

UNA ROSA, UN LIBRE... SANT JORDI 2023

pàg. 4-5 ►►

entrevista

Parlem amb...
Marc Sanabria, candidat
del PSC a l'alcaldia

pàg. 18-19 ►►

entrevista

Parlem amb...
Oriol Lozano, candidat
d'ERC a l'alcaldia

pàg. 20-21 ►►

entrevista

Jordi Nogué,
fisioterapeuta i
neurollogista

pàg. 22-23 ►►

edició



digital



Tot el que necessita per vendre el seu habitatge,
és confiar en nosaltres.

immobiliària **Farnés** Assessorament i eficàcia

93 864 89 56 · farnes.cat

FES MÉS VISIBLE EL TEU COMERÇ AMB UNA PÀGINA WEB

Des de **499 €**

A MÉS...

SERVEIS OFFLINE

comunicació gràfica
preimpressió
serveis gràfics
imatge corporativa

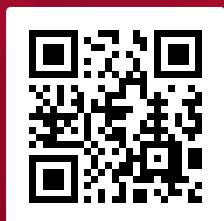
SERVEIS ONLINE

COMUNICACIÓ WEB
FRONT/BACK end
HOSTING
marketing online



grafisme & comunicació

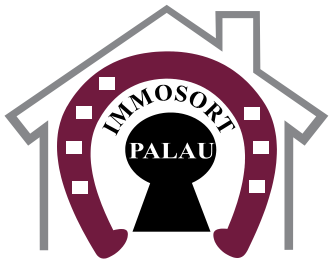
DISSENY



JPSDISSENY.CAT

+34 607 753 459
info@jpsdisseny.cat

  [@jpsdisseny](https://www.instagram.com/jpsdisseny)



IMMO SORT PALAU

CONSTRUCCIONS I PROJECTES BAEMA, S.L.

 **605 39 17 14**



JUANA BAEZA, COMERCIAL

PARCELA 3V



CAN MAIOL-COLEGIOS 159.000 €
Terreno de 150m² para poder hacer bloque pisos de 3 viviendas, una de ellas duplex + 3 plazas parking, 3 trasteros y terreno comunitario.

PARCELA



CAN MAIOL 125.000 €
Parcela 200m² bien ubicada al lado de colegio y Caprabo. Ideal para adosado.

PARCELA



CAN FALGUERA 126.000 €
Parcela en Palau, 450m² plana y bien orientada.

PARCELA



CAN FALGUERA 120.000 €
Parcela plana de 460m² en Can Falguera.

PARCELA



CAN FALGUERA 123.900 €
Parcela 550m², 2 construcciones de obra, con agua, luz y alcantarillado.

CASA A. STANDING



CAN FALGUERA 489.000 €
Alto standing 402m² en parcela de 670m², 4 hab, 3 baños, comedor 60m². Vistas fantásticas.

CASA



LA PINEDA 425.000 €
Casa 160m² en parcela de 400m², 3 hab, 3 baños, barbacoa y zona de piscina, totalmente actualizada.

CASA



CAN ROVIRA (Lliçà A.) 275.000 €
Casa con piscina, garage para 3 coches y pequeño apartamento independiente en boardilla.

CASA



LA SAGRERA 389.000 €
280m² a 3 vientos, 2 plantas, garage, buhardilla, 4 hab, 2 baños completos.

CASA



CAN FALGUERA 425.000 €
Casa obra nueva en venta por planos, 4 hab, 2 baños y garage. Acabados a escoger. Entrega en 12 meses.

CASA



CAN ROVIRA (Lliçà A.) 280.000 €
Casa en Can Rovira, 4 hab, 2 baños, garage. Todo en una sola planta. OPORTUNIDAD.

CASA



SANT PERE VJ. 257.000 €
Casa 3 hab, 1 baño, comedor, cocina, terraza, y planta superior diáfana para varios usos u otra vivienda.

CASA



CAN FALGUERA 429.000 €
Casa obra nueva 130m² en parcela 400m², 5 hab, 3 baños, jardín, y piscina. Entrega en 12 meses.

CASA 2 VIVIENDAS



PALAU CENTRO 495.000 €
Casa 2 viviendas + 2 locales en parcela de 500m². Se pueden hacer 4 escrituras. OPORTUNIDAD.

CASA



PALAU SEMICENTRO 368.000 €
Casa adosada 220m², 5 dormitorios, 3 baños y piscina.

MASIA



LLIÇÀ D'AMUNT 349.000 €
Masia recién reformada 160 m² en terreno de 3.500m² con 2 pozos, cuadra, 2 naves 200m², Cerca dels Vivers Ernest.

DUPLEX



PALAU CENTRO 290.000 €
Duplex grande 135m², 4 hab, 2 baños, ascensor, 2 terrazas (60m²+10m²). Buenas vistas y muy soleado.

