



Emotiu homenatge a centenaris a Residencial Palau



El Director, la regidora i un familiar amb la Felisa Martínez.

Aquest dimecres dia 16, cinc persones residents al centre assistencial Residencial Palau van gaudir d'un emotiu homenatge per haver superat els 100 anys d'edat. Felisa Martínez Ripalda de 104 anys, Dolores Higuera Luque i Josefa Marco Suesta de 101 i María Blasco Azcona i José González Salgado de 100 anys, van rebre una medalla commemorativa personalitzada que atorga la Generalitat de Catalunya i un exemplar del llibre «Història del nostre temps», per part de l'Ajuntament. L'acte va aplegar un gran nombre de familiars i amics dels

homenatjats, els quals van rebre de mans de la regidora de la Gent Gran de l'Ajuntament, Carmen Sanz i del director del centre, Josep Lluís Monserrat, les medalles. José Luis Montserrat pare, director mèdic del centre va donar la benvinguda a tothom i va agrair la col·laboració de l'Ajuntament, la Generalitat i totes les persones implicades en l'homenatge. Per la seva banda, Sanz va manifestar que «amb aquest acte posem en valor l'experiència, l'aprenentatge i els coneixements acumulats i transmesos al llarg de tota una vida de més de 100 anys».

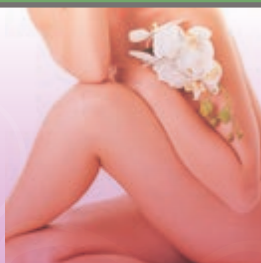
PALAU estètic

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

NOU TRACTAMENT Quantum Infinite Beauty

- Reactiva el rejuveniment natural de la teva pell
- Perd el volum, l'adipositat, la cel·lulitis d'una forma natural i no invasiva
- Redueix l'estrès i augmenta la teva energia de manera natural

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



Sumari

La **piscina** i l'arranjament de barris, prioritats dels ciutadans al procés dels pressupostos participatius
• pàg. 9

Iniciativa per millorar la **recollida** selectiva dels comerços palauencs (i d'altres pobles del Vallès)
• pàg. 12

Nou èxit esportiu i popular del **Moto Club** Palau amb la darrera cursa de la Copa **Derbi** Variant
• pàgs. 20-21

El pressupost municipal del 2018 que presentarà l'equip

L'equip de govern de l'Ajuntament de Palau presentarà el pròxim ple municipal que es durà a terme el darrer dijous d'aquest mes de novembre, un pressupost que marcarà les directrius econòmiques de l'exercici de l'any pròxim i que superarà els 16,84 milions d'euros. En funció d'aquesta xifra i de la resta de dades amb les que treballa la regidoria d'Economia de l'Ajuntament, la proposta que debatrà el ple municipal es podria qualificar, al menys quan a la xifra econòmica, com un pressupost continuista amb un lleuger augment del 0,36% respecte a l'any anterior (l'actual exercici) que és de 16,78 milions d'euros. Únicament 60.000€ més. De fet, els 16.841.000 euros és la xifra final amb la que treballen a la regidoria d'Economia de l'Ajuntament. El seu responsable, el regidor socialista Marc

Sanabria ha fet arribar l'esborrany amb les dades i les partides econòmiques quasi definitives a la resta de grups municipals del consistori, els grups que participen en el govern municipal i també els grups que foren part de l'oposició. Sanabria que també s'ha reunit amb els responsables de la majoria dels grups municipals creu que aquesta xifra serà la que marcarà les pautes de l'exercici del 2018, tot i que, segons apunta que «tampoc ha de ser necessàriament la definitiva». I és que, segons remarca el regidor, «estem oberts a incorporar aquells suggeriments i propostes que facin els companys dels grups de l'oposició, sempre que les seves propostes siguin positives per als palauencs i viables econòmicament». En justificació de la seva proposta, el regidor recorda però que el govern municipal i per extensió, l'Ajuntament, està molt condicionat per la llei de l'equilibri pressupostari. Amb tot afegeix que «estem oberts a dialogar i, si escau, a incorporar aquelles propostes o suggeriments que facin des de l'oposició (o des del govern)», assegura Sanabria. De moment i quasi amb tota probabilitat, aquesta és la xifra final que es presentarà i aprovarà definitivament el ple ordinari municipal, el qual es durà a terme el darrer dijous d'aquest mes de novembre. I és que, malgrat que el pressupost no està definitivament tancat, la majoria absoluta del govern municipal ho aprovarà i, si es consensua, afegirà alguna proposta/suggeriment de l'oposició abans d'aquell dijous, abans de presentar-ho al ple.

Despeses

La proposta del govern recull una xifra final, com hem dit abans, de 16,84 milions d'euros. El 39% de la qual (6,58 milions) correspon al capítol primer, és a dir, son les despeses que destina l'Ajuntament a sufragar els salaris del personal.

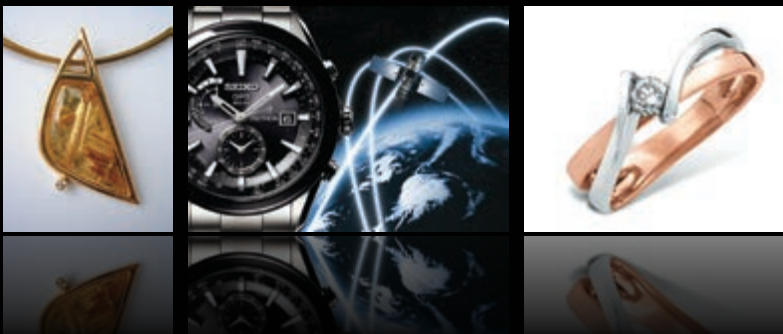
Aquesta partida, malgrat que ha disminuït en els darrers anys (a l'època/legislatura de l'alcalde de CiU, Mercè Pla havia arribat fins quasi el 45% del total), representa un percentatge elevat, perquè una part de les despeses de personal



NOVES INSTAL·LACIONS



NOUS PRODUCTES



Camí Reial, 110 • Palau-solità i P. • Tel. 93 864 62 09 [f](#) [t](#)

de govern supera els 16,8 milions d'euros

també es recull dintre del capítol dos (despeses de bens corrents i serveis). Aquest capítol que puja fins als 7,3 milions d'euros, representa el 43% del pressupost, un 1,9% més que aquest any 2016. Cal significar però, que les despeses de personal del capítol 1 tenen un increment zero, les despeses en transferències corrents baixen un 0,55% i que les despeses financeres cauen un 22,4%.

Inversions

Donat que les xifres que presentaran a la seva aprovació son molt semblants a les del pressupost d'enguany -el regidor argumenta que s'han de mantenir els paràmetres i directrius que marca la llei d'estabilitat pressupostària-, les possibilitats de realitzar noves iniciatives i/o grans inversions es redueixen de manera significativa. I és que, una vegada descomptades les partides destinades al manteniment dels serveis prestats als ciutadans, serveis socials, manteniment de la via pública, etc, la partida destinada a inversions reals és únicament 1.196.000 euros, 30.000€ més que la quantitat destinada aquest any 2016.

Segons les xifres amb les que treballa la regidoria, aquesta partida representa el 7,52% del total del pressupost i representa també un increment d'un 2,5% respecte a la xifra invertida enguany que pujava fins als 1.166.000 euros. És a dir, respecte a l'any 2016, la partida dedicada a inversions augmenta únicament 30.000€.

De les inversions previstes, cap d'elles es podria dir inversió estrella, perquè la principal inversió que es durà a terme el pròxim any ja era sabuda des de fa uns mesos. Es tracta de la construcció de la biblioteca que des del govern municipal volen realitzar per etapes o fases. El pressupost del proper exercici ja incorpora la despesa del projecte del nou equipament cultural i, segons els previsions amb les que treballen des del govern, podria rebre una partida al voltant de mig milió d'euros.

Hi ha però altres dues intervencions i/o iniciatives que es podrien destacar. Evidentment son molt més petites i d'un volum econòmic inferior a la partida destinada a la biblioteca. Una

d'elles està directament relacionada amb l'esmentat equipament cultural i de la qual també havien parlat ja en revistes anteriors, perquè és una conseqüència directa de la ubicació de la biblioteca a les pistes que actualment fa servir l'entitat esportiva de la petanca. La «invasió» de l'espai provoca la necessitat de cercar una nova ubicació i/o la construcció d'una nova zona esportiva dedicada al joc de la petanca i a les bitlles catalanes. Per això, el pressupost del pròxim any ja recull la corresponent partida pressupostària que ascendeix a 40.000€. I també relacionada amb el món de l'esport i l'esbarjo, hi ha una altra partida important recollida al pressupost. En aquest cas és una iniciativa dirigida al públic jove amb la construcció d'un nou Skate park. Hi ha una partida de 50.000€ destinada a tal fi.

NOELIA GIL
centre d'estètica & benestar

• NOU SISTEMA •
DE **FOTODEPILACIÓ**
(IPL i SHR)

Cames senceres

+

Engonals

+

Aixelles

115€



¡FOLLOW ME!



+ informació t. 93011 8492

C/Barcelona 18 · Palau-Solità i Plegamans

L'informatiu dels Palauencs

Novembre 2016 - Número 258

<http://palausolitaplegamans.socialistes.cat>



PROPOSEM CONGELAR TOTS ELS IMPOSTOS I GAIREBÉ TOTES LES TAXES MUNICIPALS AL 2017

El Ple de l'Ajuntament ha aprovat inicialment la proposta de congelar els impostos i la majoria de taxes per l'any 2017 amb l'objectiu de no incrementar la pressió fiscal a les famílies. És una proposta que alhora manté la capacitat econòmica i la liquiditat de l'Ajuntament per fer front als diversos projectes, serveis i inversions per millorar la vila.

