant aquesta xacra social i els impactes d'aquestes vergonyoses accions en les dones i en els fills.

Per continuar combatent la violència, hem presentat al ple de Palau-solità i Plegamans del mes d'octubre una proposta d'acord per reivindicar més recursos en ajuda, suport i acompanyament a dones maltractades i assetjades per evitar així que els assassins acabin amb la seva vida.

Com sempre, no només reclamem a altres administracions, sinó que anem més enllà i hem acordat **avançar en el Pla Local d'Igualtat** que es va presentar a finals de la legislatura passada.

A poc més dels 100 dies de l'inici de la legislatura, des de diverses àrees de l'Ajuntament, ja hem avançat en la creació d'una taula rodona amb tots els sectors professionals (Salut, Educació, Joventut, Serveis Socials i Policia) que hi col·laboren en actuacions de prevenció i assistència. I també en tot un seguit d'activitats de difusió i conscienciació que es duran a terme la setmana del 25 de novembre.

Fent visible a la societat el problema i treballant tots plegats podem aconseguir resoldre-ho!



25 de novembre

Dia Internacional per a l'eliminació de la violència contra les dones

#TolerànciaZero



La cultura no és un luxe!

Demanem la rebaixa de l'IVA cultural

L'any 2012, el Govern del Partit Popular va imposar una dràstica pujada de l'IVA sobre el consum de cultura (excepte el llibre) fixant-lo en la franja més alta de tot Europa: el 21%. **Aquesta mesura no ha tingut l'impacte recaptatori desitjat i ha suposat un clar cop per a la creació i l'accés de la cultura de la majoria de la nostra ciutadania.**

La pujada desproporcionada de l'IVA està perjudicant greument a la cultura. **Per això, els socialistes demanarem arreu de Catalunya i Espanya la rebaixa de l'IVA cultural.**

L'informatiu dels Palauencs

Octubre 2015 - Número 234

EL POUM JA ESTÀ EN VIGOR



El Pla d'Ordenació Urbanística Municipal (POUM) ja està en vigor des del 30 d'octubre del 2015, que és quan s'ha publicat al Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya (DOGC),

Ara ve la feina, que és el desenvolupament i la gestió del que estableix el POUM. I és que el POUM inclou ordenacions, usos del sòl, proteccions..., però també creacions de nous carrers i la previsió d'infraestructures, entre moltes altres disposicions. Moltes les podrem començar a veure aviat, amb la feina conjunta a l'Ajuntament i el desenvolupament de nous projectes de futur per la nostra vila.

EL PP RECTIFICA I EVIDENCIA QUE LRSAL ÉS UNA LLEI PERILLOSA PELS SERVEIS MUNICIPALS I ALLUNYADA DE LA REALITAT



El ministeri d'Administracions Públiques espanyol ha informat per carta als ajuntaments (inclòs Palau-solità i Plegamans) de l'ajornament de l'aplicació de la Llei de Racionalització i Sostenibilitat de l'Administració Local (LRSAL). **Montoro i Rajoy rectifiquen doncs a menys de dos mesos de les eleccions i evidencien que aquesta llei està allunyada de la realitat i suposa un greu perill pels drets i serveis que reben els ciutadans per part dels Ajuntaments.**

Ens mostrem satisfets amb el fet que el govern espanyol hagi paralytitzat l'aplicació de la perquè suposava una retallada indiscriminada en els serveis que presten els ajuntaments en els aspectes relatius a serveis socials, atenció primària de salut i educació. Seguirem lluitant per què aquesta Llei mai més es torni a posar en marxa.

PERQUÈ VOLEM VIURE AMB DIGNITAT

EL PSC DEMANA QUE ES TRAMITI AMB URGÈNCIA LA ILP DE LA RENDA GARANTIDA DE CIUTADANIA

EL PSC va iniciar fa dos anys, la campanya "*Perquè volem viure amb dignitat*" coincidint amb l'inici de la ILP per una Renda Garantida Ciutadana (RGC). Els Socialistes de Catalunya vam treballar recollint signatures entre la nostra militància que vam lliurar a la Comissió Promotora. **Una vegada es va aconseguir entrar a tràmit al Parlament, l'avançament de les eleccions va aturar el debat en Comissió parlamentària.**

És per aquest motiu que el PSC vam demanar al Parlament, una petició perquè es tramiti amb urgència la ILP en el punt que es va deixar a la darrera legislatura. **Aquesta aturada legislativa a què estem advocats per tenir un Govern en funcions, no ens la podem permetre més temps per tal de poder afrontar reptes com la d'una redistribució de la riquesa entre els ciutadans i ciutadanes que tot Govern hauria de garantir, i que aquesta Renda Garantida podria ajudar.**

“Aquesta aturada en la ILP de la Renda Mínima Garantida a que estem advocats per tenir un Govern en funcions, no ens la podem permetre més temps”

ICV a l'Ajuntament

El grup municipal d'ICV ha presentat tres mocions i tres preguntes al ple d'octubre, totes elles de caire social i profundament d'esquerres

Una moció de recolzament a les reivindicacions del personal que treballa per telefònica Movistar, una altre per a la creació d'una taula de diàleg de la Corporació Sanitària Parc Taulí i una altre sol·licitant a la Generalitat que garanteixi beques menjador a tots els infants en situació de vulnerabilitat econòmica

Pel que fa a la primera moció hem demanat al Ple que s'acordi donar suport a treballadors i treballadores de Movistar i que, mentre duri el conflicte, el nostre Ajuntament demani a LOCALRET (entitat que gestiona les contractacions de telefonia de les administracions locals) que en els concursos de telefonia es tingui en compte les condicions laborals de la plantilla. **Tots els Grups Municipals del consistori van votar a favor excepte el grup del PP que es va abstenir.**

A la segona moció demanàvem la creació de la Taula de Diàleg del Parc Taulí per poder garantir el tractament i seguiment de determinades malalties cròniques tractades des del Taulí i que afecten a persones del nostre poble. **Moció aprovada per unanimitat**

I la tercera moció es va presentar motivada per la creixent dificultat que tenen moltes famílies del nostre poble per oferir una alimentació adequada als seus fills i filles a causa dels problemes econòmics, demanàvem que la Generalitat garanteixi les beques menjadors a tothom que ho necessiti. **Aprovada per unanimitat**

A més el nostre grup va fer tres preguntes al govern:

Primera pregunta: ICV li demana al govern que prepari una moció per a presentar-la conjuntament tots els Grups Municipals del Consistori, demanant l'adquisició d'un Fibroscan

El Fibroscan es una màquina que permet fer diagnòstics de proves hepàtiques; actualment les persones de Palau-solità i Plegamans que han de fer-se aquestes proves s'han de desplaçar a la Clínica Delfos de Barcelona, amb la consegüent pèrdua de temps i diners.

Segona pregunta: ICV va preguntar per la resolució d'Alcaldia suspent el procediment de recaptació de l'impost de Construccions a una multinacional instal·lada a Palau; considerem que les empreses han de pagar els impostos com ho fa tothom, si no paguen ells qui pagarà? Moltes vegades aquestes empreses amb el caramel de crear llocs de treball, sense concretar ni comprometre's a quantes persones de Palau contractaran, intenten evitar-se el pagament d'impostos que tenen una importància cabdal pel pressupost del nostre municipi



Foto Ple d'octubre, la regidora Angels Marcuello defensant les nostres propostes

Tercera pregunta: ICV demana que sigui esmenada la informació errònia emesa en escrits públics d'altres formacions polítiques, on s'afirmava que ICV havia canviat, sense cap sentit, el seu vot referent a l'adhesió de l'Ajuntament de Palau-solità i Plegamans a l'AMI (Associació de Municipis per a la Independència) quan no ha estat així i ICV ha votat sempre en el mateix sentit.

25 de novembre, Dia Internacional contra la violència masclista

El passat 7 de novembre milers de persones van marxar a Madrid contra la violència masclista. Ara volem que poble a poble, i ciutat a ciutat, les dones reivindicuin la necessitat d'incrementar el compromís polític per l'eradicació de la violència masclista, que malgrat els instruments legals continua incrementant-se.



Madrid, 7 de novembre, marxa contra la violència masclista



MENÚ DIARIO 9,80 €
MENÚ ECONÓMICO 6 €
SÁBADOS, MENÚ BRASA
CARGOLS a la LLAUNA
CHULETONES
CALÇOTS, etc.

FIESTAS PRIVADAS
COMIDAS Y CENAS
de EMPRESA
CUMPLEAÑOS
REUNIONES

ALMUERZOS DIARIOS de PLATO
BUTIFARRA CON JUDÍAS
GALTAS
ALBONDIGAS
TORTILLAS
CALLOS, etc.

El Ple del pròxim dia 26 debatrà el pressupost municipal del 2016 que supera els 16,7 milions d'euros

El pressupost amb el que l'actual equip de govern municipal treballa per al pròxim any serà pràcticament igual al que encara esta vigent fins el pròxim mes de desembre, ja que únicament variarà en un 1,36% incrementant-ne la xifra final dels 16,5 d'enguany fins els 16,7 milions d'euros del pressupost nou.

Aquesta és la xifra final amb la que treballa l'equip de govern i que el regidor d'Economia, el socialista Marc Sanabria ha fet arribar als grups de l'oposició la setmana passada en el decurs de la qual van mantenir els primers contactes. Tot i que la proposta presentada encara no està definitivament tancada,

perquè, tal i com apunta Sanabria, l'equip de govern podria incorporar alguna proposta o suggeriment de l'oposició, el cert és que la l'aprovació del pressupost es farà el pròxim ple. Els vots dels regidors dels partits que formen l'actual govern municipal (PSC, CiU i Ganemos Palau) superen la majoria necessària per dur endavant la proposta.

Taxes i Administracions

La xifra final del pressupost la determinen els ingressos que arriben a l'Ajuntament i que bàsicament ho fan per dos vies, per les taxes i impostos i per les transferències que arriben d'altres administracions superiors. Les primeres, de les que informem a banda, ja que foren aprovades en el decurs del darrer ple municipal del mes d'octubre, no experimenten gaire variació respecte a la xifra ingressada aquest any. Puja la xifra de 2,46 milions a 2,48, un 0,9% més que aquest any 2015.