PISO



PALAU 249.000 €
Piso obra nueva 95m², 3 dormitorios, 1 de ellos con baño completo, con parking y trastero.

PISO



LLIÇÀ D'AMUNT 160.000 €
Piso tipo casa 60m², 2 hab, 1 baño, jardín comunitario y parking en urbanización cerca de Can Salgot. Todos los servicios.

LOCAL



BARBERÀ V. 69.000 €
Local 70m² en Barberà con baño y pequeño patio de luces.

GRAN OPORTUNIDAD

CASA



CAN FALGUERA 305.000 €
Casa 140m² en parcela de 550m², 3 hab, 2 baños, pequeño apartamento de 30m² y piscina. OPORTUNIDAD.

CASA



PALAU SEMICENTRO 345.000 €
Casa 190m² construídos en terreno de 400m² con jardín repartidos en 2 viviendas independientes.

PISO



PALAU CENTRO 188.000 €
Piso 3 dormitorios, cocina amplia, baño completo, comedor, terraza 10m². Ascensor. Totalmente actualizado.

Vols saber el preu de la teva propietat ?? **SERVEI DE TAXADOR AUTORITZAT**



4 notícies | tema del mes

LLIBRES I ROSES EN UNA NOVA DIADA DE SANT JORDI A LA VILA

A part de la tradicional Fira de Sant Jordi a la Plaça de Ca l'Estruch, l'Ajuntament ha programat tota una sèrie d'actes del 17 al 28 d'abril: exposició literària de les activitats de la gent gran, intercanvi de llibres a l'Escorxador, taller d'enquadrernació, tallers d'escriptura creativa, presentacions de llibres, i l'entrega dels premis del concurs de prosa i poesia Sant Jordi 2023.

Un any més, llibres i roses ompliran els carrers de la vila per commemorar la Diada de Sant Jordi. L'Ajuntament ha preparat un conjunt d'activitats que tindran lloc entre el 17 i el 28 d'abril i que culminaran amb la tradicional Fira a la Plaça Ca l'Estruch on es podran comprar roses i llibres.

Fins al 28 d'abril, d'una banda, es podrà visitar l'Exposició literària dels i les participants de les activitats dirigides a la gent gran en horari d'obertura al Casal de la Gent Gran de la Masia de Can Cortès. D'altra, es podrà fer intercanvi de llibres a l'Espai Jove l'Escorxador a les tardes.

Per al dimarts 18, s'ha previst que l'Espai Jove aculli el Taller de descoberta, iniciació i enquadrernació, «llibre-llibreta». El mateix dia s'ha programat la presentació a Can Cortès del llibre de Jaume Ventura «Nom de les cases del nostre poble» —això és el programat al tancament d'aquesta revista, el dia 16 d'abril—.

Amb la col·laboració de El Taller de les Arts per al dia 20 s'ha programat el següent Taller d'escriptura creativa. A més, més tard, i a Can Cortès, una nova presentació d'un llibre: «L'ull de la realitat», de Xavier Panadès.

Per al divendres, dia 21, hi ha previst desenvolupar dues activitats: el Taller d'Art en Família «Balla, balla endevinalla. Juguem amb la poesia i la il·lustració», a la Torre Folch; i «Micro obert per Sant Jordi a l'Espai Jove», un espai per narrar, o recitar escrits o textos literaris amb acompanyament musical, a l'Escorxador.

Premis del concurs de prosa i poesia

El dissabte 22 d'abril està prevista la cerimònia d'entrega dels premis del 32è Concurs de Prosa i Poesia de Sant Jordi, a les 11 hores, a la Torre Folch —aquesta revista publicarà els premiats a l'edició de maig—.

La Fira de Sant Jordi

Llibreries i floristeries ja tenen tot a punt per oferir llibres i roses al públic al llarg de la Diada de Sant Jordi, el proper 23 d'abril. De 10 del matí a les 9 del vespre, la Plaça de Ca l'Estruch acollirà aquesta tradicional Fira. Com cada any, un degoteig continu de vianants passarà per la plaça per gaudir d'aquesta jornada cultural, on està previst diverses signatures de llibres:

alzinapalau.cat

JMP 16-04-2023
Font: Aj PsiP



RESTAURANT



Cuina tradicional amb productes de qualitat

dinars d'empresa

T'hi esperem!!

Facilitat d'aparcament per a cotxes i ciclistes

Zona reservada per a les seves bicicletes

OBERT:
de dijous a diumenge migdia,
divendres i dissabte nits.
Dilluns, dimarts i dimecres tancat.