Es congelen tots els impostos i la pràctica totalitat de taxes. L'objectiu és mantenir serveis i tirar endavant projectes sense augmentar la pressió fiscal



Es mantenen les bonificacions socials i les ajudes a les persones i famílies que ho necessiten



Hem de tenir en compte que un 54% dels ingressos de l'Ajuntament provenen dels impostos i juntament amb les taxes el 70% dels ingressos; que serviran per pagar els serveis, inversions i les millores a la vila



Fa uns anys que, en la mesura del possible, l'Ajuntament no ha incrementat les taxes i els impostos. Això és un dificultat perquè limita la capacitat de fer projectes, invertir i millorar serveis, però entenem que no toca incrementar-los tenint en compte el context econòmic que pateixen les famílies

SOBRE EL CODI ÈTIC DE L'AJUNTAMENT

En els últims dies han aparegut informacions sobre el procés d'aprovació del Codi Ètic de l'Ajuntament. L'acord de govern entre el PSC, CiU i Ganemos Palau incorporava un codi ètic a la seva signatura el 12 de juny de 2015. No obstant això, vàrem decidir consensuar-ne un amb les diferents forces polítiques. Paral·lelament, durant aquest any, el Consell Comarcal del Vallès Occidental ha redactat un Codi Ètic en una comissió de treball, la qual estava integrada per tots els partits i presidida per la CUP. Fruit d'aquest treball, es va arribar a consensuar un Codi aprovat unànimement per totes les forces (PSC, CiU, ERC, CUP, ICV, PP i C's), i es va recomanar als Ajuntaments a tenir-lo com a referència.

Des de Palau, aprofitant aquesta bona feina i la unanimitat aconseguida, vam proposar utilitzar aquest Codi i al mes de juliol, es va enviar una versió a tots els grups polítics del nostre municipi demanant el parer a tots ells i si no hi havia res a dir, seria aquesta la proposta que aniria al ple de setembre. La nostra sorpresa ve quan al setembre, després de gairebé dos mesos sense cap comentari al respecte, alguns grups de l'oposició ens reclamen temps per poder fer aportacions. Vam optar llavors per reunir-nos a principis d'octubre per cercar l'acord. I va ser en aquest punt quan es comencen a fer aportacions que desvirtuen totalment l'acord, trencant el consens al qual tots els partits van arribar al Consell Comarcal (cal recordar que alguns grups comarcals estan dirigits per regidors del nostre municipi). **Tot això ens fa preguntar si realment existeix una intenció d'arribar a un acord o si realment alguns partits a Palau estan jugant amb aquest tema** per no aprovar a Palau allò que sí havien votat a favor a la Comarca. Al PSC continuem tenint el focus en la nostra feina i en el nostre poble.

ÈXIT DE LA FIRA INTERNACIONAL DEL FORMATGE I EL VI



La segona edició Fira Internacional del Formatge i el Vi, que s'ha celebrat el cap de setmana del 12 i 13 de novembre ha estat un èxit pel que fa a la multitud que ha visitat el mercat i la nostra vila.

Durant tot el cap de setmana moltes persones s'han apropat al centre per passejar i gaudir de dos dies d'activitats per tota la família i productes de la terra, tant de proximitat com d'altres indrets del món. Agrair la participació, com sempre, d'entitats socials de Palau.

La nostra intenció és millorar de cara a l'any vinent i seguir impulsant espais com aquest per promoure que els ciutadans i ciutadanes gaudeixin de la nostra vila.

Apostem per un Palau participatiu que incentivi el turisme i el comerç local!

CONTRA LA VIOLÈNCIA MASCLISTA!

Cada 25 de novembre, Dia Internacional per a l'Eliminació de la violència envers les dones, és un dia per recordar, i sobretot, per reivindicar.

Per recordar l'encara existent **situació de violència que pateixen milions de dones a tot el món**, i especialment, per recordar les dones assassinades a mans de qui les veu només com a objectes de la seva possessió, sense els mínims drets ni d'igualtat ni de llibertat per decidir.

I per reivindicar **la lluita que durant anys dones i homes activistes** han dut a terme per conscienciar contra la violència masclista, i **exigir respostes efectives a les institucions**.

Com a socialistes, i per tant, feministes, reivindicuem que els drets de les dones són drets humans, manifestem el nostre rebuig a la violència masclista i fem públic el nostre ferm compromís de treballar fins a eradicar-la definitivament.

Prou violència masclista, prou feminicidis! La nostra lluita, de tots i totes, és ara i sempre, contra el masclisme!

En la lluita contra la violència vers les dones,

Tolerància zero

ICV participa activament al ple d'octubre

amb preguntes a l'equip de govern

- En quina situació es troba l'estudi per a instal·lar un parc d'esbarjo per a gossos proposat per ICV al ple de febrer?
- Tornem a preguntar pel destí que donarà el govern a la important quantitat de diners ingressada per una empresa del municipi. Ingress del que ICV ha exigit el cobrament en diverses ocasions. Com és possible que el govern encara no tingui decidit el destí? O és que no vol dir-ho?
- Per quin motiu el govern no ha donat compte al ple de la modificació dels estatuts de Gallecs referents a la incorporació de l'INCASOL, immobiliària de la Generalitat?
- Per quan té previst el govern implantar el programa eQualiment, per millorar el repartiment d'aliments a famílies que ho necessiten?
- Per quan tenen previst implantar el programa Recooperem per evitar el malbaratament d'aliments?
- Per quin motiu es dona compte al ple d'un nou membre al Consell de Serveis Socials i d'altres membres no es dona compte?
- S'està duent a terme campanya de control d'activitats?
- Preguntem per diverses resolucions d'alcaldia de les que ja anirem informant.

amb defensa arguments i votació

- Abstenció en les Ordenances Fiscals: no són les que ICV hagués aprovat si governés, no són les ordenances d'un municipi transformat cap a una fiscalitat més justa i equilibrada
- A favor de la gratuïtat dels llibres de text
- A favor de la proposta presentada juntament amb ERC i la CUP per a que el Quart Cinturó sigui de titularitat catalana
- A favor del referèndum

25 de novembre Dia contra la Violència Masclista

Us animem a participar al concurs de piulades contra la violència masclista que organitza el Consell Comarcal!!



• Reproducció cartell del concurs piula organitzat pel Consell Comarcal.



• Consell Nacional ICV recolzant la manifestació.

Crispetes d'actualitat

ICV volem felicitar a:

- L'equip de Moto Club Palau per l'èxit de la cursa final de la Copa Derbi Variant 2016. Moltes gràcies!!
- Les Colles de ball de Gitanes pel seu 40é aniversari
- Al Centro Cultural Andaluz pel seu 7è aniversari

Garantizar el acceso universal de los libros de texto en Cataluña.

Ciudadanos Palau consigue que, la moción presentada en el Pleno del mes de octubre sobre garantizar el acceso universal de los libros de texto en Cataluña, se apruebe por mayoría con los acuerdos siguientes:

- Instar al Ministerio de Educación, Ciencia y Deportes del Gobierno de España y al Gobierno de la Generalitat de Cataluña a presentar cuanto más pronto posible, un programa de gratuidad y préstamo de libros de texto para la educación obligatoria en los centros educativos que incorpore:
 - La creación de un banco de libros públicos gestionado directamente por los Centros educativos.
 - La implantación progresiva del programa de gratuidad.
 - Garantizar la existencia de partidas necesarias en los presupuestos anuales de las dos administraciones que garanticen el acceso a todo el alumnado a las becas de libros de texto y material escolar.
- Que se dé traslado de los acuerdos de esta moción al Consejo Escolar Municipal, AMPAS, centros educativos públicos y concertados de la localidad, así como al Departamento de Enseñanza de la Generalidad de Cataluña.
- Divulgar esta moción a los medios de comunicación al alcance del Ayuntamiento.

C's apuesta por la unión del Vallés Oriental y Occidental en una sola área con competencias metropolitanas

Después de la comparecencia del miembro de Fem Vallés, Manuel Larrosa sobre este tema, en la Comisión de Gobernación del Parlamento, a petición de Ciudadanos, ha propuesto una racionalización de la administración: "Es necesario disolver los consejos comarcales y unificarlos en una sola entidad".

Nuestro Diputado, Juan García, ha asegurado que la realidad económica y de servicios públicos de las comarcas "requiere una mejora en la eficiencia administrativa" que también pasa por "quitar peso político a las instituciones", que tendrían que centrarse esencialmente en las gestiones de los ciudadanos.



Juan Martínez Nieto

Andrés Martínez Palacio



Mejor
Unidos



Millor
Units

  ciudadanospalau@gmail.com - Tels. 687 845 857 i 670 335 725

Palau aprova per a 2017 mantenir les taxes actuals

El Ple Municipal Ordinari celebrat el passat dia 27 d'octubre va aprovar les ordenances fiscals que regiran al llarg de l'any 2017, unes taxes, en la majoria dels casos, iguals a les que regeixen enguany, és a dir i en opinió del regidor d'Economia, Marc Sanabria, «es congelen les taxes per no incrementar la pressió fiscal als ciutadans, però mantenint els serveis i els projectes que volem tirar endavant».

Canvis en dues

La majoria de les taxes que son determinants per fer els pressupostos i poder finançar serveis, prestacions socials, etc...», perquè, en opinió de Sanabria, representen al voltant d'un 70% dels ingressos de l'Ajuntament, segueixen essent igual que l'any passat. Únicament dos d'elles han variat respecte a les que regeixen aquest any. En concret, es tracta de l'ordenança que regula la taxa pel subministrament d'aigua potable (núm. 22) i la que estableix la taxa per la utilització privativa del domini públic (núm. 17). Sanabria que ja havia explicat dies abans el perquè del canvi d'aquestes dues taxes, també ho va fer en el

decurs del ple. Segons el regidor, en el cas de l'aigua, no varien les quotes de subministrament o consum, però sí s'apliquen augments establerts per la Comissió de Preus de Catalunya sobre les quotes de servei dels comptadors. Els increments són molt variats, segons els tipus d'instal·lació, ús i cabals, entre altres conceptes. Per exemple, en els comptadors d'ús domèstic, els augments oscil·laran entre 0,22€ i 1,40€.