L'altre fon d'ingressos correspon a les transferències que venen d'altres administracions, principalment de la Diputació de Barcelona i de la Generalitat. La gran pujada pel pròxim any prové de l'organisme provincial amb un augment d'un 41,5% respecte a la xifra d'enguany. Palau rebrà de la Diputació l'any pròxim més de 880.000€, mentre que enguany aquesta xifra fou de 612.000€. Aquesta bona notícia però no es dona en el cas de l'altra administració. La partida de la Generalitat ha baixat en quasi un 26% respecte a la xifra d'enguany. Les transferències de la Generalitat via Fons de cooperació local cauen dels 567.000€ fins els 416.000 previstos pel 2016.

Despeses

Les despeses que es preveuen en el projecte amb el que treballen els regidors tampoc varien gaire respecte a les de l'actual pressupost encara en vigor. La principal despesa continua essent la generada en el capítol primer que es deriva bàsicament del sou dels empleats municipals. Aquest capítol que representa el 39% del total del pressupost ha experimentat un increment de l'1% que obliga la llei

del govern central. La despesa total prevista per aquest capítol és de 6,58 milions d'euros, metre que enguany fou de 6,51M.

Manteniment dels serveis

El pressupost és quasi igual al d'aquest any 2015, diu el regidor d'Economia, Marc Sanabria. El regidor avança que compleix amb les directrius que marca la llei d'estabilitat pressupostària i que la proposta que s'acabarà portant a l'aprovació del pròxim plenari respon als criteris bàsics dels acords de govern municipal. Segons argumenta, aquests criteris no son altres que el manteniment i/o l'augment d'un bon nivell dels serveis prestats als ciutadans, el manteniment de la via pública en tots els barris del municipi i l'increment fins el màxim que es pugui les partides socials. Clar que tot això, com diu el regidor, és difícil sense augmentar el deute municipal, la qual cosa «ens obliga a gestionar encara millor els ingressos actuals».

Per harmonitzar totes aquestes premisses, el nou pressupost preveu 1,2 milions d'euros per inversions i malgrat que no hi ha cap d'elles que es pugui dir l'estrella, totes es faran en base a una filosofia clara de continuïtat per etapes. Sanabria explica que la idea del govern és de realitzar inversions i fer grans coses, però —afegeix— «donat que no tenim els recursos suficients per realitzar grans projectes d'una sola

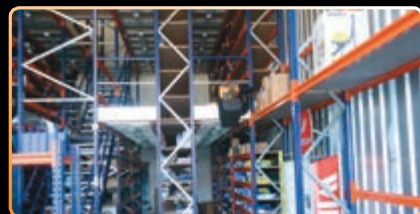


• El regidor, Marc Sanabria.

vegada, intentarem dur-los endavant fent-los per fases». I cita alguns dels que es podrien dur a terme amb aquesta filosofia, la via verda de la riera, l'Avinguda Catalunya, la Masia de Can Falguera... Al dia d'avui, no hi ha cap de decidit encara...

Taller i Recanvis **ELITE**

Automoció i taller de reparacions



NOU CENTRE DE RECANVIS PER A CAMIONS, AUTOMÒBILS, FURGONETES I TOT TIPUS DE VEHICLES A MOTOR

OLIS, FILTRES, BATERIES, FRENS, EMBRAGATGES...
Tot tipus d'eines i recanvis per al teu vehicle

C/ Indústria nau 8 - Pol. Ind. de Can Cortès/Pedra Llarga - 08184 Palau-solità i Plegamans
T. 93 222 90 95 / 627 394 856 - F. 93 113 36 71 - recanviselite@hotmail.com

Av. Catalunya, 101 - 08184 Palau-solità i Plegamans
T. 93 519 31 55 / 627 394 883 - F. 93 113 24 17

Av. Onze de Setembre, 55 - local 1 - 08120 La Llagosta
T. 93 518 70 40 / 627 395 080 - F. 93 113 37 04

barrachina jardineros

- 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

QUIJOSCA PAVELLÓ

Libreria Papereria Floristeria

Vine a provar els millors cartutxos de tinta compatibles.

Oferta promocional 5% dte. (fins a final de mes)

cartutxos de tinta i tóner **prinik**

Pg Carrerada 54 loc.1 Tel:938643540
QUIOSCPAVELLO@GMAIL.COM QUIOSCPAVELLO.BOLGSPOT.COM

PALAU ASSESSORS
Assessors Gómez & Campos, s.l.

Fiscal, laboral, comptable i Jurídic

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

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

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

L'IBI del 2016 serà diferent per 7.200 propietats palauenques

El debat de la moció sobre les ordenances fiscals que regiran el pròxim any al municipi palauenc i dintre d'aquesta moció, l'impost de bens immobles (IBI), foren el tema estrella del darrer ple ordinari municipal celebrat el darrer dijous, 29 d'octubre.

No era per menys. Mentre que la majoria dels punts que omplien l'ordre del dia eren mocions polítiques, algunes d'elles pròpies d'altres fòrums o sobre les que des de palau únicament es pot opinar, aquest punt de les ordenances fiscals i la seva entrada en vigor el pròxim 1 de gener del 2016, si que tenen una incidència directa sobre els habitants del municipi. I és que el canvi de l'IBI en la part en que ho pot fer l'Ajuntament afecta al voltant de 7.500 propietats que ara tributen a Hisenda, els propietaris de les quals veuran el pròxim 2016 alterada sensiblement la xifra que han pagat aquest any 2015. De les 7.500 propietats, al voltant de 5.000 gaudiran d'una rebaixa de la xifra final a pagar, mentre que unes 2.700 notaran sensiblement l'augment de la quantitat que pagaven fins ara. Dit d'altra manera, el 35% dels rebuts patiran una petita pujada, mentre que un 65% del total gaudiran d'una sensible rebaixa.

Equilibri pressupostari

L'evolució que ha seguit en els darrers anys el tema de l'IBI no és fàcil d'asimilar. Per a fer-ho ens hem de remuntar a finals de l'any 2011, ja que la darrera incidència negativa per als palauencs (de fet, per a tot el país) té el seu origen aquell l'any en que el govern de Rajoy va aprovar «la llei de l'equilibri pressupostari». Davant la precarietat econòmica per la que travessaven els ajuntaments, el gobierno central va aprovar un increment temporal de l'IBI amb una pujada que podia variar del 4 al 10% en funció de la data de la darrera revisió cadastral del municipi. A Palau l'augment fou d'un 6% el tipus impositiu per a totes les propietats amb un valor cadastral superior a la mitjana del municipi que és de 104.900€.

Per tal que aquest increment general decretat des del govern central no fos tant greu pels propietaris, l'Ajuntament palauenc va introduir dos factors de correcció a la seva part del coeficient, un per les propietats que superaven la mitjana i altre per aquelles que estaven per sota. Per als que estaven per sobre de la mitjana, el factor corrector aplicat és (encara està vigent enguany) de 0,536% i de 0,500%, el mínim que obligava la llei, pels que estaven per sota de la mitjana. La intenció del govern municipal era minvar en lo possible l'increment.

Únic coeficient

La temporalitat de tot plegat finalitza el pròxim any i aquests mesures introduïdes desapareixen com els dos factors.

Ara s'ha d'unificar aquest factor, per la qual cosa i per tal que l'Ajuntament mantingui el seu nivell d'ingressos s'ha aprovat l'aplicació d'un únic coeficient.

El tipus impositiu de l'IBI s'ha hagut de tocar per mantenir els ingressos i queda fixat al 2016 per a totes les propietats urbanes en el 0,529%, apunta el regidor d'Economia, Marc Sanabria.

Únicament 29 centèsimes per sobre del que obliga la llei que és el 0,500% i que, segons va quantificar el regidor, la no aplicació representaria per a l'Ajuntament una caiguda d'ingressos de 300.000€. Si nosaltres volem mantenir el mateix grau de serveis que fins ara es donen des de l'Ajuntament, no tenim altra alternativa», assegura Sanabria.

I és que els ingressos de l'IBI és l'entrada de recursos de la hisenda local de major rellevància que en el cas de Palau representa el 35% del pressupost municipal, segons el regidor que en un punt de sensibilitat va afegir que l'any pròxim es podrà fer efectiu l'IBI en quatre fraccionaments (març, juny, setembre i desembre).

D'altra banda, el tipus de l'IBI de propietats amb característiques especials quedarà a l'1,300% i el de rústics al 0,350%.

La proposta presentada pel regidor d'Economia fou aprovada pel ple amb els 10 vots del govern (PSC, CiU i Ganemos Palau).

Per la seva banda, els grups C's (2), ERC (1), ICV (1) i el regidor no adscrit Miquel Truyols (1), es van abstenir. La CUP (1) i el PP (1) en contra.

L'Ajuntament congela la majoria d'impostos i taxes del 2016



La majoria de les taxes que s'apliquen des de l'Ajuntament als ciutadans del municipi romandran congelades per al pròxim any després que el ple ordinari municipal celebrat el passat dia 29 d'octubre donés el seu vist i plau a la moció presentada pel govern municipal.

La proposta de la regidoria d'economia va rebre els vots favorables dels grups que formen l'actual govern municipal, PSC, CiU i Ganemos Palau. La resta de regidors es van abstenir (C's, ERC, ICV i el regidor no adscrit, Miquel Truyols) o van votar en contra (la CUP i el PP).

S'estrenava en la presentació de les noves ordenances el nou regidor d'Economia, en Marc Sanabria. I ho va fer de manera senzilla i clara amb tres idees bàsiques. «Congelem la majoria de les taxes i els impostos, excepte l'IBI (informació a banda). «Nosaltres volem carregar el mínim possible als ciutadans, però hem de mantenir els ingressos si volem continuar amb la capacitat econòmica i la liquiditat de l'Ajuntament per continuar donant uns serveis com ho venim fent fins ara», resumeix el regidor d'economia. Entre algunes de les taxes que continuen igual que enguany i que esmenta el regidor podem apuntar la referència expressa feta respecte a la taxa del servei d'escombraries. Continuarà essent la mateixa taxa que enguany, malgrat que és un servei altament deficitari, ja que, segons diu Sanabria, «no volem incrementar la pressió fiscal».