Segueix-nos a [f: RestaurantCanFalguera](https://www.facebook.com/RestaurantCanFalguera)

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

- Xavier Panadès, «L'Ull de la Brutalitat», d'11 a 13 hores
- Anna Campillo, «Trencadissa», d'11 a 13 hores
- Laura Magó, «Alas de plata», d'11 a 13 hores
- Jaume Ventura, «El nom de les cases del nostre poble», de 16 a 20 hores
- Cecília Alcaraz, «Més vides», de 17 a 19 hores

Paral·lèlment, hi haurà el Taller de Morro de Drac Ferotge amb material reciclat a partir de les 10 del matí. També a les 11 hores, «Llegim? Micro obert de lectura», on qualsevol persona podrà narrar cròniques, recitar poesia, o cantar alguna cançó.

A la tarda, sobre les 6, s'oferirà una ballada de sardanes a càrrec de la Cobla Genisenca. Organitzat per l'Agrupació Sardanista. Col·laboren i organitzen aquestes activitats la Regidoria de Cultura, Gent Gran, Joventut, Fires i Mercats, Tallers de les Arts i Agrupació Sardanista de PsiP.

Novetats de llibres

Algunes de les novetats en llibres en català d'aquesta Diada de Sant Jordi, segons diverses fonts, a banda dels autors locals, seran:

- «Pregària a Prosèrpina», d'Albert Sánchez Piñol —La Campana—
- «La veritat no està escrita», de Lolita Bosch —La Campana—
- «Cos a terra», de Toni Aira —La Campana—
- «La història dels vertebrats», de Mar Garcia Puig —La Magrana—
- «Quin bé que em fas quan em fas bé», d'Albert Espinosa —Rosa dels Vents—

- «Sota el fang», de Joan Roca Navarro —La Magrana—
- «De la sabana a Mart (L'economia de la intel·ligència natural)», de Xavier Sala Martín —Rosa dels Vents—
- «Crimis: pecats capitals», amb Carles Porta —TV3/La Campana—
- Com a llibres infantils:
- «El fil invisible», de Miriam Tirado —B de Blok—
- «El cuc poruc», El pot Petit —Montena—

Llibres de l'Ajuntament

A més, l'Ajuntament posa a la venda els llibres que ha editat:

- «Espais i Racons de Palau-solità i Plegamans»
- «Història de l'Ajuntament», Qu4trePins
- «Història del Nostre Temps»
- «La memòria dels carrers», Codés Fernández i Neus Nadal
- «Temps era Temps», «Temps era temps II», «Temps era temps III», Jaume Ventura
- «Va passar una maltempada», Pere Farnés
- «El nom de les cases del nostre poble», Jaume Ventura
- «Les veus de la coral. 100 anys»

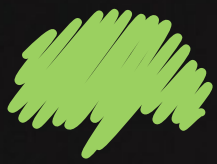
L'Ajuntament també posarà a la venda el «mapa il·lustrat de les Masies històriques de Palau-solità i Plegamans», de l'artista David Riera; la col·lecció de dues postals del municipi, fotografies del Castell de Plegamans i de l'església de Santa Maria de Palau-solità; i el «Calendari 2023, vida de pagès a la vila».

PISCINES CLUB ESPORTIU

ESTIU PISCINES CLUB 2023

ESPLAI D'ESTIU
STAGE DE DANSA
CASAL DE PÀDEL
INTENSIVUS NATACIÓ

A PARTIR DE MAIG TINDREU TOTA LA INFORMACIÓ DELS ESPLAIS D'ESTIU A LA RECEPCIÓ DEL CLUB.



L'ALZINA

L'ACTUALITAT, EN FORMAT DIGITAL

Ara també al WhatsApp 

ENVIA UN **WHATSAPP** AL **607 753 459** AMB
EL **NOM, COGNOMS** I LA PARAULA **ALZINA**



SUBSCRIU LA NEWSLETTER ARA !!

TAMBÉ POTS ESCANEJAR EL **QR**,
ANAR AL **WEB** O ENVIAR UN **E-MAIL** A
info@alzinapalau.cat





ACTE

Presentació de la candidatura i el programa



Divendres
28 d'abril



19h



Teatre de la Vila
(Carrer d'Anselm
Clavé, 13)

Perquè guanyi

Palau-solità i Plegamans



#alcalde
Marc Sanabria





Palau-solità i Plegamans Units per la República. Grup Municipal Primàries



S'acaba la legislatura i nosaltres, com a Formació Política, no hi serem a la propera.

Durant aquests quatre anys, hem procurat servir al poble amb tota humilitat i molt d'esforç i creiem que hem fet una oposició constructiva i lleial a l'equip de govern. Des d'altres àmbits seguirem lluitant perquè el nostre poble creixi en valors, sostenibilitat, justícia social, recursos pels més necessitats i empoderament social, polític i nacional.