A banda, i ja en la taxa per utilització del domini públic, es rebaixa un 10% les parades de venda ambulant, cosa que beneficia especialment els comerciants del Mercat Setmanal, i s'introdueix una bonificació del 100% en els rodatges i sessions fotogràfiques que realitzin estudiants o entitats sense ànim de lucre.

La proposta de les ordenances fiscals fou presentada pel regidor d'Economia, Marc Sanabria. Van votar a favor ls membres de l'equip de govern (els regidors del PSC, CiU i Ganemos Palau) i en contra, quatre regidors (ERC, CUP, PP i el regidor no adscrit, José Luis Heras). Els dos regidors de C's, la regidora d'ICV i el regidor no adscrit, Miquel Truyols, es van abstenir.

Pressió fiscal

Malgrat que la majoria de grups van felicitar Sanabria per la seva disponibilitat, també van aprofitar per criticar altres aspectes que, en la seva opinió, no responen a les seves inquietuds com la seria una millora en la tarificació per repartir la pressió fiscal de forma més progressiva segons les capacitats econòmiques de cada ciutadà, va demanar el regidor Méndez de la CUP; l'IBI, l'Impost d'Activitats Econòmiques i la limitació de les bonificacions per l'ús d'energies renovables foren les principals arguments del regidor Plaza d'ERC; que s'hauria d'avançar en la progressivitat de la pressió fiscal segons les capacitats econòmiques dels contribuents, fou un dels arguments de la regidora Marcuello d'ICV, un argument que també va manifestar des de Ciutadans, Joan Martínez. demanant una baixada de l'IBI a les persones que ho necessitin i ho acreditin».

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

La piscina i l'arranjament de barris, prioritats dels ciutadans al procés dels pressupostos participatius

El manteniment de la via pública als barris i la construcció d'un complex esportiu amb piscina són les dues opcions principals per les que es decanten els ciutadans que han pres part en el procés de pressupost participatiu endegat des de l'Ajuntament. Aquestes dues opcions són les dues actuacions que, en opinió de la majoria dels participants, hauria de dur a terme l'Ajuntament o que hauria de recollir el pressupost per al pròxim any que ja avancen en aquest exemplar de l'Alzina que tens a les mans.

Les dues són reivindicacions ciutadanes històriques per posar fi a unes mancances que pateix Palau, fruit de la sobrepressió urbana de dècades anteriors o d'un desenvolupament quasi incontrolat que va patir en el seu dia el municipi. Unes mancances que els consistoris posteriors han anat mitigant amb actuacions puntuals i amb la urbanització d'alguns barris. Encara manquen alguns que s'han d'urbanitzar.

La piscina municipal

L'altra opció prioritària, la construcció d'una piscina (coberta o descoberta) ha estat objecte de polèmica durant força temps, fins al punt que un projecte que recollia la construcció d'un complex esportiu amb una piscina coberta ja havia estat «adjudicat a una empresa amiga» sembla que de manera irregular. La intervenció i sentència d'un jutjat va anular la concessió i va donar la raó a la regidora d'ICV, Àngels Marcuello que havia interposat una denúncia per aquella concessió arbitrària i, segons la sentència, negativa per a la societat palauenca. De totes maneres, Palau és un dels municipis de Catalunya amb més de 5000 habitants que no tenim ni biblioteca ni piscina municipal. Hi ha molts pobles amb menys de 5.000 habitants que ja disposen dels dos equipaments municipals.

Amb tot, la piscina pública ha estat i sembla que continua essent una de les principals reivindicacions ciutadanes, en funció de les prioritats expressades per la majoria de les 204 persones que han pres part en el procés participatiu abans de la elaboració dels pressupostos de l'any pròxim. Uns pressupostos que sembla que no recullen aquesta petició (preferència) ciutadana, entre d'altres coses per el seu elevat cost econòmic. INVIABILITAT ACTUAL

El regidor d'Economia i Hisenda, Marc Sanàbria no es tanca a la construcció del complex nàutic, però matisa que abans s'ha de sufragar el projecte estrella d'aquesta legislatura, la construcció de la biblioteca. «El pressupost del 2017 i previsiblement el pressupost del pròxim 2018 no recolliran cap partida pressupostària per a la construcció d'una

piscina. El seu cost és força elevat i l'Ajuntament no pot fer-hi front a una despesa d'aquesta quantia quan, per altra banda, ja «estem sufragant l'elevat cost de la construcció de la biblioteca», apunta el regidor. De totes maneres, Sanàbria assegura que tenen in mente, i així ho recull el Pla de Govern, portar a terme una consulta ciutadana per definir el model del servei de piscina pública que vol la societat palauenca.

Els ciutadans opinen

Per a la consulta sobre els Pressupostos Participatius, l'Ajuntament va habilitar dues vies perquè tota la ciutadania pogués dir-hi la seva: a través d'Internet o bé omplint una butlleta que ha estat disponible a tres edificis municipals. La consulta ha estat oberta del 3 fins al 16 d'octubre i hi han pogut participar les persones majors de 16 anys empadronades al municipi. En el procés, els ciutadans es podien manifestar de dues maneres. Per una banda, establint un ordre entre les cinc opcions que havia determinat l'Ajuntament, indicant quines es consideren prioritàries, i, per l'altra, realitzant una proposta lliure per incloure-la al pressupost.

De les cinc opcions proposades pel Govern, la més votada ha estat el manteniment de la via pública als barris. Mantenir els recursos destinats als ajuts socials fou la segona opció i continuar oferint plans d'ocupació local, fer una campanya contra d'incivisme i renovar progressivament les lluminàries més antigues per fanals LED, foren respectivament les mes triades. Però les preferències reals de la ciutadania són unes altres. A l'hora de triar lliurement, sense cap directriu concreta, els palauencs es decanten per altres iniciatives. El major percentatge dels ciutadans (el 27%) opta per la millora de l'espai públic i un 24,7% per a la construcció d'un complex esportiu amb piscina. Després d'aquestes dues, els ciutadans participants es decanten per mantenir els serveis i ajudes socials, la neteja de dels carrers i l'entorn natural, la millora del sistema de recollida de residus urbans o la biblioteca municipal...

El regidor d'Economia i també de Participació Ciutadana, Marc Sanàbria, indica que aquesta és la primera vegada que l'Ajuntament organitza un procés participatiu sobre els pressupostos des de fa més de 10 anys i «hem d'aprofitar l'oportunitat d'escoltar la veu dels nostres conciutadans». Afegeix que «amb les conclusions del procés ja sabem com són d'importants per a la ciutadania les propostes que se'ls ha demanat que prioritzin, i que estan recollides al nostre Pla de Govern. «Podem establir així un ordre d'actuacions».

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. Declaracions de la Renda

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

Palau també recolza el referèndum pel dret a decidir



• A l'últim ple d'octubre es va aprovar la moció de suport al referèndum.

Després de diversos intents fallits o mocions rebutjades al llarg d'aquests últims mesos, finalment l'Ajuntament de Palau ha aprovat una moció de suport a la celebració d'un referèndum i al procés independentista de Catalunya.

La moció fou aprovada en el decurs del darrer ple municipal celebrat l'últim dijous del mes d'octubre amb els vots d'ERC, grup que va presentar la moció, la CUP i CiU que es van adherir, els vots de les regidores d'ICV i Ganemos Palau, Àngels Marcuello i dels regidors no adscrits, Miquel Truyols i Jose Luis Heras. En total, nou vots a favor i vuit en contra

(PSC, C's i PP).

Les postures esgrimides en defensa i/o en contra de la moció foren les de sempre i els arguments utilitzats també coneguts. Mentre que uns defensen que votar és un exercici de democràcia, els altres diuen que la democràcia té unes regles del joc que s'han de complir (C's i PP) i que «en un estat de dret com el nostre s'han d'adaptar o canviar les lleis, s'ha de canviar, en aquest cas, la constitució (PSC). I, aleshores, «quan la Generalitat convoqui un referèndum legal, votarem tots», va afegir la portaveu del PSC, Carme Cabeza.

A diferència de altres ocasions en les que mocions similars havien estat rebutjades, aquesta vegada, la proposta d'ERC va assolir la majoria en el darrer moment. La regidora d'ICV, Àngels Marcuello dubtava amb l'abstenció perquè, tot i que ICV està d'acord amb el referèndum, la regidora considera que «Junts pel si i la CUP confonen el concepte entre procés constituent i referèndum». «El debat entre referèndum i model d'estat s'ha de mantenir per separat», va afegir Marcuello. Finalment va votar a favor de la moció. El seu vot i el del regidor Jose Luis Heras (fins aquesta vegada sempre havia votat en contra) van decantar la balança per tal que la moció sortís endavant. Segons el portaveu de CiU i membre del govern municipal, l' Ajuntament està plenament compromès amb el referèndum que convoqui la Generalitat l'any vinent.

Restaurant Can Boada



CARNS A LA BRASA

MENÚ I CARTA

(arrossos, bacallà, cargols...)

CUINA CASOLANA I DE MERCAT

ESMORZARS DE FORQUILLA

MENÚ DIARI

DINARS / SOPARS D'EMPRESA

DES DE 20 €

CAMI REIAL, 185 • PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS

TEL. 93 864 80 68 / 651 900 192

DTD wheels
LLANDES I
PNEUMÀTICS

TOT TIPUS
NOUS I D'OCASIÓ

OFERTA ESPECIAL DEL MES

Las mejores ofertas en blackTire



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



Nova obertura!

Consulta les nostres promocions.



Hospitalització



Cirurgia



Raigs X



Medicina



Darrere comissaria de la Policia Local.

HORARI

De dilluns a divendres
De 9:30 h a 13:30 h
i de 16:30 h a 20:00 h.

Dissabtes
De 9:30 h a 13:30 h.