La resposta dels grups de l'oposició no fou del tot favorable, però es va mantenir lluny d'aquelles respostes contundents i totalment enfrontades. Fins i tot, Sanabria fou felicitat per les facilitats que va donar als grups de l'oposició per presentar-los la proposta del govern sobre les ordenances fiscals amb tres setmanes d'antelació i «per l'accessibilitat a l'hora d'aclarir dubtes». Únicament Jordi Méndez de la CUP va argumentar la manca de temps per fer un anàlisi més profund del tema, tot i que va afegir que, tal vegada, es deu a la seva encara «inexperiència a l'hora d'examinar els temes». Sanabria va respondre que havia enviat la informació als diferents grups municipals, «10 minuts després que l'acordés el govern». I amb una reacció que demostra la bona harmonia que regnava durant el debat de la moció, va afegir que «si consideren que tres setmanes han estat insuficients, mirarem de variar la fórmula l'any vinent».

Justificació del vot

Tots els grups, des dels més pròxims a la proposta, fins als més llunyans, van aportar els seus matisos amb els que justificaven el seu vot. Per una banda, els partits que no van votar en contra, però que tampoc van donar el seu vot afirmatiu, van manifestar que no s'haurien de congelar les taxes, sinó que haurien de baixar, ja que l'IPC d'enguany serà negatiu (-1,7%), com apuntava des d'ICV l'Angel Marcuello. Des d'ERC, Jordi Plaza també va incidir en l'augment de l'IBI i va mostrar la seva disconformitat apuntant que amb l'entrada en vigor del POUM i el consegüent augment de l'aportació d'algunes finques que passen a ser-hi urbanes, es podria baixar/compensar aquesta pujada. Per la seva banda, el regidor Truyols va apuntar que era bo el fraccionament en quatre trams el pagament de l'IBI. Per altra banda, els altres dos partits, la CUP i el PP es van mostrar totalment contraris a la proposta del govern municipal. Per un costat, Méndez argumentava que «no ha existit voluntat de cercar consens» i també va esgrimir, «l'augment de l'IBI en els valors cadastrals més baixos i la rebaixa per als més alts». Per la seva, Mercedes Rodríguez va acusar el govern de dir coses que després no compleixen afirmant que «s'omplen la boca sobre ajudar a famílies amb escassa capacitat econòmica, però es queden immòbils», va etzibar als grups de l'equip del govern.

SABATERIA I COMPLEMENTES NATY

JA TENIM LA NOVA COL·LECCIÓ TARDOR-HIVERN

Pintor Vayreda, 18 • 08194 Palau-solità i Pllegamans
tel. 938 63 91 84

di Fiore restaurant-pizzeria

Pizza al horno de leña 30 cm

MENÚ DIARIO (de lunes a viernes) 10€

PIZZAS para llevar a casa a 9€ (Excepto pizza vulcano, calzone, Marinera y Ferrá)

Tel. 93 864 95 37
Dom Bosco, 22
08184 Palau-solità i Plegamans

Salon apropiado para Comuniones, bautizos, despedidas de soltero/a, etc...

CLASES DE SALSA CUBANA

Síguenos en:

S'aprova una taxa sobre els caixers automàtics

L'equip de govern municipal format pel PSC, CiU i Ganemos Palau han donat el seu vist i plau a la creació d'una nova taxa municipal sobre les entitats bancàries que tenen caixers automàtics a la via pública del municipi.

Aquesta proposta estava dintre de la moció de les ordenances municipals que el passat dia 29 d'octubre va aprovar el ple municipal amb els vots favorables dels grups que formen l'equip de govern municipal, PSC, CiU i Ganemos Palau.

En realitat aquesta moció es quasi testimonial, ja que el nombre de caixers de les entitats bancàries que donen directament a la via pública son escassament cinc. La taxa que hauran de pagar és de 196,89€ per caixer i any.

Des dels grups de l'oposició van mostrar la seva satisfacció per la introducció d'aquesta nova taxa, però van criticar que l'import sigui tant petit. «El sentit d'aquesta taxa no és tant la quantitat de diner que es recaptarà, sinó el valor de la seva existència», va tractar de justificar el regidor d'economia. Sanabria va argumentar en forma de pregunta comparativa que, «si es cobra als bars per l'ocupació de la via pública amb taules i cadires, per què no a les entitats bancàries?». Amb tot, el regidor va deixar la porta oberta a regular-ho de forma diferent de cara al 2017.

Bonificacions a les empreses que creen llocs de treball

En el decurs del ple municipal celebrat el passat mes d'octubre, el consistori palauenc va aprovar una sèrie de mesures amb les que es bonificarà a les empreses que al llarg de 2016 creen noves places o omplin llocs de treball. Aquesta mesura la va avançar el regidor d'economia en el decurs del debat de la moció en la que es van aprovar les noves ordenances fiscals pel 2016. Sanabria va apuntar que tindran una bonificació sobre l'IAE (Impost d'Activitats Econòmiques) les empreses «que incrementin de forma destacada la plantilla de treballadors respecte a l'any anterior, sempre que sigui amb contractes indefinits i fixes», va destacar el titular d'Economia. Sanabria ressalta que hi haurà un barem amb diferents graus de bonificació en funció del nombre de contractes nous que es facin.

Palau bonificarà la introducció de mesures de millora mediambientals als immobles

Entre les novetats recollides a la moció de les noves ordenances municipals que regiran al llarg del 2016 que fou aprovada en el decurs del darrer ple municipal ordinari del mes d'octubre passat hi havia un punt en el que es determinava una nova bonificació. Aquesta ajuda preveu un descompte de fins el 50% de la quota de l'IBI durant 3 exercicis en els immobles que instal·lin sistemes d'aprofitament d'energies renovables. «Fem un prec al govern de l'Estat perquè retiri la nova normativa que penalitza en lloc de bonificar a qui té aquestes instal·lacions», va reclamar el regidor d'Economia, Marc Sanabria en anunciar aquesta nova mesura.

La 1a Fira Internacional del Formatge es celebra aquest cap de setmana



Aquests 14 i 15 de novembre es desenvoluparà a la zona de vianants del centre de la vila la primera Fira Internacional del Formatge, una mostra en la que prendran part alguns dels millors productors d'arreu d'Europa per tal de compartir, tastar i conèixer en profunditat la cultura del formatge, segons afirma el regidor de Fires i Mercats, Miquel Rovira.

Tal i com ja avançava aquesta revista el passat mes d'octubre, l'objectiu de la iniciativa és el de «potenciar el món del formatge combinant la tradició, la cultura i la gastronomia en una mostra que promou els productes artesans i d'alta qualitat en un context festiu, creant complicitat entre productors i consumidors», explica el regidor.

La Fira que comptarà amb la participació de més de 15 productors de formatge de procedències i tipologies diferents, estarà farcida d'altres activitats relacionades amb el món formatger.

Per exemple, el públic visitant podrà veure l'exposició d'eines formatgeres, antigues eines que s'utilitzaven per fabricar el formatge i pels nens i nenes hi haurà diversos tallers com el concurs de «Munyim la cabreta».

El dissabte al vespre també hi haurà un maridatge guiat de formatge i cervesa artesana, tutoritzat pel mestre formatger Martí Padrisa de Formatges Montbrú amb cervesa Bripau.

Per inscriure's cal enviar un correu a mercats@e7v.cat o bé trucar al 938 300 496.

Per a més informació podeu consultar els webs: www.palauplegamans.cat i www.e7v.cat.

PALAU
estètic



T'assessorem en imatge, en cosmètica, en serveis d'estètica facial i corporal amb aparatologia d'última generació

TRACTAMENTS DE FOTODEPILACIÓ



Amb la fotodepilació acabem eficaçment amb tota mena de pèls a qualsevol part del cos de l'home i la dona, amb resultats definitius en poques sessions. Això suposa gran estalvi de temps i cèntims, amb un cos bell i net



Promoció setembre-octubre
depilació dona complet 130€
depilació home 160€

Passeig de la Carrerada, 2 - 1r. 3a. • 08184 PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS
Tel. 619 431 515 • palauestetic@hotmail.com



CONSTRUCCIÓN Y REFORMAS

JOSÉ MARÍA RODRÍGUEZ

- Construcción obra nueva
- Rehabilitación de Viviendas
- Reformas de Interiores
- Instalaciones
- Colocación de Pladur y pintura
- Piscinas y exteriores

Reforme su cocina por 3.500€ + IVA

¡ Reforme su BAÑO !

Baño aproximadamente de 25 m2 de alicatado a escoger
Sanitarios + Plato de Ducha ROCA + Grifería FELIU BOET + Enchufes SIMON 75

2.000 €
+ IVA

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

Llama e infórmate al 656 960 002

MÁS DE 10 AÑOS DE EXPERIENCIA



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

Tel. 93 302 53 94
665 93 45 50

Penal

Delictes
Faltes
Accidents de trànsit
Violència domèstica
Alcoholèmies



Civil

Contractes
Herències
Execucions hipotecàries

Família

Guarda i custòdia
Aliments
Divorcis
Incapacitats

Primera consulta gratuïta

75 palauencs ja tenen el seu hort per a fer de pagès



• L'extensió del terreny dels horts, ja demarcades les 75 places.

En un sorteig públic i obert a qui volia veure presencialment com es feia, el passat dia 29 d'octubre, 75 palauencs van veure materialitzat un dels seus desitjos, l'accés a un hort, una parcel·la municipal adaptada i amb tots els serveis per conrear i produir els productes de l'hort, vegetals i/o

hortalisses que els agraciats vulguin conrear. I és que l'Ajuntament va dur endavant el sorteig dels terrenys ubicats a Can Boada Vell, 75 parcel·les que posa a disposició dels veïns agraciats, els quals les podran utilitzar durant 3 anys amb la possibilitat de prorrogar el dret d'ús un any més. A l'acte es va dur a terme a Can Cortès el passat dia 29 d'octubre. Fou presidit per l'alcalde de Palau, Teresa Padrós i la regidora de Medi Natural i Gestió Ambiental, Luisa Fernández i van assistir-hi una trentena de persones. Els noms dels agraciats, 75 dels 78 sol·licitants, no es poden fer públics per complir amb la llei de protecció de dades. S'identifiquen a l'anunci oficial del resultat del sorteig amb les quatre darreres xifres i la lletra del DNI.