Un agraïment immens a totes les persones que ens van votar i ens van honorar amb la seva confiança. A totes elles, els hi demanem que a les properes eleccions del 28 de maig votin formacions polítiques que defensin la llibertat i el respecte pels drets fonamentals i que en el seu programa hi figuri explícitament el compromís de lluitar per la independència del nostre país i per la defensa de la llengua i cultura catalana. Catalunya necessita ajuntaments que defensin la independència de Catalunya, ajuntaments que segueixin honorant l'1 d'octubre i que lluitin per posar fi a la repressió de l'estat espanyol,

El nostre Grup Municipal de PRIMÀRIES els dona les més sinceres GRÀCIES!

Nota: Valorem del batlle Oriol Lozano l'aclariment, que va fer al Facebook, relacionat amb l'entrevista al diari AVUI, al desmarcar-nos, en positiu, de la resta de l'oposició en les seves valoracions.

Marxem amb l'esperança que allò que encara no s'ha complert es farà. Ho reivindicuem, fins l'últim moment:

- **Trasllat i nova ubicació de l'Escola de Música perquè pugui ser homologada.**
- **Que el complex esportiu i la piscina de 25m sigui una realitat ben aviat.**
- **Que la municipalització de serveis vagi endavant.**
- **Recuperació i conservació del patrimoni històric: Completar el recorregut de la Via Augusta.**
- **No a la construcció de nous polígons: Ni Can Valls, ni el de Llevant. Sí a la Plataforma CUIDEM GALLECS, SALVEM PALAU #NO AL POLÍGON**
- **Un arborètum a l'Hostal del Fum.**
- **Habitatges de lloguer social.**
- **Un Casal per a la gent gran en condicions.**
- **Una residència geriàtrica pública.**
- **Trobar maneres de fomentar la llengua i cultura catalana a la població.**
- **Exercir la sobirania fiscal: Moció aprovada pel PLE el març del 2021.**
- **Entre altres...**

Marxem però ens segueixen preocupant temes a nivell de país que no estan resolts:

Les discriminacions lingüístiques a la universitat continuen.

El català recula en els estudis de Dret de Catalunya i en molts altres àmbits.

La defensa dels drets lingüístics a les administracions Públiques i la seva utilització.

Fer del Català una Llengua Oficial a la UE.

El #CatalanGate que és el cas d'espionatge polític més gran del món amb el programari espia #Pegasus.

El #CatalanGate és part de la guerra bruta contra Catalunya.

Segueix sense resoldre's i amb més traves que mai per part del govern de l'estat.

El govern espanyol segueix utilitzant el terrorisme per justificar les infiltracions en l'independentisme.

No oblidem seguir sent solidaris amb la comunitat ucraïnesa. #ATUREM LA GUERRA

Tossudament alçats: Som aquí, tossudament alçats, proclamant el nom, el temps i el lloc que ens dol i pertany...per mor que el somni que tenim junts es faci possible... (Lluís Llach)





CIUTADANS PALAU



Por un ayuntamiento de todos

Una gestión imparcial e igual para todos los ciudadanos de Palau-solità i Plegamans donde las personas este por encima de los intereses de partido y la ideología.

Por un sistema de recogida de basuras más amigable

Revertir el cambio en el sistema de recogida de basuras, por una solución más práctica y flexible, en la medida que los contratos actuales lo permitan.

Por un proyecto para la gente mayor

Un proyecto de "casal" en el centro del pueblo que facilite el contacto y la atención de nuestros mayores, un sector de población cada vez mas numeroso entre la población

Por modelos energéticos sostenibles

Mejorar la bonificación del IBI para instalaciones solares, alargando su vigencia de 3 a 7 años. Parque de carga de vehículos eléctricos anticipándose a la demanda.

Por una asistencia social y ventanilla única

Mejorar el sistema de atención ciudadana, de asesoramiento y soporte a la población en general y a los mayores en particular facilitando las gestiones de los vecinos.

**Mejor
Unidos**



**Millor
Units**

Andrés Martínez 670 335 725

Juan Martínez 687 845 857

ciudadanospalau@gmail.com

f Cs_Palau @Cs_Palau CsPalau

¿Quieres hacerte simpatizante de nuestra agrupación y recibir información sobre nuestras actividades? Contacta con nosotros en alguno de los teléfonos del pie de página, envía un correo a nuestra dirección o regístrate como simpatizante en la web de nuestra formación política: <https://www.ciudadanos-cs.org>

Hem sumat. Ara sí!



Sumem amb Liberto Folch

Volem estar-hi per treballar. Ens ajudes?

Volem parlar de **tot**, en harmonia. Sense colors ni banderes.

De piscines, d'escombraries,
de l'aigua, dels carrers, dels mercats,
de les festes, de l'espai per acomiadar als estimats,
de la salut, de les residències, dels habitatges i del que tu vulguis.

La convivència, és el nostre color.

El sentit comú, és la nostra ensenya.

El destinatari, el ciutadà. **Tots**, sense exclusions.

La gent gran, la menuda, les dones i els homes,
dels menys afavorits, **Tots**.



El 28 de maig, tu decideixes. Gràcies.