Carrer del Secretari Gil, s/n. Local 6.
08184 Palau-solità i Plegamans (BCN).
T. 93 688 36 44
info@lacasa.vet
www.lacasa.vet

Iniciativa per millorar la recollida selectiva dels comerços palauencs (i d'altres pobles del Vallès)

El dimecres, dia 9 es va desenvolupar a la plaça de Ca l'Estruch la presentació informativa de la iniciativa que engageja el Consorci per a la Gestió de Residus del Vallés Occidental per fomentar la separació i el reciclatge als grans generadors de residus: establiments comercials i de restauració a 10 petits municipis del Vallés Occidental.

La iniciativa de l'entitat comarcal fou presentada a Palau pel president del Consorci, Ricard Torralba, i l'alcaldesa del municipi, Teresa Padrós.

Segons van dir, la idea de l'entitat comarcal és posar-la en pràctica a 10 municipis de la comarca, Palau, Castellar del Vallès, Gallifa, Polinyà, Rellinars, Sant Llorenç Savall, Sentmenat, Ullastrell, Vacarisses i Viladecavalls. Des del Consorci i de la mà

d'aquests ajuntaments s'ha dissenyat l'actuació informativa «A la feina, separem els residus», que arribarà a 500 establiments amb la intenció amb la intenció de millorar els percentatges de separació, la qual cosa, en opinió del president del Consorci, «és un repte per la comarca».

«Aquesta acció es vol sumar a moltes d'altres que vindran, per incidir en la gestió dels residus municipals», va apuntar Torralba.

Així doncs, durant les properes setmanes, informadors ambientals visitaran els establiments, prèviament identificats junt amb els serveis tècnics de l'ajuntament.

L'objectiu és fer una radiografia del tractament dels residus a l'establiment per tal de conèixer la situació actual en la separació de residus, detectar les necessitats, informar i oferir propostes de millora que es puguin implementar. També es proporcionaran contenidors de les diferents fraccions per al seu negoci, en cas que ho necessitin i es repartirà un material informatiu visual per tal d'ajudar a separar a la feina.

A més a més, en aquells casos on es detecti la necessitat de col·locar o adaptar els contenidors de la via pública, es valorarà amb els ajuntaments i l'empresa de recollida (PAU) la idoneïtat dels canvis proposats.

Posteriorment es realitzarà una segona visita als grans productors per tal de revisar si s'estan duent a terme les propostes que se'ls van fer a la primera trobada.

L'alcaldesa de Palau, Teresa Padrós argumenta que «aquesta campanya és especialment important perquè està dirigida als generadors de residus, però tots hem de col·laborar i ser respectuosos per intentar generar menys deixalles».

Potser n'hi ha gent que no ho sap, però reciclar bé és un retorn de diners per als municipis, i això reverteix en una reducció dels costos en el tractament i recollida».

L'acció es desenvoluparà durant els mesos de novembre i desembre de 2016 i gener de 2017.

LLIGA FOTOGRAFICA ARTS & FOTO

Us agrada la fotografia com a eina d'expressió artística? A Arts&Foto ens trobareu al primer pis de la Sala Polivalent, en Camí Reial 142 a Palau-solità i Plegamans. Cada dimarts de 20 a 22h ens hi reunim per fer tallers, xerrades, sortides i una lliga fotogràfica. Si voleu més informació sobre el que fem, passeu un dia pel Taller de les Arts, a la nostra reunió setmanal, o envieu-nos un correu electrònic a artsifoto@gmail.com o a tallerdelesarts@gmail.com. Us informarem sense cap compromís.

Aquest mes el tema de la nostra Lliga Fotogràfica Arts&Foto ha estat: Retrats. Un tema clàssic, però una disciplina fotogràfica gens fàcil. Retrats de cares, mig cos, o cos complet, una sola persona, un grup, interior, exterior, color o blanc i negre. Ara, models no ens han faltat!

Aquí veieu les 6 fotografies més votades aquest mes:

FOTOGRAFIES DE RETRATS

1a Posició



2a Posició



3a Posició



4a Posició



5a Posició



6a Posició



Per veure totes les fotografies
<http://fototallerdelesarts.blogspot.com/es/>

Colaboradors:



Activitats de l'Associació Pessebrista

Quedem poques setmanes per inaugurar la 34ena. Exposició de diorames a Can Malla i tots els pessebristes estem treballant amb la màxima 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 detallem al final.

Ara mateix, des d'aquest treball col·lectiu, l'activitat es centre 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, una nova publicació del Grèvol i tot un seguit de novetats a Can Malla que consistiran en:

- Commemorar el centenari dels pastorets de J. Maia Folch
- Presentar una nova manera de veure els pessebres
- Mostres de maquetes i curiositats i també sobre algunes de les tècniques que fem servir per el objectes que complementen els diorames.

Tot ho fem la il·lusió renovada per oferir una exposició que agradi molt, cada any més i que sigui visitada per moltíssima gent. Sobretot, no us la perdeu, Ah!!, i ajudeu-nos a fer-ne difusió.

Properes activitats

Dimecres Pessebrista:

«Obrim Can Malla per gaudir i informar»,

tots els dimecres de 18:30 a 20:00 h a Can Malla (excepte festius)

Inauguració de la 34a Exposició de Pessebres a Can Malla

Diumenge 11 de desembre:

a 2/4 de 12

Inauguració Oficial

Presentació del present butlletí «El Grèvol»

a les 12

Visita a les exposicions

Ballada de Sardanes

a la 1

Aperitiu

Estarà oberta fins diumenge dia 15 de gener

Dissabtes de 17 a 20,30 i Diumenges i Festius de 12 a 14 i de 17 a 20,30

Dies 23 i 31 de desembre de 12 a 14

Dies 2,3 i 4 de Gener de 17 a 19

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

Dies 2, 3 i 4 de Gener de 5 a 7 de la tarda **Patge Real** a Can Malla

Vigília de Reis, 5

a partir de les 7 del vespre a Can Cortés

Festa de la Vigília de Reis per rebre la Cavalcada

Brou gratuït per a tothom.

Botifarra amb pa amb tomàquet i traguat de vi (3,50 €)

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

M@terials Plegamans S.L.



Rifem una gran panera entre els nostres clients en combinació amb les 2 darreres xifres de la Loteria de Nadal del 22 de desembre

TOT TIPUS DE MATERIALS PER A LA CONSTRUCCIÓ

per a grans construccions i fins als arranjaments més petits



tota mena de casetes de fusta, porxadades, llenya...

SERVEI DE FERRETERIA ESPECIALITZADA PER A LA CONSTRUCCIÓ

Horari: de 7.30 fins a les 19 hores. Dissabtes mati obert.

Av. Catalunya, 370 • 08184 Palau-solità i Plegamans
T. 938 648 108 • F. 938 648 667 • materialsplegamans@gmail.com

Gran resposta dels palauencs a la segona edició de la Fira del Formatge i el Vi



• Gran aflluència de gent a l'actual edició de la fira.

Per segon any consecutiu, el passat cap de setmana del 12 i 13 de novembre, es va celebrar al centre del poble, a la zona de vianants la fira del Formatge i el Vi que ha aplegat un gran nombre de palauencs i palauenques. El major nombre de persones es va donar cita el dissabte a la tarda i el diumenge al matí per tal de gaudir i testar dels productes que els 42 paradistes exposaven el llarg del Camí Reial, Carrer Estació i Plaça de la Vila. Enguany, el nombre d'expositors va augmentar respecte a la primera edició en que havien participat 30.

El Públic en general va gaudir de l'esdeveniment, encara que en alguns moments va patir les conseqüències d'alguna petita aglomeració. Però el veritablement important és que

podia tastar i adquirir formatges i vins de diferents varietats i de múltiples procedències. Hi havia de diferents indrets de fora de Catalunya i també paradistes amb productes de proximitat.

A banda dels productes i dels formatges que era el primer objectiu de l'acte, enguany es va farcir d'una sèrie d'activitats, unes complementàries de la fira i altres d'entreteniment i encaminades a la participació de la canalla. En el primer cas, destacar els tallers que va impartir la restauradora Ada Parellada i també la sessió de maridatge de vins i formatges. Hi havia d'altres per infants i per adults, com un joc de munyir una rèplica d'una cabra. Segons el responsable de la regidoria de Fires i Mercats, Miquel Rovira, tota la Fira ha estat un èxit d'organització, d'assistència i de resultats. En aquest darrer cas, sembla que els palauencs, a banda de mirar els productes exposats, també han volgut tastar i adquirir els que consideraven aptes pels seu paladar i butxaca. Al final, els paradistes també estaven contents, diu Rovira qui no amaga la satisfacció per l'augment de oparadistes en relació a l'any passat.

L'acte també es va completar amb una nodria oferta d'oci amb espectacles de carrer i actuacions com les dels Tabaluencs, The Zebrass Marching Band, l'Associació Country Can Falguera i Fantasia Flamenca de la Casa d'Andalusia.

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

INSTAL·LACIONES
Joan Casademont

**FRÍO INDUSTRIAL
AIRE ACONDICIONADO
MAQUINARIA DE HOSTELERÍA**

**Instalaciones integrales
para hostelería y alimentación
Instalación, reparación y mantenimiento**



Romaní, 16 • 08184 Palau-solità i Plegamans
T./Fax 93 864 64 81 • Mòv. 619 743 397
joancasademont@comercialcasademont.com
www.comercialcasademont.com

25 DE NOVEMBRE

DIA INTERNACIONAL PER L'ERRADICACIÓ DE LA VIOLÈNCIA MASCLISTA

teixint xarxes

Dimecres 16 de novembre

A les 18h a Can Cortès

Què puc fer en cas de Violència Masclista? Explicació de recursos i circuits per respondre a la violència masclista.

A càrrec de Laura Serrano Morales i Júlia Abelló Vilalta

A les 19h a Can Cortès

Xerrada: "Les lleis: matrimoni i parelles de fet".