Els tres sol·licitants que no van poder accedir a una parcel·la restaran en llista d'espera. Si algú dels agraciats no vol fer efectiu o renuncia al seu dret d'ús i/o algú dels agraciats no compleix els requisits establerts en el reglament d'us dels horts municipals, serien aquests els que optarien a les places/parcel·les que quedessin lliures. Per exemple, un dels requisits que han de complir els agraciats és satisfer la fiança de 50€ abans del 24 de novembre. Els/les que no realitzin aquest ingrés passat el termini perdran el dret d'ús.

Instal·lacions reformades i adaptades de l'escola municipal d'adults

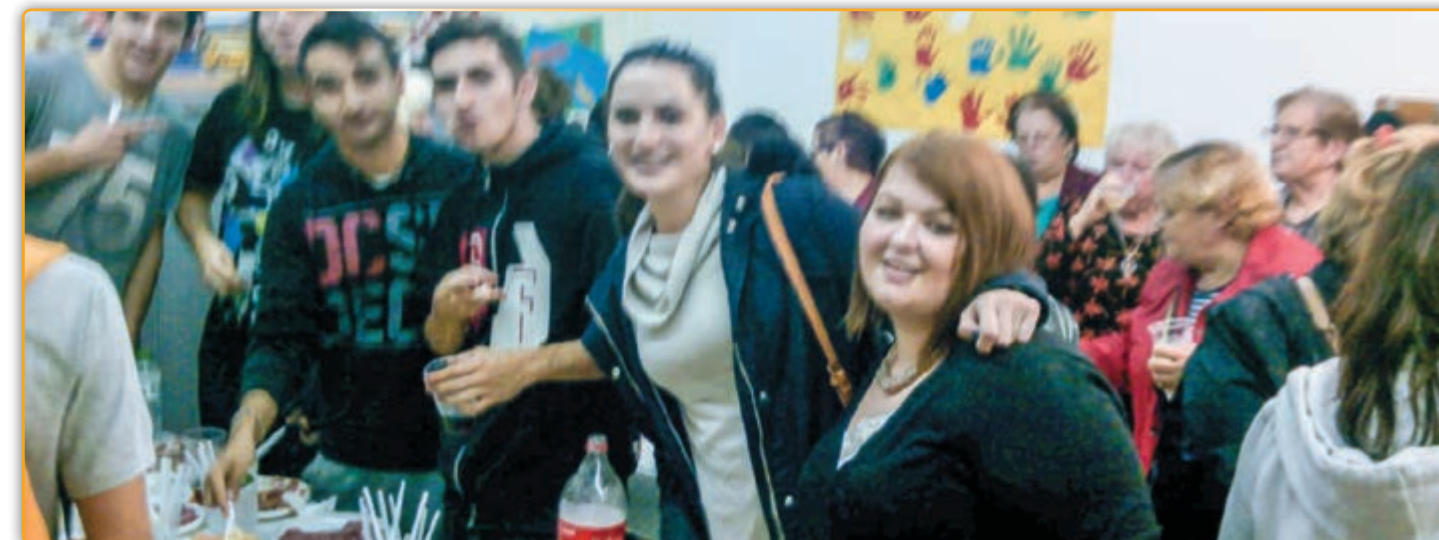
Malgrat que les obres es van dur a terme a finals de l'estiu i que les classes es van iniciar fa quelcom més d'un mes, el dia 27 d'octubre es va celebrar un acte de presentació de les instal·lacions reformades i adaptades de l'escola municipal d'adults. Un acte presidit per l'alcalde de Palau, Teresa Padrós, al que van assistir-hi mig centenar de persones, la majoria alumnes actuals i també de cursos anteriors que van mostrar en tot moment de manera ostensible la seva satisfacció respecte al seu pas pel centre. L'alcalde també va aprofitar el seu discurs per destacar la tasca dels professors. «Us agraïm moltíssim la feina que feu per millorar el nostre poble i per ajudar a que les persones tinguin més possibilitats en la vida», va dir Padrós dirigint-se a ells.

Els alumnes més joves, hi ha alumnes de totes les generacions, fins i tot van deixar palesa la bona relació que els uneix amb els seus professors com van demostrar amb la Pilar Trapero i l'Antonio Sánchez. Aquests dos professors són els que imparteixen les classes als 145 alumnes que enguany estan matriculats a l'escola per adults. El centre, ubicat al carrer Dom Bosc/carrer Colom, ha estat profundament reformat aquest estiu. S'ha fet una nova entrada i s'ha adaptat per a les persones amb mobilitat reduïda.



• Teresa Padrós a la presentació de la inauguració.

També s'han fet noves finestres i s'ha millorat l'aïllament tèrmic i la climatització de les dues aules. S'ha renovat el 90% de la instal·lació elèctrica així com el mobiliari. L'obra de reforma ha comptat amb un pressupost de 24.416,71€.



• Celebració a la presentació de l'escola d'adults.

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

el camí PSICOLOGIA · REFORÇ ESCOLAR · LOGOPÈDIA

Promoció d'estiu

PER A TOTS
ELS NIVELLS

CLUB D'ESTUDI

PER A NENS I JOVES DE PRIMÀRIA, SECUNDÀRIA I BATXILLERAT

Vine a fer el quadernet d'estiu i gaudeix de les teves vacances

T'ajudem a organitzar i preparar les matèries pendents

CLASSES DE REFORÇ

INDIVIDUALITZADES I TÈCNiques D'ESTUDI

MILLORA

DE MANERA ESPECÍFICA I DIVERTIDA ALLÒ QUE MÉS ET COSTA:

CLUB PRELECTOR
Per a nens de 4 a 5 anys que s'han iniciat amb la lectura.

CLUB LECTOR
Per a nens a partir de 6 anys, on es millora la velocitat i mecànica lectora; alhora fomentem la comprensió.

CLUB DE MATES
Millorar la mecànica de les operacions i el raonament dels problemes.

CLUB D'ORTOGRAFIA
Eines per millorar les normes ortogràfiques en català i castellà.

Inscripció oberta

MATRÍCULA GRATUÏTA

93 186 99 39 elcami@copc.cat
C/ Don Bosco n° 2, local 4 - Palau Solità i Plegamans

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

Omplen de moniatos la nova pista coberta



• La pista coberta plena a la festa castanyera.

Tot i que aquell dia no era un dia plujós i que la tarda d'aquell dissabte no era gaire freda, per primera vegada, la festa castanyera i mostra de moniatos disfressats d'enguany es va desenvolupar a la pista coberta del pavelló d'esport. Fou la 21a edició d'aquesta celebració en la que participen els/les escolars de les diferents escoles bressol i de primària

de la vila. Tots plegats van mostrar els seus moniatos disfressats, en total la gens desdenyable xifra de 661 peces o 661 creacions en que havia desembocat la imaginació individual en forma d'obra d'art.

A l'exposició hi havia dinosaures, personatges de dibuixos animats, animals de tota mena, vehicles... Va quedar palès que un moniato pot ser qualsevol cosa que es pugui imaginar. Perquè les figuretes finals exposades estaven realitzades amb producte base, el moniato, al que s'havia donat qualsevol forma en funció de la imaginació i creativitat dels nois i noies que hi participaven, els quals, al final de la festa van rebre un obsequi dels organitzadors com mostra i reconeixement a la seva participació, espontaneïtat i solidaritat.

La mostra també va estar farcida amb altres activitats i iniciatives.

Cal esmentar la duta a terme pels Deixebles del Dimoni de la Pedra Llarga, que van aportar les tradicionals castanyes i el moscatell per regar-les una mica. Van torrar 180 quilos del preuat producte estrella d'aquell dia i es va veure 35 litres de moscatell.

Per arrodonir tot plegat en una festa cal alguna cosa que ho lligui tot. En aquest cas la música del grup d'animació infantil Ambäukatunàbia, que va fer ballar a tot el personal que va omplir la pista coberta.

Convocada una nova edició del Concurs de Dibuix Escolar

La Fundació d'Antigues Caixes Catalanes (FACC) i el Grup BBVA (BBVA i CX) han convocat el 35è Concurs BBVA de Dibuix Escolar, amb l'objectiu de servir d'estímul per desenvolupar les capacitats dels alumnes en l'àmbit del dibuix, a la vegada que es fomenta el gust per la lectura. A l'edició d'enguany, a més, els contes se centren en històries per aprendre a ser feliços, que parlen de l'autoestima, l'empatia, l'escolta activa i el món de les emocions.

Són sis contes escrits per Júlia Prunés Massaguer, escriptora especialitzada en educació emocional, que permetran a l'escola treballar amb els infants l'educació emocional, mentre es fomenta la creativitat en el dibuix i es potencia la lectura en català.

El Concurs BBVA de Dibuix Escolar, organitzat en col·laboració amb la Fundació Antiga Caixa Terrassa, s'adreça als alumnes de primària i d'educació especial d'escoles de tot Catalunya.

Les escoles opten a un suport econòmic en funció dels reconeixements obtinguts pels seus alumnes, amb l'objectiu de valorar també la tasca pedagògica realitzada des del centre. Els treballs premiats il·lustraran un nou llibre de contes de la col·lecció Concurs de Dibuix Escolar, publicats per Editorial Mediterrània.



• Dibuix de la Clàudia Salas.