DEMÒCRATES DE CATALUNYA PRESENTARÀ CANDIDATURA A PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS A LES PROPERESELECCIONS MUNICIPALS

DANY RUIZ ENCAPÇALARÀ LA LLISTA DEMÒCRATA

Demòcrates de Palau-solità i Plegamans ha acordat en l'assemblea local presentar candidatura a les properes eleccions municipals que es celebraran el proper 28 de maig.

En votació interna i per unanimitat, els voluntaris demòcrates de Palau-solità i Plegamans han decidit seguir participant de la política municipal començada fa quatre anys amb el projecte de Primàries.

Jordi Serraviñals, Portaveu Comarcal de Demòcrates de Catalunya al Vallès Occidental, ha manifestat que *“un cop vam constatar que el projecte de Primàries no continuaria endavant, des de Demòcrates de Catalunya a Palau-solità i Plegamans vam obrir una roda de contactes amb les diferents candidatures independentistes del municipi per procurar punts de confluència que ens permetessin concórrer conjuntament a les eleccions. Però és evident que no ha estat possible: Alguns han primat el partidisme en lloc del progrés del municipi, i la unitat de l'independentisme. Això, i sobretot, el fet que no podem deixar orfes tots els que consideren vigent el referèndum del Primer d'Octubre ens ha convençut que cal una candidatura netament independentista que tingui com a referent la important feina feta per Primàries a Palau-solità i Plegamans”*.

Dany Ruiz, que ha estat escollit cap de llista per la mateixa assemblea, ha volgut posar en relleu que *“som una candidatura nova, fresca, sense hipoteques, però que a l'hora aportem, com a referent, l'experiència de Primàries durant l'última legislatura. Treballarem posant les persones al centre, sense perdre de vista, però, que tenim un mandat vigent que emana del referèndum del Primer d'Octubre, que ens obliga a tots, i que treballarem des de l'Ajuntament per culminar el procés d'independència de Catalunya”*.



LA COMANDA TEMPLERA, LES OKUPACIONS CONFLICTIVES I LA UBICACIÓ DEL TANATORI, A DEBAT AL MARÇ

alzinapalau.cat

JMP 31-03-2023



La quarta modificació de crèdit, la liquidació del pressupost de 2022, una nova finca per a habitatge públic, el conveni de cessió d'ús i el pla director de la Comanda Templera, els consells d'urbanisme i cultura, la modificació del quadre sancionador de l'ordenança de circulació, les mesures per a les okupacions conflictives i la petició de canvi d'ubicació del futur tanatori municipal, com a punts forts a la sessió plenària de març.

El tercer Ple de l'any, celebrat el passat 30 de març a la Sala de Plens de l'Ajuntament, va tenir com a peculiaritat la lectura del manifest del 8M per part de totes les regidores del Consistori tot just abans del torn de preguntes i respostes.

Ordre del dia: punts destacats

#. *La modificació de crèdit núm. 4 a càrrec de romanent líquid de tresoreria per a despeses generals i majors ingressos*, va ser aprovada per unanimitat.

Aquesta modificació en la modalitat de crèdit extraordinari i suplement de crèdit finançat amb càrrec romanent de tresoreria i majors ingressos és necessària per a despeses que no poden demorar-se fins a l'exercici següent. Un total de 452.146,97 euros, dels quals 315.240 euros procediran del romanent de tresoreria i 136.906,97 euros de la Diputació.

#. *Donar compte de la liquidació del pressupost de 2022.*

El regidor Sergi Plaza va fer el resum de xifres i balanç dels documents tècnics comptables pressupostaris de l'exercici 2022, els quals reflecteixen un romanent de 14.041.519 euros, amb un resultat negatiu de -4.270.284,72 euros, diferència entre

l'alta despesa —22,4 milions d'euros— i menys ingressos —18,6 milions d'euros—, principalment a causa del canvi de plusvàlua. El ràtio de deute públic es manté constant al 13,82%, i es situa en 2,4 milions d'euros —600.000 euros menys que al 2021—, i que correspon a una reducció del 7% al llarg de tot el mandat. Des del govern van fer una valoració positiva d'aquestes xifres ja que s'ha de tenir en compte la cua final de la pandèmia, la guerra d'Ucraïna, el preu de l'energia, etc.

#. *L'inici de l'expedient de contractació de la concessió administrativa demanial sobre sòl de titularitat municipal destinat a la promoció, construcció i gestió d'allotjament de protecció pública de caràcter social i assequible*, va ser aprovat per majoria, amb l'abstenció del PSC i Cs.

Correspon una finca de titularitat municipal al Camí de la Serra de Ponent, 15, 17 i 19 tipificat al POUM com a sistema urbanístic d'habitatge dotacional —per a reserves de polítiques d'habitatge públic—. Amb subvenció dels Next Generation per a l'edificació de 52 habitatges d'ús comunitari en règim de lloguer social.