A càrrec de M^a Dolores Velàzquez Solano, lletrada especialista en dret de família

Organitza: Dones per les dones

Divendres 25 de novembre

A les 12h a la Plaça de la Vila

Lectura de manifest

Projecció del "Rap contra el machismo" a la Sala Polivalent

Organitza: Ajuntament de Palau-solità i Plegamans

A les 17:30h a Can Cortès

Cinefòrum de la pel·lícula "Durmiendo con el enemigo"

Encesa d'espelmes en commemoració a les víctimes per violència masclista. Lectura de manifest

Organitza: Dones per les dones

Dimarts 29 de novembre

Constitució oficial de la Comissió del Protocol Local per a l'abordatge integral de la Violència Masclista (activitat tancada)

Organitza: Ajuntament de Palau-solità i Plegamans

A les 18h a l'Espai Jove l'Escorxador

Taller per a joves "Videoclips musicals i continguts sexistes: altres mirades són possibles" a càrrec d'Associació Diversya

(Inscripcions abans del 22 de novembre a plaiguatlat@doblevia.coop)

Organitza: Ajuntament de Palau-solità i Plegamans

Dijous 15 de desembre

A les 19h a l'Espai Jove l'Escorxador

Xerrada: "Famílies 2.0, a la xarxa sense por" A càrrec d'Associació Candela

Organitza: Ajuntament de Palau-solità i Plegamans

ALTRES ACTUACIONS

Campanya "Els homes també donen la cara per la violència masclista"

Si ets home i també vols donar la cara contra la violència masclista truca al 629568754, escriu a plaiguatlat@doblevia.coop o vine dimecres o dijous a l'Espai Jove l'Escorxador de 16h a 19h.

Campanya "Que no ens toquin un pèl"

Pregunta a la teva perruqueria o centre d'estètica habitual.

Obra de teatre "Toca de peus a terra" per als centres d'educació secundària

Xerrada "A les xarxes socials no tot s'hi val" per als i les joves de secundària

A càrrec de la Policia Local (Gabriel Téllez)



Ajuntament de
**Palau-solità
i Plegamans**



**Programa
Iguatlat**
Ajuntament de
Palau-solità i Plegamans



Palau-solità i Plegamans!

www.palauplegamans.cat

La Penya Barcelonista convoca el Concurs de Nadales

Una vegada mes, la Penya Barcelonista de Palau convoca el tradicional concurs de Nadales que des de fa 24 anys organitza aquesta entitat esportiva palauenca i que des de la mort del seu fundador i expresident, Josep Mas, es denomina «Concurs de Nadales, Josep Mas».

La iniciativa es dirigeix a tots els escolars dels centres educatius del municipi amb una edat de 3 a 12 anys que vulguin prendre part en el concurs. Els treballs, dibuixos han d'estar relacionats amb el Nadal i el FC Barcelona i s'han de presentar a la seu de la Penya abans de les vuit

del vespre del dia 12 de desembre. Posteriorment i com s'ha fet en anys anteriors, els treballs romandran exposats al públic al vestíbul del pavelló Maria Victor des del dia 16 de desembre fins al dia nou de gener del 2017.

Tal i com recullen les bases dels concursos, els guanyadors en cadascuna de les diferents categories tindran el seu premi, però els responsables de l'entitat esportiva asseguruen que, tal i com s'ha fet en anteriors edicions, tots els participants tindran el seu premi el dia en que es faci la festa de lliurament. Aquest acte s'ha dut a terme al teatre de la vila generalment al llarg del mes de febrer.

Entre alguns dels punts que recullen les bases i que han de complir els participants, podem citar que hi ha cinc categories fins a 5anys, 7,9,12, adults i ADISPAD. Que els dibuixos s'han de presentar en format DIN A4 i signats per la cara posterior. Que han de fer referència al Barça i a les festes de Nadal... que cada concursant podrà presentar únicament un dibuix que ha de lliurar abans de les 20 hores del dilluns 12 de desembre, etc.



Quiosc Pavelló
cartutxos de tinta i tóner
pink


Llibreria Papereria Floristeria
Vine a provar els millors cartutxos de tinta compatibles.

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

Entra a la nostra web
www.alzinapalau.com



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



AVINGUDA CATALUNYA 217
Palau-solità i Plegamans
Tel: 93 302 53 94
665 93 45 50

Mediació

Penal Delictes Delictes lleus Accidents de trànsit Violència domèstica Alcoholèmies	Família Guarda i custòdia Aliments Divorcis Incapacitats
Civil Contractes Herències Reclamacions de quantitat Indemnitzacions	Hipotecari Execucions hipotecàries Clàusules abusives Desnonaments Lloguers socials

PRIMERA CONSULTA GRATUITA

S'ha anat el Juanito...

El darrer pont del que vàrem gaudir, més conegut com «el pont de Tots els Sants» no fou gens benèvol per a la societat palauenca. En aquells tres dies fins a quatre persones ens van deixar amb el consegüent dalt a baix generat entre els familiars, amics i coneguts de cadascuna d'elles. Evidentment, la mort de totes fou un cop dur pels seus propers, però hi va haver una que va tenir un reso superior. Ens estem referint a Juan Morales, més anomenat com «el Juanito», persona molt coneguda en els ambients socials i esportius del municipi per la seva implicació i participació en qualsevol dels dos àmbits esmentats.

A Juan Morales se'li va emportar una malaltia en uns pocs mesos. Una malaltia de la que no va informar més que als seus familiars i amics íntims, tot i que, finalment, la majoria de la gent que es mou en el món de l'esport, especialment els «culers» de la zona, eren conscients del patiment del Juanito. Morales era vicepresident de la Peña Barcelonista de Palau, era «l'anima màter» de l'entitat i sempre era el primer a l'hora de posar en marxa qualsevol acció que endegués la Peña. A l'hora d'anar a veure un partit al Camp Nou i/o també a Europa, a una final de Copa, etc, allà estava el Juanito, el primer que s'apuntava. Però Morales també era el primera l'hora de vendre paperetes de la rifa de Nadal, el primer a l'hora d'engegar el concurs de Nadales, també a l'hora de muntar la parada de la Peña en qualsevol fira o esdeveniment que es celebrava a Palau, en



• El Juanito, a una de les últimes cites amb el Barça.

qualsevol punt en que es realitzés quelcom en que estigués immersa la Peña Barcelonista. Arreu.

Els seus companys a la Peña amb el president, Vicenç Aixàs al cap davant, manifesten que la pèrdua d'aquest company és molt important per l'entitat, però la pèrdua de l'amic, encara ho és molt més. Una pèrdua que qualifiquen d'irreparable. S'ha anat el company i els que l'envoltaven no saben com es podria reparar la seva pèrdua, com podrien agrair-li i, si fos possible, retornar-li una petita part d'allò que sempre havia donat «aquest senyor» alegre que no tenia un no per a ningú.

El dinar que la Peña ja tenia programat abans de la mort d'en Morales, es pot acabar convertint en un homenatge a qui fins la seva mort havia estat vicepresident de l'entitat. L'acte del pròxim dia 29 podria ser una forma de reconèixer el seu barcelonisme i una manera d'agrair la seva entrega desinteressada.



**EURO
REPAR**
CAR SERVICE

Tallers Mateu Vila, s.L.

TALLER MULTIMARCA | PLANXA • PINTURA • MECÀNICA

Autoritzat per a la transformació de vehicles a

GLP (Gas Liquefiet del Petrolí)

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 campanyes 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
TRUQUI'NS I L'INFORMAREM**

C/ LA PLANA, 20 • 08184 PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS

TEL./FAX 93 864 84 70 • E-MAIL: mateu@fordservicios.com • www.tallersmateuvila.com

Tràmit europeu per a les noies del Generali Palau d'hoquei



• Mariona Colomer, lluitant els últims minuts contra l'equip alemany.

Exactament, si no fos pels les dificultats derivades del viatge al país centre europeu, es podria dir que el partit d'anada de l'eliminatòria preliminar que dona accés als quarts de final de la Lliga europea, fou un entrenament realitzat per el Generali Palau Plegamans en terres alemanyes. L'equip palauenc va guanyar 1-8 l'equip RCH Darmstadt alemán i va deixar pràcticament sentenciada l'eliminatòria.

Quasi es pot dir que ja te assegurat un lloc als quarts de final de la competició europea, malgrat que les noies que entrena Climent Muñoz han de disputar el partit de tornada, en principi, el pròxim dia 3 de desembre.

Debut i gol de Colomer

Aquest partit d'anada ha estat un passeig per les jugadores del Generali Palau que guanyaven ja a la mitja part per un clar 0-3 amb dos gols de la Berta i un de la Ferrón. A la segona part i ja amb un 1 a 6 al marcador, el tècnic Muñoz realitzava un canvi a l'equip palauenc que va sorprendre una mica, però va agradar a tothom. A vuit minuts del final entrava a la pista la Mariona Colomer, una FEM 16 amb solament 14 anys. Era el seu debut europeu i el seu

primer partit oficial amb el primer equip. La jove Mariona va deixar tothom bocabadat, perquè en els vuit minuts que va jugar va marcar el seu primer gol amb l'equip palauenc i ho va fer en competició europea arrodonint un partit i marcant el gol vuit de l'equip palauenc. Laura Puigdueta amb dos, Alba Romaguera i Daniela Membreño van marcar els altres quatre gols del Generali Palau.

Tot i que son quatre els equips de la Lliga espanyola, el Generali Palau, Manlleu, Voltregà i Hostelcur Gijón, els que juguen la Lliga europea, en aquesta ronda preliminar, a banda del Generali Palau de Plegamans, solament hi participava un altre equip estatal, el Hostelcur Gijón. També va deixar encarrilat el seu pas a quarts. Es va imposar clarament al SC Bison Calenberg por un contundent 1-12. Els altres dos conjunts, en aquest cas, els catalans Manlleu i Voltregà no disputen de aquesta ronda preliminar degut a la seva condició de finalistes de la darrera Lliga europea. Per aquest motiu passen directament a quarts de final, eliminatòria que es disputarà ja el pròxim any. Concretament i en principi, el 21 de gener, el partit d'anada i el 18 de febrer, el partit de tornada.