SE TRASPASA

Bar-Restaurante

en la zona de La Sagrera-Can Riera

Negocio a pleno rendimiento
Traspaso muy económico

Interesados, llamar al teléfono

93 864 65 83

Preguntar per Jaume o Anna

TAXI de Palau-solità i Plegamans

617 378 035
XAVIER CAPARRÓS

93 864 98 38
Palau-solità i Plegamans

SERVEIS CONCERTATS I
LLARG RECORREGUT
SERVEIS PORT/AEROPORT
PAQUETERIA
EMPRESSES

COBRAMENT
AMB TARGETA
DE CRÈDIT
O EFECTIU

NOU TAXI COL·LECTIU D'1 A 8 PLACES

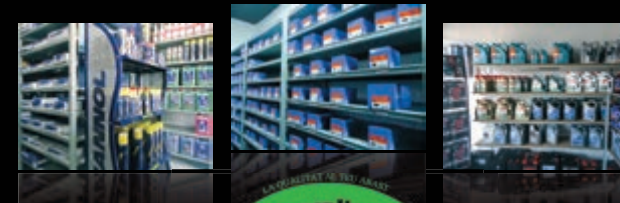


xaviercaparros1@gmail.com

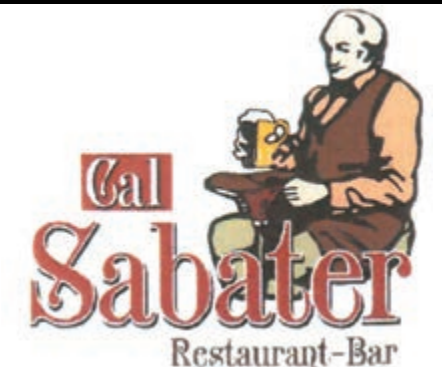


NOVA BOTIGA DE RECANVIS A PALAU

Tota classe de vehicles, camions i maquinària



Av. Catalunya, 176 • 08184 Palau-solità i Plegamans
recanvisnova@hotmail.com • Tel. 931 418 183 | 930 136 901



MENÚ DIARI amb postres i café

12€

També carta amb carn, peix i marisc
fresc d'Arenys de Mar
Xef Bokata, tapeo...

**Demana el nostre
menú "xiqueteo"**

Dinars d'empresa i familiars adaptats al
vostre pressupost

Avda. Catalunya, 206 • 08184 Palau-solità i Plegamans
Tel. 93 116 07 87 • calsabater@yahoo.es

El pròxim 24 serà l'últim dia per presentar-se al Concurs del cartell del Dia Mundial de la Sida

Aquelles persones que vulguin participar en el concurs en el que es decidirà el cartell que es farà servir en el Dia Mundial de la Sida 2016 al municipi palauenc, podran fer-ho fins aquest pròxim dia 24 de novembre, data límit que han triat els organitzadors per lliurar les propostes.

En el concurs podem prendre part amb edat compresa entre els 14 i 30 anys. Es poden presentar fins dues propostes que lliuraran a l'Espai Jove l'Escorxador, de dilluns a divendres, de 16 a 20h. Les obres es poden lliurar en suport cartró-ploma o en digital, en un CD.

Entre el 27 de novembre i el 4 de desembre es donarà a conèixer el cartell guanyador per a l'any vinent. Durant aquest període també s'hi faran activitats relacionades amb l'afecte i la sexualitat, la prevenció del VIH i altres infeccions de transmissió sexual.

El cartell guanyador de l'any passat, uns braços amb les mans agafades que simbolitzen el llaç vermell d'aquesta jornada de conscienciació, és el que es fa servir enguany per celebrar la Setmana Rodona.

CONCURS CARTELL PEL DIA MUNDIAL DE LA SIDA 2016

Data límit d'entrega de treballs el 24 de novembre

INFORMACIÓ I BASES A L'Espai Jove L'Escorxador

Ajuntament de Palau-solità i Plegamans | SALUDAT | www.palauplegamans.cat

• Cartell guanyador de l'edició anterior.

El comerç de Palau planta la botiga a la plaça

El passat diumenge, dia vuit d'octubre, les botigues palauenques van sortir novament al carrer, concretament a la Plaça de l'ajuntament i també al Parc Onze de Setembre. Acudien a la crida feta per l'associació de Comerciants L'Illa de Palau que organitzava una jornada per tal que les botigues que volguessin, exposessin els seus productes, els seus excedents al públic que va acudir a gaudir d'un dia de comerç al carrer.

I de bon tros que ho van aconseguir, en funció de la resposta assolida, tot i que en principi semblava que la climatologia no acompanyaria. El dia es va presentar envoltat d'una pesada boira que no presagiava res de bo. Però a mig matí tot va canviar i la boira va desaparèixer, donant pas a un dia de sol agradable que permetia realitzar una volta a tot el recinte utilitzat sense cap temor ni al fred, ni a la pluja. Al voltant d'una trentena de parades i un públic que va respondre a la crida després del canvi climatològic. Els resultats finals també van estar en consonància amb les expectatives i esperançadors de cara a dates venidores, especialment de cara a les festes de Nadal que ja estan a la cantonada i que s'iniciaran amb una altra mostra del comerç que es dura a terme a la mateixa zona del municipi en que s'ha desenvolupat aquesta primera mostra de La Botica a la Plaça que organitzava l'Associació de Comerciants L'Illa de Palau. Es tracta de la pròxima Fira de Santa Llúcia que organitza cada any la regidoria de Comerç.



• Gran nombre de vianants a l'edició d'enguany de la botiga al carrer.

OTD wheels
LLANDES I PNEUMÀTICS

TOT TIPUS NOUS I D'OCASIÓ

OFERTA ESPECIAL DEL MES

IVA i muntatge INCLOSOS

pneumàtics d'ocasió des de 25€, tot inclòs

Avda- Camí Reial 32 (nau 1)
Palau-solità i Plegamans 08184 BCN
Tels. 93 863 94 65 / 678 897 493
dtdneumaticos@hotmail.com • dtd-neumaticos.com

Assessoria & Gestoria Palau

Gestoria Administrativa Col·legiada Des de 1981

Gestió Integral per a societats, autònoms i particulars

- Assessorament Fiscal i Comptable
- Assessorament Laboral
- Assessorament Jurídic i Mercantil
- Trànsit i Transports
- Gestió Administrativa
- Legalització d'activitats

Associats a:

- Crowe Horwath
- Duran & Molins
- Finques Palau
- Fiscalitat Internacional
- Planificació i reestructuració de grups
- Assegurances Generals
- Estalvi i Pensions
- Servei financer - Inversions
- Hipòteques, Préstecs i Leasings
- Venda i Lloguer
- Administració de Lloguers
- Administració de Comunitats

Oficina Central: C/Sant Galdric, 23 93 864 56 51 Palau-solità i Plegamans

Oficina Comercial: Avda. Catalunya, 220 93 864 98 29 - 93 864 94 27 Palau-solità i Plegamans

30 anys al seu servei

www.gestoriapalau.es

Celler Ballbè
Vins, licors, fruites i verdures

Av. Catalunya, 214-216 - 08184 Palau-solità i Plegamans
T. 938 648 408
cellerballbe@hotmail.com - cellerballbe.com

nanos
moda i puericultura

Nova direcció !!
NOVES COL·LECCIONS TARDOR-HIVERN

Fem llistes de neixement

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

Es prepara ja la Fira de Santa Llúcia



• La fira de Santa Llúcia, l'any anterior.

Tot i que encara manca quasi un mes per a la data de la Fira de Santa Llúcia que, una vegada més, organitza la Regidoria de Comerç el segon cap de setmana del mes de desembre, la demanda i/o sol·licituds per disposar d'una de les parades que s'instal·laran al llarg dels carrers que circumden l'Ajuntament, s'ha disparat aquests darrers dies. La data per poder demanar un lloc presencial a la zona de vianants es tancarà el pròxim dia 27, darrer divendres d'aquest mes de novembre. Fins al dia de tancament d'aquesta revista en la passat cap de setmana, el nombre de peticions superava ja els quaranta, segons les xifres que disposava la regidoria. Una xifra que esperen augmenti fins

al mig centenar de parades, segons les previsions amb les que es treballem a la citada regidoria i que explica el seu regidor, Miquel Rovira.

Aquesta bona resposta està en línia amb la registrada en anteriors edicions, tot i que es detecta una lleugera presència de ciutadans autònoms i liberals que volen participar a la Fira. Amb la seva presència també col·laboraran a omplir de contingut la mostra al costat dels comerciants, entitats i escoles del municipi. En aquest aspecte presencial, els paradistes de qualsevol dels sectors en els que operen, veuen en l'esdeveniment un bon aparador per mostrar els seus productes i aprofiten l'oportunitat que els brinda aquesta fira per mostrar les seves ofertes.

Segons afegeix Rovira, Santa Llúcia d'enguany es fa coincidir també amb altres esdeveniments que ajudaran a incrementar el nombre de visitants, ja que son iniciatives que es complementen. A tall d'exemple, Rovira apunta els actes que es desenvoluparan en favor de la Marató de TV3 aquell mateix dia.

La mostra que es dura a terme el cap de setmana del 12/13 de desembre tindrà una distribució molt semblant a la de la darrera edició. Enguany però hi haurà menys jocs. El regidor afegeix que es potenciaran més les activitats i els tallers d'entreteniment dirigits al nens i nenes que vinguin a la Fira que, en certa manera, obre el període nadalenc al municipi.

Una vintena de persones acudeixen a la xerrada sobre l'ús dels medicaments

Un acte informatiu sobre l'ús dels medicaments que es va dur a terme a l'auditori de Can Cortès, especialment adreçada a la gent gran, va comptar amb una vintena d'assistents que estaven interessats en aquesta xerrada que havia organitzat l'Ajuntament, el Col·legi de Farmacèutics i l'Institut Català de la Salut. La xerrada ha anat a càrrec de dues farmacèutiques de la vila.

Carme Sanz, Tinenta d'Alcaldia i regidora de Gent Gran, va animar les assistents a exposar tots els dubtes que tinguessin al voltant d'aquest tema, perquè «sovint ens pensem que sabem quins medicaments ens van bé quan ens trobem malament, però els hem de prendre sempre sota la prescripció d'un professional», va comentat posant-se ella com exemple.



• Carme Sanz a la xerrada sobre l'ús dels medicaments.

Amb la tornada al «cole», una estoneta lliure tindràs. I, a «La Bruixeta», amb 3 €, d'un bon menú Esmorzar gaudiràs.



NO TANQUEM AL MIGDIA

I si fent dieta estàs, el nostre menú especial et menjaràs.