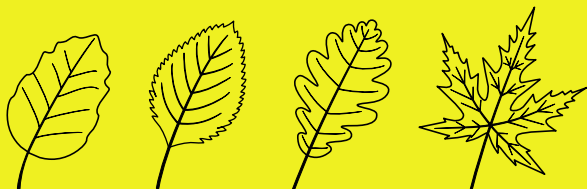
#. *El conveni de cessió d'ús gratuït de la Comanda Templera i la proposta del seu Pla Director* van ser aprovats per unanimitat.

El conveni —llegir notícia a banda— entre l'Ajuntament i els propietaris servirà per a fer-ne ús de la muralla de l'ermita i les construccions adossades, per un període de 50 anys que s'obrirà al públic 1 vegada cada mes una vegada finalitzi el procés de rehabilitació. Es sol·licitaran subvencions públiques per a la rehabilitació.

D'altra banda, al 2021 es va demanar a la Diputació el Pla Director de la Comanda Templera, qui va concedir el recurs. El projecte preparat pels arquitectes tècnics es van presentar al febrer. El Pla contempla 7 etapes per a la reconstrucció: elements inestables urgents; estudis i condicionament del conjunt; muralla, mirador i aparcament; perimetria de la capella; volumetria exterior del conjunt; restauració interior; i posada en valor el conjunt i pla d'usos. Tot el procés sumarà un total de 433.135 euros.

BARRACHINA

SERVEIS DE JARDINERIA



BARRACHINA66

MÒBIL 656 939 039

#. L'inici del reglament regulador del Consell Assessor Urbanístic i la creació del Consell de Cultura i el seu reglament, també van ser aprovats per unanimitat.

#. Donar compte de la resolució de modificació del quadre sancionador propi de l'Ordenança Municipal de circulació i seguretat viària.

Diversos punts sancionadors aprovats anteriorment en sessió plenària tipificats com a sancions lleus han estat rebutjats per la Diputació de Barcelona perquè la llei viària general els titlla com a sancions greus.

Ordre del dia: mocions

#. La moció presentada per Ciutadans, amb l'adhesió del PSC, perquè l'Ajuntament promogui desallotjaments enfront d'okupacions conflictives i adopti mesures contra les okupacions d'immobles, va ser rebutjada per majoria en la totalitat dels 4 punts en què es va votar aquesta moció.

Andrés Martínez, portaveu de Cs, va exposar que «las okupaciones son un ejemplo de cómo no sólo el propietario sino también los vecinos se convierten en víctimas de los okupas al sufrir daños en sus edificios y en algunos casos daños personales muy graves». Martínez va recordar a la sessió la Llei antiokupacions aprovada al Parlament el 8 de febrer amb el suport de Junts, ERC, PSC i Cs, la qual «se centra en dar instrumentos a los municipios para actuar contra okupaciones cuando los propietarios se desentienden de sus propiedades y no ejercitan las acciones necesarias para desalojarlo».

Els 4 acords de la moció, l'aplicació de la llei des del moment de l'entrada en vigor; la creació d'una Oficina Antiokupació; la creació d'una unitat especial de la Policia Local; i la recuperació d'ofici de la possessió dels immobles okupats amb titularitat municipal segons la Llei del Patrimoni de les Administracions Públiques; van ser rebutjades per igual per ERC, JxP i Primàries, a excepció del primer punt en què Primàries va votar a favor ja que «és de sentit comú acatar la Llei».

3. La moció presentada pel PSC amb l'adhesió de Cs, per no ubicar el futur tanatori al centre de la trama urbana, va ser rebutjada amb el vot en contra de l'equip de govern i de Primàries.

La moció vol instar al govern municipal a iniciar els procediments administratius pertinents per revocar l'acord del Ple de 29 de setembre de 2022 d'aprovació provisional del POUM dirigida a ubicar a la finca del C/ Doctor Fleming, s/n, per possibilitar la construcció del tanatori; crear una comissió d'estudi per analitzar les ubicacions alternatives, i traslladar els acords a l'Associació de Veïns i Veïnes de Can Cortès, tal com va exposar el regidor socialista Ignasi Martínez.

Per a Primàries, és un tema reiteratiu al qual ja van donar suport i, ja que els arguments són els mateixos, «no els tornarem a exposar», segons va argumentar la seva portaveu, Núria Solà.

Ignasi Fargas, per part del govern, va fer un discurs al·legant la manca de projectes vers el tanatori al llarg de 20 anys de govern socialista. A més, caldria «deixar de tractar la mort com a tabú». Fargas va considerar que la moció «és per fer soroll en la línia del no a tot». El regidor d'ERC va cloure dient que «els terrenys que tenim són els que són».

Martínez va replicar que uns dels seus punts era la proposta d'una comissió d'estudi i que això «va en concordància amb l'acord de la participació del poble en el Consell d'Urbanisme».