NOVA BOTIGA DE RECANVIS A PALAU

Tota clase de vehicles, camions i maquinària

TRACTE PROFESSIONAL

Recanvis per l'automòbil

NOVA

20 ANYS D'EXPERIÈNCIA EN EL SECTOR DE L'AUTOMOCIÓ.

Tel: 931418183 | 656341523
recanvisnova@hotmail.com

Av. Catalunya, 127 • 08184 Palau-solità i Plegamans
recanvisnova@hotmail.com • Tel. 931 418 183 | 930 074 904

2 naus en lloguer o venda

A Palau zona industrial

350m² + 225m² altell + 100m² pati
cadascuna

676 454 630 / 669 380 477

RESTAURANTE URUGUAYO
BRASERÍA · PIZZERÍA



**PARRILLADA URUGUAYA CON TODA CLASE DE CARNES:
ASADO DE TIRA, MOLLEJA, VACÍO, ETC.
PIZZAS AL HORNO DE LEÑA
PASTAS CASERAS**

MENÚ DIARIO · CARTA · COMIDAS/CENAS DE EMPRESA, AMIGOS, GRUPOS ...

**GRAN TERRAZA Y
ESPACIO INFANTIL**

HORARIO
de martes a jueves, de 9 a 18 h.
viernes y sábados, de 9 a 1 h.
domingos, de 9 a 18 h.



**Avda. Catalunya, 378
Palau-solità i Plegamans
Reservas: 93 864 93 74**

Nou èxit esportiu i popular del Moto Club Palau amb la darrera cursa de la Copa Derbi Variant



• Moment trepidant de la cursa.

Un total de 38 equips amb desenes de pilots van delectar un gran nombre de palauencs que es van donar cita al llarg del matí del diumenge, dia 6 per gaudir de les peripècies desenvolupades pels pilots que durant tres hores van participar a la darrera cursa del campionat Copa Derbi Variant. I és que el passat diumenge, el Moto Club Palau organitzava la darrera cursa d'aquest campionat de resistència que es destina als pilots, als moto clubs i a les escuderries i es desenvolupa a la zona del Vallès. De fet, Palau i Llaveneres (Maresme) són els únics poblacions fora

del Vallès Oriental en les que s'ha organitzat una prova del citat campionat que enguany es va iniciar el mes d'Abril a La Garriga i ha finalitzat, com hem apuntat, a Palau el passat dia 6 de novembre. Entre mig, les proves de Sant Andreu de Llaveneres, l'Atmella del Vallès, Sant Eulàlia de Ronçana, Curró d'Amunt (Les Franqueses) i Bigues i Riels. El campionat es desenvolupa cada any sota el control dels Òrgans Tècnics de la Federació Catalana de Motociclisme (FCM).

La cursa palauenca que va tenir una durada de tres hores, es va dur a terme als terrenys (de Can Cinto) ubicats al costat de la Riera de Caldes entre el camp de futbol i La Carrerada. Uns terrenys condicionats pel Motoclub Palau en forma de circuit amb 1,7 Km de llarg que va dissenyar i adaptar el propi president del Motoclub Palau, Joan Marsal i que l'equip guanyador de la cursa en la categoria de Promo format per Santi Bertran i Jordi Rodes van recórrer 67 vegades. En segon lloc es va classificar l'equip format per Alberto Rodriguez, Jose Bautista i Andreu Batlle i en tercera posició entrava la màquina pilotada per Jordi Arabia i Guillem Pujol. Els dos equips amb el mateix nombre de voltes que els vencedors, la qual cosa demostra la lluita esportiva per guanyar la prova. El primer classificat a la categoria de sèrie fou per l'equip format per Miquel Vendrell i David Pedrola que van creuar la meta en vuitena posició i amb 12 voltes menys que l'equip guanyador.

RESTAURANT



Cuina tradicional amb productes de qualitat
dinars d'empresa

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

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

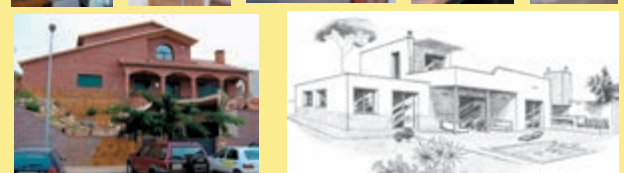
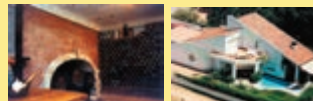
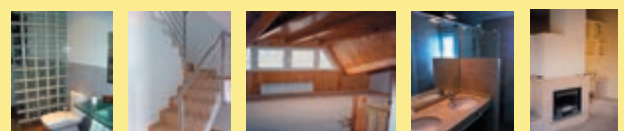
Facilitat d'aparcament per a cotxes i ciclistes
Zona reservada per a les seves bicicletes

T'hi esperem!!

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



PROYECTOS, OBRA NUEVA, REFORMAS Y LEGALIZACIONES



INFORMACION Y PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

tel: 93 864 63 76 - 679 463 681

web/mail: www.edicarquitectura.com

Bona representació d'equips palauencs a la Copa Variant

Especial menció mereix la representació palauenca a la matinal esportiva que el Motoclub Palau va organitzar al circuit de Can Cinto el passat diumenge dia 6. Fins un total de sis equips van prendre part a la cursa amb participació a les dues categories, la promo i la sèries. A la primera, a la categoria promo hi van prendre part quatre equips: Motos MRV que integraven Albert Martí, Albert Perez i Xavier Martínez, l'equip Motos Chesca que estava format per Xavier Capdevilla i Ignacio Serrano, el Palau Ceràmic que integraven Kirian Fernández, Albert Vidal i Aleix Garriga. A la categoria de sèries, també hi va haver representació palauenca amb altres tres equips, Motos Chesca amb els pilots Alex Ruiz i Carlos Quintanilla, l'equip Los Revolucionats que integraven Agustí Basch, Juli Mombrú i Albert Viaplana i l'equip Busi Armadans que estava format pels pilots Jordi Costajussà i Albert Busquets.

Acabada la cursa, l'alcaldeessa Padrós i el regidor d'esports, Miquel Rovira van lliurar els premis als equips guanyadors (1r, 2n i 3r lloc) en cadascuna de les dues categories. A més, es va obsequiar amb una copa als tres millors equips de Palau-solità i Plegamans que van participar a la cursa: Motos Chesca, Motos Chesca S i Palau Ceràmic.

El president del Moto Club Palau, Joan Marsal, que va dissenyar i també adaptar el circuit, es mostra satisfet després de veure el resultat final de la matinal. És cert que tothom ens ha felicitat i crec que, tot i la premura i quasi



• Els guanyadors locals.

precipitació per organitzar-ho tot, hem aconseguit respondre a les exigències d'una cursa com aquesta i hem donat als palauencs un espectacle adient a les seves exigències». En aquest aspecte també incideixen l'Alcaldeessa de Palau, Teresa Padrós i el regidor d'Esports, Miquel Rovira. Tos dos van acudir a la cita i van felicitar el Moto Club Palau per l'empenta demostrada a l'hora d'organitzar esdeveniments i per l'èxit que aconsegueixen, pel públic que atreuen i per la qualitat dels actes». El regidor encara va més enllà i ja avança que «l'Ajuntament continuarà donant suport a les iniciatives que organitzi l'entitat».



DE LES NOSTRES
GRANGES
A CASA TEVA

AV. DIAGONAL, 45

T. 93 611 71 09

PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS

WWW.GRAUVILA.COM

L'ACB Palau porta el bàsquet als centres escolars de Palau

Durant aquestes primeres setmanes de novembre l'ACB Palau ha anat a les escoles Folch i Torres i Escola Marinada per fer entrenaments de bàsquet. Amb aquesta iniciativa el club ha volgut fer arribar el bàsquet als alumnes dels centres escolars, perquè els infants el coneguin millor. Cal destacar que s'està treballant per poder fer arribar aquesta mateixa activitat a la resta dels centres educatius d'educació primària del municipi.

Tots els nens i nenes que estiguin interessats en el nostre esport poden anar al pavelló els dimarts i dijous de 17:00h a 20:00h. a preguntar.

Juga a bàsquet, juga amb l'ACB Palau!



• Alumnes de 5è de primària amb dos entrenadors del club.



- 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



Traster Petit Espai

Et falta espai per a desar coses?
trones, patins, cotxets, bicicletes, etc.?
Coses que no necessites per al dia a dia?
Tenim la solució per a la manca d'espai.

~~DES DE 3€ AL DIA~~

DES DE 3€ AL MES

Local 42-44 2B
08184 Palau-solità i Plegamans
T. 628 331 976
trasterpetitespai@yahoo.es

RAY 
Gestió immobiliària

**VOL VENDRE CASA SEVA?
TRUQUI'NS
TENIM DEMANDA A PALAU**

93 864 00 00

www.fincasray.com

Arquitecte Falguera, 10
08184 Palau-solità i Plegamans

PARQUING DE CAMIONS

VIGILAT LES 24 HORES DEL DIA TOT L'ANY
CIRCUIT TANCAT AMB CÀMERES



RONDA BOADA VELL / CAMÍ RAL (Can Boada)
Pol. Ind. Riera de Caldes • PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS
T. 93 864 38 04 / 637 323 282

QUIOSC CAN CORTÈS



Av. Catalunya, cantonada Can Cortès • 08184 Palau-solità i Plegamans

T. 93 864 97 87
Canvi de direcció



Repartiment de diaris i revistes
a bars, empreses, restaurants i
particulars abans de les 7 hores

ES GUARDEN COL·LECCIONS

El teu quiosc !!