Cafè / Tallat / Cafè amb Llet / Canya

+

Mini Flautí / Super Biquini

3 €

Cafè / Tallat / Cafè amb Llet

+

Croissant Normal / Croissant Integral

2 €

GAUDEIX DE LES NOSTRES PASTES I D'UN PA DELICIÓS

📍 Sant Miquel, 40 (al costat de l'Escola Marínada) • 08184 Palau-solità i Plegamans
Telèfons per a comandes: 649 413 931 - 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
- Elaboració de pressupostos sense compromís
- Reparació ràpides de rascades i bonys menors
- Préstec de vehicle de substitució gratuït amb cita prèvia
- Recollida i lliurament de vehicle a domicili



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

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

Intensa activitat de l'Associació Pessebrista

Resten poques setmanes per inaugurar la 33ena. Exposició de diorames a Can Malla. Tots els pessebristes estem treballant amb tota la intensitat, tant des d'un punt de vista individual per enllestir cadascú el propi diorama, però sobretot des del punt de vista col·lectiu en que es treballa, no tan sols per fer que l'exposició sigui un gran èxit de acceptació, sinó també, en tot el seguit d'activitats complementàries que farem els propers dos mesos i que detallarem al final.

Ara mateix l'activitat es centra en acabar el curset de l'Escola de Pessebrisme, la preparació de diorames per a altres entitats, tant de Palau-solità i Plegamans com de fora del municipi, en una nova publicació del Grèvol que serà la 24ena i en tot un seguit de novetats a Can Malla que tenim previstes també de cara a l'inauguració de l'exposició.

També estem preparant el Patge reial i el Tió a Can Malla i, com cada any, la botifarrada i el brou de la vigília de Reis que fem a Can Cortés.

Properes activitats

Dimecres Pessebrista:

«Obrim Can Malla per gaudir i informar» (tots els dimecres, excepte festius, de 18:30 a 20:00)

Inauguració de la 33a Exposició de Pessebres: Diumenge 13 de desembre:

- a 2/4 de 12 Inauguració Oficial
Presentació del nº 24 del butlletí «El Grèvol»
- a les 12 Visita a les exposicions
Ballada de Sardanes
- a l'1 Aperitiu

Estarà oberta fins diumenge dia 17 de gener.

Horaris d'Obertura : Dissabtes de 17 a 20,30 i Diumenges i Festius de 12 a 14 i de 17 a 20,30

Nadal 25, de 12 a 2 del migdia **Tió** a Can Malla

Gener 2015

- Dissabte 2, de 5 a 7 de la tarda **Patge Real** a Can Malla
- Diumenge 3, de 12 a 2 del migdia **Patge Real** a Can Malla
- Dilluns 4, de 5 a 7 de la tarda **Patge Real** a Can Malla

Vigília de Reis 5, a partir de les 7 del vespre,

- Festa de la Vigília de Reis per rebre la Cavalcada
- Brou gratuït per a tothom.
- Botifarra amb pa amb tomàquet i tragueta de vi (3,50€)

Diumenge 17, al Matí: Sortida a Caldes de Montbui amb la carrossa

Per a informar-vos d'aquestes activitats ho podeu fer contactant per correu electrònic «pessebrepalau@gmail.com», o passant per Can Malla el dimecres entre 2/4 de 7 i 8 de la tarda.

Per a saber totes les activitats que fem habitualment, també poden entrar a la nostra pàgina web: www.pessebrepalau.cat.

Curs per treballar com a auxiliar d'educació especial

Des d'aquest cap de setmana i fins al del 5 de novembre es desenvoluparà un curs d'auxiliar d'educació especial, professió també coneguda com a vetllador o vetlladora, per a joves de edats compreses entre els 18 i 29 anys. El curs té un preu de 10€ i es realitzarà de forma intensiva durant aquests caps de setmana al citat Espai Jove l'Escorxador.

Per poder prendre part en el mateix, caldrà inscriure-s'hi abans a joventut@palauplegamans.cat o presencialment, de dilluns a divendres, de 16 a 20h, a l'Escorxador.

El regidor de joventut, Marc Sanabria convida «els/les joves que tenen interès en treballar en l'àmbit de l'educació a aprofitar aquest curs». De fet, aquesta formació habilita per treballar en l'acompanyament educatiu d'infants i joves que tinguin necessitats especials, ja sigui per limitacions físiques o psíquiques.

La durada del curs és de 40 hores. Les sessions es realitzen els dissabtes (de 10 a 14h i de 15.30 a 19.30h) i diumenges (de 10 a 14h) entre el 14 de novembre i el 5 de desembre, a l'Escola Josep M. Folch i Torres. Els continguts són els següents: Pedagogia diferencial, Educació emocional, L'autonomia, La importància d'allò quotidià. Estratègies de comunicació amb infants. Activitats i recursos.

Grup Gippsa
informàtica | jocs i consoles
formació | copisteria
gràfic | gràfics

C/Secretari Gil, 8 • 08184 Palau-solità i Plegamans
T. 938 648 175 • F. 938 646 168
gippsa@gippsa.com • www.gippsa.com

L'ALZINA

Gaudeix del nostre web !!

Entra a

www.alzinapalau.com

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

Entra-hi !!

el **Sobrinó**
del Diabolo
en CONCERT



**TOT EL QUE SEMPRE HAS VOLGUT SABER DE
SEXUALITAT I MAI T'HAS ATREVIT A PREGUNTAR**

**Divendres 20 de novembre
a Les 22H
A l'Espai Jove l'Escorxador**



Ajuntament de
**Palau-solità
i Plegamans**



Palau-solità i Plegamans!



www.palauplegamans.cat

Mort en David Abascal i Abascal



• David Abascal, segon per l'esquerra, en el decurs de la darrera junta de la Penya Barcelonista de Palau.

El passat dia 30 d'octubre va morir en David Abascal i Abascal després de patir una llarga infermetat que finalment no va poder superar. Abascal havia estat una persona entranyable i estimada per la seva participació en diverses entitats, especialment esportives. És el cas del Futbol Club Palau i de la Penya Barcelonista de Palau, entitat aquesta darrera de la que era encara membre de la seva junta rectora.

La família Abascal era, és força coneguda al municipi. Per exemple, la seva esposa, la Rosario «Charo» havia estat professora durant llargs anys en centres escolars de Palau i, en conseqüència ha estat la «señor» de molts/moltes escolars/res del poble, ara palauencs i palauenques adults. Un dels seus filla, en David Abascal fou regidor durant la passada legislatura, entre altres, de Comunicació i d'Hisenda a l'Ajuntament de Palau.

Carta pública de la Penya

A dia d'avui, ens ha deixat, a l'edat de 77 anys, el nostre secretari, amic, soci fundador de la penya, gran barcelonista i gran persona en David Abascal i Abascal. Una forta abraçada i un gran sentiment a la seva família, la seva esposa Rosario, els seus fills David, Eloi, M^{ra} Pau i Esperanza, els nets i la resta de la família. Sempre et recordarem amic David, com a persona, com a barcelonista pels quatre costats i, sobre tot, per totes les bones estones que hem passat junts veient el barça i fen barcelonisme al camp, veient-ho per televisió o en els desplaçaments. Descansa en pau.

Minut de silenci del FC Palau

En el mateix sentit, des del Club de Futbol Palau han fet extensiu el seu condol pel que ha estat un element significatiu de l'entitat esportiva. Actualment, en David Abascal era un dels socis més antics del Club de futbol. Tenia el número 36.

El passat diumenge, dia vuit de novembre, es va dur a terme un minut de silenci abans de l'inici del partit entre el Palau i el Palautordera en la seva memòria.

El F. C. Palau es retroba amb la victòria

Després de patir cinc derrotes consecutives, algunes d'elles força greus, el passat diumenge, dia vuit el F. C. Palau s'ha tornat a retrobar amb la victòria. Ho va fer al camp Francesc Serracanta guanyant el partit que l'enfrontava a un equip classificat al mig de la taula, el Palautordera.

De totes maneres, no ho van tenir gaire fàcil els nois que entrenen en Giménez i Duran. Ni jugadors, ni espectadors van poder respirar satisfets fins al final de l'encontre, ja que el gol no arribaria fins al darrer minut de joc, bé, de fet, ja s'havia exhaurit el temps reglamentari, tot i que el col·legiat va decidir que era el minut 89 del partit el moment en que marcaria el jugador del Palau, Jordi Fernández, l'únic gol de l'encontre. Fins aleshores tothom donava ja l'empat com resultat final. Cal remarcar també que el Palautordera va acabar l'encontre amb nou jugadors. Els altres tres foren expulsats, així com un auxiliar i

l'entrenador.

Amb aquesta victòria, el Palau trenca amb aquella dinàmica que l'havia dut a encadenar cinc derrotes consecutives que l'han dut al mig de la taula. L'equip palauenc enregistra un balanç de quatre victòries, un empat i cinc derrotes quan s'han disputat 10 jornades de la present temporada. El conjunt d'en Duran ocupa el lloc 11 de la classificació del novè grup de la tercera catalana en el que milita.



• Contents per la victòria els joves del F. C. Palau.

Restaurant
Masia Julià



C-59Z Km 5,4
Palau-solità i Plegamans

Buffet especial Nadals

Menús empreses
11, 12, 18 i 19 de desembre amb ball

Buffet Especial
Nadal i
Cap d'Any

Dies 25, 26
de desembre
i 1 de gener

35€

Gran sopar amb
Ball
Cap d'any

Begudes i
cafès inclosos
Places limitades
Reserva ja!

75€

93 864 49 37
masiajulia.com

RESTAURANT



MENÚS PER A DINARS
I SOPARS D'EMPRESA

Av. Folch i Torres, 8 · 08184 PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS
Reserves: **93 863 94 70 / 625 474 896**
marianocanfalgura@hotmail.com

Facilitat d'aparcament
per a cotxes i ciclistes
Zona reservada per a les
seves bicicletes

**Menús especials pels dies de Sant Esteve,
dia 1 de gener i 6, dia de Reis**

T'hi esperem!!

Obert de dimecres a diumenge migdia,
divendres i dissabte nits.
Dilluns i dimarts tancat.

Segueix-nos a Facebook:
www.facebook.com/RestaurantCanFalguera

El torneig de la Senyera els dies 5, 6 i 7 de desembre



• Els participants al torneig de l'any anterior.