SIGNATURA DEL CONVENI DE CESSIÓ D'ÚS DE LA COMANDA TEMPLERA



Foto: Aj PsiP

alzinapalau.cat

JMP 27-03-2023
Font: Aj PsiP



La cessió per un període de 50 anys té l'objectiu és emprendre la recuperació arquitectònica i històrica d'aquest espai patrimonial tant important per al municipi.

El passat 14 de març es va signar un conveni de cessió d'ús de la Comanda Templera de Santa Maria entre la propietat i l'Ajuntament de Palau-solità i Plegamans amb una durada de 50 anys. La recuperació arquitectònica i històrica d'aquest espai patrimonial tant important per al municipi és el principal objectiu del conveni, pel qual, l'Ajuntament es farà càrrec de les despeses de manteniment i recuperació seguin les indicacions del Pla Director de la Comanda Templera. A més, el consistori haurà d'anar fent intervencions en diferents fases i segons disponibilitat pressupostària per anar recuperant i documentant la Comanda.

A l'acte de signatura hi van participar l'alcalde, Oriol Lozano Rocabruna, la regidora de Patrimoni, Eva Soler, i els propietaris de la finca.

Cal recordar que la Comanda Templera de PsiP, catalogada com a Bé Cultural d'Interès Nacional, estava formada per un conjunt d'edificis: l'església, el pati d'armes, i un molí, envoltats d'un mur. Construïda l'any 1119, té un gran valor històric com a mostra representativa i tipològica de l'arquitectura religiosa dels Templers a Catalunya. Al llarg de la seva existència sempre ha tingut renom i fama de poder i riquesa. L'any 1581 és la data més antiga a que es fa referència a la capella de Santa Magdalena que es construeix dins del recinte del convent. A finals del segle XVII els feligresos, davant la devoció a la Santa, li dediquen l'ermita.

Des de l'any 2021, l'Ajuntament adquireix el compromís de buscar recursos econòmics per dur a terme les actuacions de reparació necessària i contacta amb la Diputació de Barcelona per elaborar un Pla Director del conjunt arquitectònic i patrimonial. Aquest Pla és entregat a inicis de febrer d'enguany que recull les diferents fases que cal executar per consolidar i posar en valor aquest edifici històric del municipi.

Ca l'Emili



GAUDEIX DE LA NOSTRA TERRASSA

BAR - RESTAURANT

ESMORZARS DE FORQUILLA

Menú esmorzar brasa des de 6€

Menú diari
Carta els caps de setmana
i festius

Arrossos i fideuàs,
cargols a la llauna

Cuina de mercat amb
productes de
temporada

NOU HORARI

de dimarts a divendres de 5:30 a 16h

Dissabtes de 6:00 a 16h

Diumenges de 6:00 a 11h

Dilluns tancat per descans del personal



DISPOSEM DE PUNTS DE RECÈRREGA DE
VEHICLES ELÈCTRICS PER ALS NOSTRES CLIENTS

Indústria, 9 Pol. Ind. La Borda
08140 CALDES DE MONTBUI

T. 930 236 742

Reserves 651 900 192

notícies | política

14



alzinapalau.cat

JMP 25-03-2023
Font: Aj PsiP



L'AJUNTAMENT OBTÉ, NOVAMENT, EL SEGELL INFOPARTICIPA AMB UN 100%

El 100% en qualitat i transparència de la comunicació pública per tercer any consecutiu en aquesta desena edició i que, a més s'ha atorgat a l'Ajuntament de PsiP el Premi Extraordinari en la redacció de les notícies.

En un acte oficial celebrat a la Sala d'Actes del Rectorat de la UAB el passat 22 de març, l'alcalde, Oriol Lozano, va recollir el Segell que acredita la màxima puntuació al portal web del consistori. Lozano va ser acompanyat per la regidora de Comunicació, Noves Tecnologies i Govern Obert, Eva Soler; i per la tècnica de Participació, Miriam Medran.

Dels 52 indicadors que avalua el Laboratori de Periodisme i Comunicació per a la Ciutadania de la Universitat Autònoma de Barcelona per poder atorgar el Segell Infoparticipa de qualitat i transparència de la comunicació pública, l'Ajuntament de Palau-solità i Plegamans ha obtingut, per tercera vegada consecutiva, un 100% dels punts.

En aquesta desena edició, s'han atorgat 148 segells de qualitat a diversos ens, com ajuntaments, consells comarcals i diputacions, dels quals 45 amb el 100%, i només 7 d'aquests han obtingut una menció especial a la qualitat de les notícies i notes de premsa, entre ells el portal web de l'Ajuntament de PsiP.

Durant set anys consecutius l'Ajuntament ha obtingut el Segell Infoparticipa de qualitat i transparència de la comunicació pública. Ara ja porta tres anys amb un 100%.