Tota la premsa

- Diaris i revistes
- Col·leccions
- Passatemps
- Contes
- Pel·lícules
- Còmics
- ...

Targetes ATM



Recàrrega de mòbils



Loto Catalunya



RENTAT DE COTXES A PRESSIÓ - TÚNEL DE RENTAT

CAMÍ RAL RENTING, S.L.

OBERT TOTS ELS DIES DE L'ANY



RONDA BOADA VELL / CAMÍ RAL (Can Boada)
Pol. Ind. Riera de Caldes • PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS
T. 93 864 38 04 / 637 323 282

Bon inici de temporada del sènior masculí de futbol sala



• De dreta a esquerra. Charly (directiu). Albert, Roger, Gerard, Adri Legaz, Carlos, Balca, Cristian, Julio (deleg) i Josep Costajussà (president). Andrés, Jordi, Bebe, Joan, Rubèn i Adri Torras.

L'equip sènior de Futbol Sala Palau- Penya Barcelonista ha iniciat la present temporada d'una manera altament esperançadora, ja que després de sis encontres disputats continua ocupant un lloc entre els primers classificats. Aquest lloc és fruit dels bons resultats assolits en aquest primer tram de la temporada. El darrer, l'empat assolit el passat dissabte, dia 12 contra el FS Ruidellots. L'empat

a cinc gols deixa les dades de l'equip palauenc amb tres partits guanyats, dos empats i una única derrota, precisament contra l'equip que disputa el seu lloc a la classificació. Aquesta derrota fou contra el FS Vilamajor en que el conjunt palauenc va perdre per 2-3 al pavelló Maria Víctor. La visita realitzada a la pista del Martorelles fou l'altre partit empatat.

De totes maneres, el més positiu de tot és que l'equip npalauenc ja s'ha enfrontat a la majoria dels equips que ocupen els primers llocs de la classificació amb resultats positius i amb tres victòries, dos d'elles amb equips punters i veritables aspirants a l'ascens. Es tracta del FS Iris Badalona i el FS Santa Perpètua.. La tercera victòria fou contra el Manlleu (8-1, però l'equip d'Osona ocupa uns dels darrers llocs de la taula.

Aquests resultats després de sis jornades disputades fan albergar esperances als membres de la junta que no dubten en manifestar les diferències amb anteriors temporades a l'hora de definir l'equip. Ara hi ha un equip equilibrat, un conjunt solidari i responsable en que tots van a una, diuen els responsables de l'entitat palauenca. Fins i tot es nota en els entrenaments, una actitud, una responsabilitat que després es manifesta i te els seus fruits als partits, diuen des de la junta. Uns resultats que, con apuntàvem al principi, situa el FS Palau-Penya Barcelonista en els primers llocs de la taula de classificació.

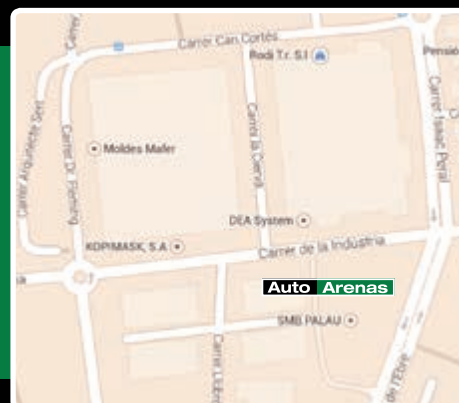
Auto Arenas

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 bonyes 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

Asador
Bodega

la Lola



MENÚ DIARIO A 9€

OFERTAS ESPECIALES EN
LOS ALMUERZOS DIARIOS

medio desayuno
+
bebida de la casa
+
café
3,50€

desayuno
completo
+
bebida de la casa
+
café
4,30€

LOS VIERNES
OFERTA ESPECIAL
BRASA

bocadillo
caliente
+
bebida de la casa
+
café
4,30€

reserva para grupos en fines de semana

reservas para comidas de empresa i/o grupos

horario:
de lunes a viernes de 6 a 18 horas
festivos cerrado

VEN Y DISFRUTA DE
NUESTRA AMPLIA TERRAZA



FACIL APARCAMIENTO

C/ Dels Ferrers, 1 • 08184 Palau-solità i Plegamans
☎ 640 21 13 35 / 637 34 41 57 • 📍 bodegalalola

Espectacular estat de forma del futbol sala femení base

L'equip femení base de Futbol Sala del Palau ha iniciat la temporada amb un estat de forma espectacular i, en funció dels resultats, es podria dir d'una manera avassalladora, ja que de sis partits disputats ha aconseguit el ple, és a dir, sis victòries de sis partits disputats. L'equip que entrena el també palauenc, Josep Jornet, «Jurni» va aconseguir la sisena victòria el passat dissabte, dia 12 endossant-li un contundent 0-3 al segon classificat, el Club Esportiu Vincit de Barcelona que fins ara anava empatat amb el conjunt palauenc amb cinc victòries. Amb aquesta victòria, l'equip d'en Jurni es queda sol al capdavant de la taula i les allunya encara més (5 punts del segon classificat amb un bagatge de sis de sis victòries, i amb 34 gols a favor i únicament cinc en contra. Els darrers resultats han estat contundent



• Les jugadores de la plantilla està integrada per les porteres, Marta González i Jessica Díaz i les jugadores de pista, Nerea Mañas, Noa Ruiz, Ana Matito, Sandra García, Lucía Gimeno, Carla Dordal, Noa Anaya, Aina Torrents i Aina Orià.

amb un 12 a 1 contra l'Hospitalet, un 1 a 7 al Mataró i un 6 a 1 al P Espugas. En total 25 gols a favor que amb els tres del dissabte sumen un total de 28 gols en els darrers quatre encontres. Espectacular, l'equip palauenc.

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



LOCAL EN LLOGUER

90m2 ZONA CAPRABO
350.€/mes

676 45 46 30/ 669 38 04 77

NO TANQUEM AL MIGDIA



EN TRASPÀS

Cafè / Tallat / Cafè amb Llet / Canya
+
Mini Flautí / Super Biquini
3 €

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

Cafè / Tallat / Cafè amb Llet
+
Croissant Normal / Croissant Integral
2 €

OFERTA DEL MES:

3 mini-croissants + tassa xocolata 1,95€

GAUDEIX DE LES NOSTRES PASTES
I D'UN PA DELICIÓS

Sant Miquel, 40 (al costat de l'Escola Marinada) • 08184 Palau-solità i Plegamans
Telèfons per a comandes: **649 413 931 - 93 863 96 09**



Controlar a la parella és una forma de violència masclista



Ajuntament de
**Palau-solità
i Plegamans**



**Programa
Igualtat**
Ajuntament de
Palau-solità i Plegamans



Palau-solità i Plegamans!

www.palauplegamans.cat

L'equip femení de futbol sala viu un moment de somni



• L'entitat esportiva del Futbol Sala Palau i la Penya Barcelonista de Palau acaben de signar un nou contracte de col·laboració mitjançant el qual continuen mantenint oberta la bona relació que uneix de les dues entitats des de fa anys. A la foto, els presidents, Vicenç Aixàs de la Penya i Josep Costajussà del FS Palau, respectivament.

Després d'estrenar-se a la categoria, a la segona divisió estatal, i després dels resultats assolits amb sis partits disputats i una mitjana d'un partit perdut cada tres disputats, les noies del Femisport Palau de Futbol Sala, viuen un principi de temporada força esperançador i ple d'expectatives, tot i que les dues derrotes les situen a la realitat, en el seu lloc, per tal que no s'ho creguin massa, diuen els membres de la junta de l'entitat palauenca.

Aquesta segona derrota ha estat contra el número u de la categoria, el Teldeportiu que ja havia renunciat la passada temporada a l'ascens de categoria, tot i haver quedat campió de la segona divisió espanyola i amb el bitllet d'ascens. Enguany, aquest equip va pel mateix camí de la temporada passada, ja que únicament ha perdut un partit dels sis encontres disputats. Per aquest motiu i vist des de l'entitat palauenca, la derrota no sap greu ni tampoc malament i, sense justificar la derrota del FS Palau, cal reconèixer que el Teldeportiu és un gran equip. Son molt bones jugadores en un gran equip, afirmen els membres de l'entitat esportiva palauenca.

De totes maneres, els resultats de l'equip palauenc son, fins al moment, uns resultats molt positius, uns resultats que des de l'entitat no havien somiat al menys en aquest inici de temporada. I és que després de vuit partits disputats, el Palau ocupa un dels primers llocs de la taula

de la classificació i enregistra uns números molt positius, 6 victòries i únicament dues derrotes, la primera fou el primer partit de la temporada de la que ja informàvem a l'anterior exemplar de l'Alzina i la segona aquesta contra el Telde.

Amb tot i després d'aquest segon entrebanc, el Femisport Palau ja s'ha refet amb dues victòries més. La primera ha estat contra l'Hospitalet per un contundent 4 a 0 i la segona assolida aquest passat dissabte, dia 12 a la pista del Vallirana. El resultat final fou de 2 a 3 contra un equip que anava classificat immediatament després del Palau, tot i que a cinc punts de l'equip palauenc. El resultat final però i segons els responsables de l'entitat, no reflecteix del tot la superioritat de l'equip palauenc. I és que en els darrers minuts, les jugadores palauenques es van deixar una mica, la qual cosa fou aprofitada per les locals per maquillar el resultat. La primera part ja va acabar amb un contundent 3 a 0. Els gols del FS Palau els van fer

Els resultats assolits per les noies del Palau aquest darrer mes han estat els següents:

- Palau 4 - Caldes 2
- Teldeportiu 2 - Palau 1
- Palau 4 - Hospitalet 0
- Vallirana 2 - Palau 3

Núm. 00319

LOW COST GRANOLLERS

by Estacions Servei Aneu Oil

Begur: Dels Salincs, 11
Bellver: Av. Cerdanya, 35
Esparraguera: Enclusa, 17
Granollers: Mataró, 40
Palafrugell: Av. Generalitat, 31
Quart de Poblet: De la Saleta, s/n
Sant Boi de Llobregat: Azuaga cant. B-201

www.gasolinerasaneuoil.com

MATARÓ, 40 [GRANOLLERS]

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

▶▶▶ Gimnàstica per a la columna vertebral

Explicarem com estirar la cadena muscular posterior de les cames: Isquiotibial, bíceps femoral (que és un múscul del grup d' Isquiotibials), bessó i soli.