Durant els dies 5, 6 i 7 del pròxim mes de desembre es desenvoluparà per segon any consecutiu el torneig de la Senyera Cup, un torneig en el que els responsables del Palau com entitat organitzadora, esperen que responguin afirmativament un gran nombre d'entitats esportives amb equips que porten una equipació amb la samarreta quadribarrada groga i vermella. Les expectatives de moment son altes. Els organitzadors ja tenen la confirmació de les primeres entitats, tot i que esperen superar el nombre de l'any passat en que van prendre part 15 entitats. Algunes d'aquestes entitats esportives son conegudes pel seu historial esportiu i altres ho son per proximitat. Entre elles podem citar algunes com Argentona, Escola Premier de BCN, Manlleu, Tona, Tordera, Sant Esteve de Sesrovires... Al dia d'avui però encara no se sap amb exactitud el nombre de club o entitats esportives que respondran afirmativament. Els organitzadors calculen que al llarg dels tres dies en que es desenvoluparà el torneig, es podrien arribar a disputar mes de 50 partits. Els encontres es jugaran en base a normes de futbol set i tindran una durada de cada partit serà d'una sola part de 25 minuts. S'ha de tenir present que son varies les categories i els equips que hi participaran per cada entitat que accepti la invitació. Les categories a les que es dirigeix son Infantils, Benjamis i Alevins.

Conveni entre el F. C. Palau i la U.D. Las Palmas



• La pilota signada pels jugadors.

Els dirigents de la Unió Esportiva Las Palmas i del FC Palau han signat un principi d'acord entre les dues entitats esportives per potenciar i realitzar intercanvis i estades esportives a les dues localitats. L'intercanvi serà dels jugadors i/o d'equips que participen en els diferents tornejos que organitzin les dues entitats a la Setmana Santa del pròxim any. La part que manca per materialitzar és la referent a l'estada dels pares o acompanyants del jugadors. S'està treballant en l'obtenció d'algun paquet econòmicament atractiu per tancar la iniciativa. A l'hora de signar l'acord, els jugadors del primer equip de la U.D. Las Palmas van signar tots una pilota del Palau com a record. Entre els jugadors, també el número 21, J. Carlos Valeron, el gran centrecampista, probablement l'avi de la primera divisió en aquests moments.

El F. S. Palau s'enfronta al C. N. Sabadell la setmana pròxima



• El F. S. Palau Senior A.

El juvenil del F. S. Palau encara la temporada amb optimisme



• Peu de foto.

Després de l'ascens de categoria assolit la temporada passada, l'equip juvenil del F.S. Palau afronta aquesta lliga a la Primera Divisió Catalana amb forces esperances i moltes expectatives. De moment i després de quatre partits disputats, el balanç és esperançador amb un total de tres victòries i una derrota. Directius i jugadors tenen per endavant un objectiu ambiciós. I aquest no és una altre que l'ascens de categoria. Un ascens per segon any consecutiu que els situaria a la Divisió d'Honor Catalana, una fita que no és impossible, tot i que encara som al principi de la temporada i la majoria d'equips que integren el grup encara no han mostrat el seu potencial, matitzen els directius de l'entitat en un acte de realisme. L'equip està dirigit pel tècnic Manel Rodríguez. Aquesta és la seva segona temporada al cap davant del conjunt palauenc, temporada en la que s'ha incorporat L'Andreu Garcia com a segon entrenador.

L'equip de futbol sala masculí del Palau va caure derrotat el passat diumenge a la pista del F.S. Cardedeu. Amb aquesta derrota, els nois dirigits pel tècnic Carlos Cachuelo que juguen a la primera divisió catalana, han caigut fins al setè lloc de la taula de classificació.

L'equip que han configurat enguany els dirigents del Palau, és un conjunt integrat per una immensa majoria de nois/ies nascuts/des o vivint a Palau. L'objectiu que s'ha proposat la directiva de l'entitat és la d'assolir l'ascens de categoria i així poder competir el pròxim any amb jugadors de la Divisió d'Honor, categoria que van perdre la temporada passada.

La pròxima jornada de lliga, el palau, amb una victòria, tindria l'oportunitat de rescabalar-se de la derrota soferta aquest cap de setmana passat davant el Cardedeu. El seu oponent serà precisament un dels equips que, a priori i pel seu historial esportiu, passarà per sobre de l'equip palauenc, donada la historia i l'anomenada de l'entitat de la que forma part, El Club Natació Sabadell. Amb tot i per altra banda, jugar amb un equip així també motiva més, ja que una victòria a domicili amb un equip «amb pedregri» ajuda a agafar força i il·lusió per afrontar la resta de la temporada.

REFORMAS y REHABILITACIÓN

- de naves y viviendas, baños, cocinas...
- divisiones de obra, pladur...
- pintura en general

PRESUPUESTO SIN COMPROMISO
PRECIOS ECONÓMICOS

686 677 902
Ramón

GUBER

Guber Catalunya Serveis, S.L.

SERVEIS PROFESSIONALS DE NETEJA
CONSULTORIA DE RECURSOS HUMANS
SELECCIÓ DE PERSONAL

C/ Secretari Gil, 4 • 08184 Palau-solità i Plegamans
Tel. 938 644 858 • Fax 938 646 168
guber@gubercatalunyaserveis.com
www.gubercatalunyaserveis.com



El Palau femení de Futbol Sala marca 11 gols en un partit



• L'equip Senior femení A del F. S. Palau.

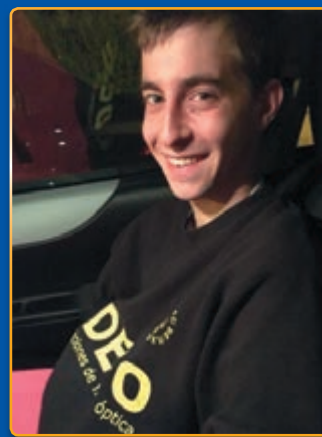
L'equip femení de futbol sala del Palau va confirmar aquest darrer cap de setmana el canvi que havia experimentat des de fa dues setmanes en que s'havia retrobat amb la victòria. I ho va fer endossant la gens desdenyable xifra de 11 gols que va endossar a l'equip de Santvicentí Atlètic. L'equip palauenc, dirigit pel tècnic Isaac Titi Ordoñez, sembla que s'ha assentat sobre la pista i que ha guanyat confiança. De moment, si que es veu una cosa clara. L'equip ha anat de menys a més i les dues derrotes amb que va iniciar la campanya actual, han quedat esmenades amb altres dues victòries consecutives, la darrera, aquesta del passat diumenge, de manera contundent.

LOCAL EN LLOGUER

90m2 ZONA CAPRABO
350.€/mes

676 45 46 30 / 669 38 04 77

Ànims, David



Des del Club ACB Palau volem mostrar tot el nostre suport i transmetre ànims al nostre entrenador de l'equip l'infantil femení i jugador del Sots-25, David Soler Mullor, ja que el passat dia 30 d'octubre va tenir un accident i per aquesta causa estarà un període de temps sense poder jugar amb el seu equip.

Per altra banda i en l'aspecte merament esportiu, el club ACB Palau està satisfet de com s'està desenvolupant la temporada en els diferents àmbits. En el tema esportiu per la entrega de jugadors i entrenadors i en el social pel recolzament que rebem dels pares i mares i per la seva involucració en aquest projecte.

Ànims David i gràcies a tots.

«Juga al basquet, juga amb l'ACB Palau»

▶▶▶ Gimnàstica per a la columna vertebral

Exercici 28



Objectiu: Estirament forçat de la musculatura posterior de l'esquena i cames.

Posició inicial: Ens col·loquem estirats al terra amb les cames enlaire recolzades a la paret, i les mans enllaçades col·locades al clatell. El cul ens ha de quedar tocant a la paret i al terra simultàniament.

Execució: Consisteix en realitzar 4 moviments simultàniament:

- Prémer la panxa contra el terra, notant que fem força amb les lumbar contra el terra.
- Prémer els genolls contra la paret.
- Tirar la punta dels dits pel peu cap al terra.
- Pujar el cap, amb la força dels braços com si diguéssim que sí. Ajuntant els colzes.

Duració: Mantenir 10 segons. 3 Vegades.

Exercici 29



Objectiu: Estirament forçat de la musculatura paravertebral del raquis, sobretot de la zona cervical.

Posició inicial: Ens col·loquem estirats al terra amb les cames doblegades i la planta del peu recolzada a la paret, i les mans enllaçades col·locades al clatell. El cul ens ha de quedar tocant a la paret i al terra simultàniament.

Execució: Aixecar el cap, amb la força dels braços, intentant que colzes i genolls es toquin. Coses a tenir en compte:

- No aixecar el cul del terra.
- Mantenir els colzes junts.
- No aixecar les espatlles del terra.

Duració: Mantenir 10 segons. 3 Vegades.

Exercici 30



Objectiu: Estirament de tota una cadena muscular: bíceps, pectoral, paravertebral raquidi, quadrat lumbar i glutis.

Si es nota l'estirament en altres zones del cos, voldrà dir que aquell múscul està escurçat i necessita de l'estirament.

Posició inicial: Estirats al terra amb les cames doblegades i la planta del peu recolzada a la paret, el cul ha de quedar tocant a la paret i al terra simultàniament.

Col·loquem els braços en creu i el palmell de la mà enlaire.

Execució: Realitzarem l'exercici ens tres moviments:

- Girem el cap a la dreta, sense baixar la barbata.
- Moure els peus cap a l'esquerre, mantenint la planta dels peus plana a la paret. Aproximar els genolls al màxim al terra.
- Col·locar la mà esquerra sobre dels genolls i fem força per apropar-los al terra.

- Procurar no moure la mà dreta del terra.
- Duració:** Mantenir 10 segons. 3 vegades cap a cada costat. Si patim d'hèrnia discal, s'ha de vigilar quan es realitza o demanar consell al nostre fisioterapeuta.

Exercici 31



Objectiu: Tonificació de la zona abdominal i tota l'extremitat inferior (quadríceps, glutis, isquiotibial). També podem notar tensió a la zona dorsal.