Exercici A



Objectiu: Estirament dels isquiotibials.

Posició inicial: De peu, col·locar una cama estirada, sobre una cadira, taula o similar. Com més amunt, més ens estirarà.

Execució: Realitzar 3 accions:
1. Tocar el peu amb la mà contralateral, i tirar-lo endavant. Si no s'arriba, agafar-se el més avall possible.

2. L'altra mà tira el genoll cap al terra.

3. Tirar el cos endavant. Apropar el cos al genoll.

Duració: Mantenir 10 segons, realitzar 3 vegades amb cada cama.

Variant: Realitzar el mateix girant la cama, en posició neutre i rotació externa i interna de maluc.



Exercici B



Objectiu: Estirament del bíceps femoral.

Posició inicial: De peu, col·locar una cama sobre una cadira, taula o similar.

Execució: Realitzar 3 accions:
1. Abraçar la cuixa, doblegant el genoll.
2. Apropar al màxim el pit a la cuixa.
3. Estirar el genoll. Sense deixar

anar la cama

Duració: Mantenir 10 segons, realitzar 3 vegades amb cada cama.

Exercici C



Objectiu: Estirament dels bessons i tendó d'Aquiles.

Posició inicial: De peu, pujar en un esglaó, posant el taló fora del recolzament.

Execució: Amb el genoll ben estirat, apropar el taló cap al terra, deixar caure el nostre pes sobre el taló.

Duració: Mantenir 10 segons, realitzar 3 vegades amb cada cama.

Exercici D



Objectiu: Estirament del soli i tendó d'Aquiles.

Posició inicial: De peu, pujar en un esglaó, posant el taló fora del recolzament.

Execució: Amb el genoll una mica doblegat, apropar el taló cap al terra, deixar caure el nostre pes sobre el taló.

Duració: Mantenir 10 segons, realitzar 3 vegades amb cada cama.

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**

FISIOTERÀPIA PALAU

Susanna Garriga

"La teva salut en bones mans"

NOVES INSTAL·LACIONS!

Passeig de la Carrerada, 14

93 864 46 94

+ Per més informació: Passeig de la Carrerada, 14
Palau-solità i Plegamans
t. 93 864 46 94
direccio@fisioterapiapalau.com _ www.fisioterapiapalau.com

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

Agenda Cultural • NOVEMBRE-DESEMBRE

DIVENDRES 18

22h | Teatre de la Vila
Programació Estable de Teatre. El llarg dinar de Nadal de Thornton Wilder a càrrec de la Cia Ruta 40.
 Preu de l'entrada: 12€ i descomptes especials.
 Venda anticipada: Masia de Can Cortès (a partir del dilluns 14, 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

El llarg dinar de Nadal

divendres 18 de novembre a les 22h al Teatre de la Vila



DISSABTE 19

10.15h | Masia de Can Cortès
 Club de lectura juvenil.
Cazadores de sombras 1: Ciudad de hueso de Cassandra Clare.
 Organitza: Associació Taller de les Arts amb la col·laboració de la Biblioteca Municipal

DIMECRES 23

17.30h | Masia de Can Cortès
 Club lector.
Els detectius, el conte amagat. Petita història d'un tovalló groc descolorit de Miquel Ribas.
 Organitza: Biblioteca Municipal

**DISSABTE 26
 DIUMENGE 27**

6.30h | Casal de la Gent Gran.
Masia de Can Cortès Sortida: El tren dels Llacs i el Pallars, Loteria a Sort.
 Preu: 145€

DIUMENGE 20

18h | Teatre de la Vila
Concert de Santa Cecília a càrrec de l'Orquestra d'Acordions de Sabadell.
 Organitza: Ajuntament de Palau-solità i Plegamans

DIJOUS 24

20h | Masia de Can Cortès
Club de Lectura d'Adults. L'integrista reticent de Mohsin Hamid.
 Organitza: Associació Taller de les Arts amb la col·laboració de la Biblioteca Municipal

DESEMBRE

DIVENDRES 2

22h | Teatre de la Vila
Programació Estable de Teatre. El Planto a càrrec de la Cia El Vol del Pollastre.
 Preu de l'entrada 12€ i descomptes especials.
 Venda anticipada: Masia de Can Cortès (a partir del dilluns 28 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

DIUMENGE 27

18.30h | Teatre de la Vila
L'Escotilló. Mostra de Teatre Amateur: No, Tia a càrrec del Grup Farrigo-Farrago de Palau-solità i Plegamans.
 Preu de l'entrada 5€.
 Organitza: Agrupació Teatral Farrigo - Farrago

DIVENDRES 25

17.30h | Masia de Can Cortès
Cinefòrum sobre el maltractament a la dona.
 Al final de la pel·lícula es llegirà un manifest contra la violència de gènere i encendrem una espelma en record de les víctimes.
 Organitza: Associació Dones per les Dones

Biblioteca municipal

Especial: La meteorologia

Racó creatiu: Pintem i dibuixem. Gomets i plastilina

Cursos

Escola de pessebrisme

Divendres del 16 de setembre al 25 de novembre. De 17.30 a 20h
 Lloc: Tallers de la Masia de Can Malla
 Organitza: Associació Pessebrista de Palau-solità i Plegamans

Obrim Can Malla per gaudir i informar
 Tots els dimecres de 18.30 a 20 h



L'ALZINA

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

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 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.

INFORMACIÓ DE LA **POLICIA LOCAL** de Palau-solità i Plegamans



Campanya de sancions contra l'estacionament indegut a Palau-solità i Plegamans

La Policia Local posarà en marxa l'1 de desembre, una campanya de control i sancionadora contra l'estacionament indegut als carrers Palau-solità i Plegamans per conscienciar els conductors de la importància de respectar els senyals d'estacionament prohibit. L'objectiu és sensibilitzar els veïns i veïnes del municipi sobre com aparcar de forma cívica i sense entorpir la circulació de vianants i vehicles.

L'alcaldesa i regidora de Seguretat Ciutadana, Teresa Padrós, ha explicat que a Palau-solità i Plegamans "no és permisible deixar el vehicle a les voreres, als passos de vianants o al lloc reservat per a minusvàlids. Per això, s'han de respectar les normes col·lectives perquè l'ordre i la convivència a la vila sigui possible."

L'aparcament inadequat provoca grans dificultats de desplaçament als vianants, especialment als que tenen mobilitat reduïda i persones d'edat avançada, i als vehicles d'emergències. Segons la Policia Local, últimament s'han rebut moltes queixes per situacions



d'incivisme relacionades amb aquest problema. A partir de l'1 de desembre la Policia Local denunciarà i sancionarà els vehicles mal aparcats. La sanció per estacionar sobre la vorera o no obeir el senyal vertical d'estacionament prohibit o una marca groga longitudinal contínua de prohibit aparcar, oscil·la entre els 100 i 200 €. Les sancions s'imposaran a qualsevol lloc de la vila, a qualsevol hora del dia i de la nit i en qualsevol circumstància. Segons l'alcaldesa, "la prioritat és protegir el vianant dels excessos dels automobilistes incívics".

Seguretat Ciutadana

La Policia Local ha tramitat durant l'últim mes la instrucció d'una desena de robatoris: a domicilis, a tres vehicles i a una botiga. Les joies i els aparells electrònics han estat l'objectiu dels lladres dels domicilis, mentre que als vehicles sinistrats s'ha sustret una ràdio i s'han denunciat danys materials. A una botiga de l'avinguda Catalunya han agredit a la dependenta i s'han emportat una jaqueta valorada en 400 euros. D'altra banda, una patrulla de la Policia Local ha detingut 'in-fraganti' els autors d'un intent de robatori al supermercat DIA del carrer Pintor Vayreda mentre forçaven la persiana d'entrada. La matinada de l'1 de novembre es van produir incendis a diversos contenidors al centre de la vila amb la necessària presència dels bombers de Mollet.



Trànsit

El passat 4 de novembre un vehicle es va estavellar contra un arbre del passeig de la Carrerada. Un dels passatgers, una nena menor d'edat, va patir ferides i va haver de ser traslladada en ambulància a l'Hospital de Mollet. A l'avinguda Catalunya van col·lisionar tres

vehicles en un accident múltiple, amb el resultat d'un ferit lleu, que va ser traslladat a l'Hospital de Mollet, i diferents danys materials als cotxes implicats. La Policia Local es va personar al lloc del fet per fer la instrucció.



PIROFACTORY →

JUGUETES CM[®]

VENDA DE

PETARDS I JOGUINES



PIROFACTORY →

[PREUS DE FÀBRICA]

By PETARDOS CM[®]
902 34 20 34

PETARDS
I JOGUINES

www.petardoscm.com
venda de petards

[PRIMERES MARQUES PREUS DE FÀBRICA]

OBERT TOT L'ANY! 900 34 20 34

*PIROFACTORY PALAU

Avda. del Camí Reial, 5. Nau 2. 08184 Palau-solità i Plegamans (BCN). Crta. C-155 Granollers/Sabadell.

• HORARI DE NOVEMBRE DE 2016.

De dilluns a dissabte de 10:00 h a 14:00 h i de 16:30 h a 20:30 h.

• HORARI DE DESEMBRE DE 2016 FINS AL 5 DE GENER DE 2017.

De dilluns a diumenge de 9:00 h a 21:00 h. 6 DE GENER DE 2017 obert de 10:00 h a 15:00 h. 25 de desembre de 2016 tancat.