Posició inicial: Ens col·loquem estirats al terra amb les cames doblegades i la planta del peu recolzada a la paret, el cul ha de tocar a la paret i al terra simultàniament.

Execució: Sense moure els peus, aixecar el cul al màxim possible.

Duració: Mantenir 10 segons. 3 vegades.

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
Il·lustracions: **Míriam Fabregat Samper**

Palau
CENTRE DE FISIOTERÀPIA

Preu especial
a majors
de 65 anys

La teva salut en bones mans

- Fisioteràpia i Rehabilitació
- Massatge teràpèutic i esportiu
- Acupuntura
- Punsió seca
- Kinesiotaping
- Gimnàstica Correctiva

C/Barcelona, 5-7, 1r 1ª 08184 Palau-solità i Plegamans Horari de dilluns a divendres de 9 a 14 i de 15 a 20.

Tel i Fax. 93 864 46 94

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
TAXI CAPARRÒS	617 378 035
Radio Taxi	93 864 90 35
(Palau-Mollet)	93 593 74 01

Agenda Cultural • NOVEMBRE

DIMECRES 11
8h | Casal de la Gent Gran. Masia de Can Cortès
Sorrida: Manresa Monumental i Parc de l'Agulla
Dia de pagament: 3 de novembre
Preu: 44€

DIVENDRES 13
22h | Teatre de la Vila
Programació Estable de Teatre.
L'alè de la vida a càrrec de la Cia. Q-ARS Teatre. Preu de l'entrada 12€ i descomptes especials. Venda anticipada: Masia de Can Cortès (a partir del dilluns 9 de novembre, de 16 a 21 h).
Organitza: Ajuntament de Palau-solità i Plegamans amb el suport de la Diputació de Barcelona i la Generalitat de Catalunya

DISSABTE 14 i DIUMENGE 15
10h | Plaça de la Vila i zona vianants
Fira Internacional del Formatge. Horari de 10 a 21h. Programes a part.
Organitza: Ajuntament de Palau-solità i Plegamans

DIUMENGE 15
12h | Teatre de la Vila
Espectacle familiar. L'avi Tonet a càrrec de Jordi del Rio. Venda anticipada d'entrades una hora abans de l'inici de l'espectacle.
Preu: 6€
Organitza: Associació Local La Xarxa amb la col·laboració de l'Ajuntament, la Diputació de Barcelona i la Generalitat de Catalunya

DIMECRES 18
17.30h | Masia de Can Cortès
L'Hora del Conte. Rates i ratolins...no fan por! A càrrec d'Helena Costa (nens/nenes de 3 a 9 anys).
Organitza: Biblioteca Municipal

DIVENDRES 20
20h | Masia de Can Cortès
Club de lectura juvenil. La selecció de Kiera Cass
Organitza: Associació Taller de les Arts amb la col·laboració de la Biblioteca Municipal

20h | Restaurant l'Agustina
Pa amb tomàquet cultural. Presentació revista Quatrepins núm. 36. Col·loqui amb Ramon Folch i Camarasa, presentat per Oriol Izquierdo, Sopar-còctel. Reserves fins al dia 14 de novembre al tel. 693554495 o quatrepins@gmail.com Places limitades.
Organitza: Associació Cultural Quatrepins

DISSABTE 21
17.30h | Sala Polivalent
Ball de Tarda
Preu: 3€ (socius 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

DISSABTE 22
18.30h | Teatre de la Vila
L'Escotilló. Mostra de Teatre Amateur: Panorama des del Pont. A càrrec del Grup Casino de Caldes de Montbui.
Preu de l'entrada 5€.
Organitza: Agrupació Teatral Farrigo-Farrago

19h | Castell de Plegamans
Concert de Santa Cecília. Obres de Mozart, Gounod, Puccini, Rossini i Donizetti a càrrec de Beatriz Jiménez i Marc Pujol, acompanyats al piano per Ricardo Estrada.
Organitza: Amics de la Música Clàssica i Escola Municipal de Música de l'Ajuntament de Palau-solità i Plegamans

DILLUNS 23
18h | Masia de Can Cortès
Setmana contra el maltractament a les dones. Teatre Fòrum: Violència, agressivitat i el valor de la tendresa a càrrec de Juan Camerana, pedagog, pallasso. Acte públic.
Organitza: Associació Dones per les Dones

DIMECRES 25
8h | Casal de la Gent Gran. Masia de Can Cortès
Sorrida: Montblanc Medieval
Preu: 15€

18h | Masia de Can Cortès
Setmana contra el maltractament a les dones. Cine Fòrum: Solas. Acte públic.
Organitza: Ass. Dones per les Dones

DIJOUS 26
20h | Masia de Can Cortès
Club de Lectura Llegint-te. La pall freda d'Albert Sánchez Piñol.
Organitza: Associació Taller de les Arts amb la col·laboració de la Biblioteca Municipal

DIVENDRES 27
22h | Teatre de la Vila
Programació Estable de Teatre.
L'efecte a càrrec de la Cia. Sixto Paz Produccions. Preu de l'entrada 12€ i descomptes especials. Venda anticipada: Masia de Can Cortès (a partir del dilluns 23 de novembre, de 16 a 21h).
Organitza: Ajuntament de Palau-solità i Plegamans amb el suport de la Diputació de Barcelona i la Generalitat de Catalunya

DESEMBRE

DIVENDRES 4
22h | Teatre de la Vila
Programació Estable de Teatre.
Tortugues, la desacceleració de les partícules a càrrec de la Cia. Flyhard Teatre. Preu de l'entrada 12€ i descomptes especials. Venda anticipada: Masia de Can Cortès (a partir del dilluns 30 de novembre, de 16 a 21h).
Organitza: Ajuntament de Palau-solità i Plegamans amb el suport de la Diputació de Barcelona i la Generalitat de Catalunya

Cursos

Escola de pessebrisme
Divendres, del 18 de setembre al 27 de novembre
De 17.30 a 20h als Tallers de Can Malla
Organitza: Associació Pessebrista de Palau-solità i Plegamans

Curset de sardanes: tardor - hivern
Dissabtes, 21 de novembre (un cop al mes)
De 18 a 19.30h a la Sala Multiusos Ramon Casas i Carbó
Organitza: Agrupació Sardanista

Exposicions

Exposició de pintura
Del 13 al 27 de novembre
De dilluns a divendres: de 10 a 14h i de 16 a 22h, dissabte: de 10 a 14h a la Masia de Can Cortès
Organitza: Associació ACO Expressament

Convocatòries

Biblioteca municipal Especial: a la tardor, pluja, bolets, fulles...
Llibres i contes.
Racó creatiu: dibuixos, gomets i plastilina.

Obrim Can Malla per gaudir i informar
Tots els dimecres de 18.30 a 20 h
Organitza: Associació Pessebrista de Palau-solità i Plegamans



Coordinació
Abel García

Redactors i col·laboradors
Abel García
Mari Carmen Gutiérrez
Pep P.

Disseny/Maquetació/Web
Grafisme i Comunicació

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

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

Web
www.alzinapalau.com

Tel. 93 864 89 89

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 agraim 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.

25 de novembre

Dia Internacional per a l'eliminació de la violència envers les dones



Dilluns 23 de Novembre

A les 18h a l'Auditori de Can Cortès
TALLER "Violència, agressivitat i el valor de la tendresa" a càrrec del Teatre del Buit.
Organitza: Dones per les Dones

Dimarts 24 de Novembre

A les 18h a l'Auditori de Can Cortès
TALLER de creixement personal "Observar en lloc de veure" a càrrec de Kolam&Co.
Inscripcions a: 93 864 51 18 o a la web de KolamCo (<http://www.kolamco.com>)
Cal portar telèfon mòbil amb càmera fotogràfica o càmera, en cas de no tenir-ne fer-ho constar.

Dimecres 25 de Novembre

A les 12h a la Plaça de la Vila
LECTURA DE MANIFEST a càrrec de Montse Juny i Serra (membre de l'entitat Dones per les Dones) i **ACTUACIÓ MUSICAL** a càrrec de l'Escola de Música.

A les 18h a l'Auditori de Can Cortès

CINEFÒRUM "Solas"
Organitza: Dones per les Dones

Dijous 26 de Novembre

A les 18h a la plaça de la Plaça de la Vila
TARDA MUSICAL "No et quedis fred/a davant la violència masclista (porta la teva manteta). El jovent actúa".

Divendres 27 de Novembre

A les 17h a l'Espai Jove l'Escorxador
PRESENTACIÓ DEL DÍPTIC "El control també es violència"
díptic creat per joves.

A les 17,30h a l'Espai Jove l'Escorxador
TALLER "Som iguals o diferents?" per a joves, a càrrec de l'entitat Safareig

Dimarts 23 de Novembre al Divendres 4 de Desembre

De 16 a 20h a l'Espai Jove Escorxador.
Exposició "Amor" cedida per la Diputació de Barcelona
Organitza: Ajuntament de Palau-solità i Plegamans

Altres actuacions

Campanya "Què no ens toquin un pèl" pregunta a la teva perruqueria o centre d'estètica habitual.
Obra de teatre "Toca de peus a terra" i "patis per la igualtat" en els centres d'educació secundària.
Taula rodona entre tècnics de l'Ajuntament per tractar el tema de la violència masclista (activitat tancada).



Ajuntament de **Palau-solità i Plegamans**





10è
Aniversari

Garman's

joiers

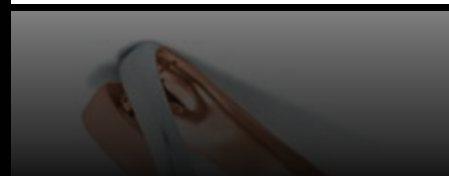
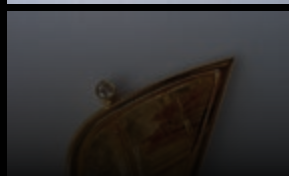


**TANQUEM TEMPORALMENT PER OBRES
LA NOSTRA BOTIGA**

Tornem la primera setmana de desembre amb més productes,
millors instal·lacions i molta il·lusió...



Aprofita l'ocasió i avança't al Nadal



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