Els 52 indicadors Infoparticipa avaluen: *els i les representants polítics, gestió dels recursos col·lectius, informació proporcionada sobre el municipi, gestió dels recursos econòmics, i eines ofertades per a la participació ciutadana.*

QUARTA I ÚLTIMA ÀUDIÈNCIA PÚBLICA DE LA LEGISLATURA PER RETRE COMPTES

alzinapalau.cat

JMP 19-03-2023
Font: Aj PsiP



Oberta a la ciutadania, l'Audiència es va celebrar al Teatre de la Vila i, a més, es va emetre en directe pel canal de Youtube: «s'assoleix el 81% de compliment del Pla d'Actuació Municipal 2019-2023».

El passat 16 de març, el govern municipal va efectuar una nova Audiència Pública, la quarta i última d'aquesta legislatura, per informar a la ciutadania de l'estat de compliment del Pla d'Actuació Municipal —PAM— ara que s'arriba al final de mandat. Durant la sessió es va detallar aquelles accions que estaven finalitzades, en avançat estat d'execució, i les que encara estan en procés.

El PAM contempla 193 actuacions i ha estat l'instrument de planificació estratègica que ha marcat el full de ruta a seguir per l'Ajuntament durant la legislatura 2019-2023. El lloc triat per a l'Audiència, el Teatre de la Vila. Paral·lelament, es va emetre en directe pel canal de Youtube de l'Ajuntament.

Aquesta exposició pública es va realitzar estructurada en 6 blocs que, a diferència d'altres audiències, aquesta va fer referència tot el mandat. Les intervencions sobre la gestió d'aquests 4 anys les van fer, l'alcalde i regidor d'Esports i Recursos Humans, Oriol Lozano Rocabrunga; i els tinents i tinentes d'alcaldia d'Educació i Cultura, Eva Soler; de Justícia Social, Patricia Freire; d'Ocupació i Benestar, Laura Navarro; de Ciutadania, Ignasi Fargas; i de Territori, Jordi Pujol.

Al llarg de l'Audiència, el govern municipal va exposar que 79 accions de les 193 previstes ja han finalitzat al 100%, com és el cas de la realització d'un estudi de viabilitat per a la construcció d'un complex esportiu municipal amb piscines, els processos participatius per transformar l'Avinguda Catalunya i Passeig de la Carrerada, disposar d'una pista d'atletisme, implantar la



recollida porta a porta, obrir un punt d'informació d'habitatge local entre d'altres. De la resta, 77 estan en curs, 22 es troben en estudi, 13 estan ja planificades, i només 2 encara s'han de començar a planificar.

Segons va indicar l'alcalde, Oriol Lozano, el nivell d'assoliment del PAM a aquestes alçades del mandat ha estat del 81%, malgrat les situacions que s'han patit arran de la pandèmia: «pensem que és un resultat molt alt i estem molt satisfets de la feina realitzada. Hi havien 6 objectius estratègics, 28 d'específics, i 193 actuacions, a més d'altres accions no incloses».

Assessoria & Gestoria Palau

Des de 1981



Gestió Integral per a societats, autònoms i particulars

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

11 d'abril - Inici Campanya RENDA 2022
Demani Hora



- Assegurances Generals
- Plans de jubilació i Pensions
- Estalvi i Inversions



- Immobiliària - Venda i Lloguer
- Administració de Finques
- Administració de Comunitats



www.gestoriapalau.es
gestoriapalau@gestoriapalau.es

Oficina Central: 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
Oficina Sta. Perpètua: Dr. Robert, 35/Avda. Barcelona, 10 93 560 15 86 / 93 574 0202 Sta. Perpètua de Mogoda
Oficina Cerdanyola: Pg. Cordelles, 16 - 1r 4a 93 580 27 19 Cerdanyola del Vallès

Cada dimarts vine a cantar per la LLIBERTAT, AMNISTIA, PROU REPRESSIÓ, INDEPENDÈNCIA

GENT DE LA PLAÇA

Us hi esperem!!

Plaça de la Vila, a les 19:30

EL PSC PALAU RATIFICA UNA CANDIDATURA TRANSVERSAL PER A LES ELECCIONS MUNICIPALS

alzinapalau.cat

JMP 17-03-2023



Llista conformada per 17 titulars, i per 9 suplents, que combina noves cares amb veteranes que, de manera honorífica, expliquen en bona part la història de la ciutat i del projecte socialista palauenc.

Tal com vam avançar a la revista de març, l'Agrupació local del Partit dels Socialistes de Catalunya, va ratificar, el passat dia 15, l'equip que acompanyarà el candidat del PSC a l'alcaldia, Marc Sanabria. L'acte es va realitzar a la Torre Folch.

Es tracta d'una llista conformada per 17 titulars, i seguida per 9 suplents, que combina noves cares amb veteranes que, de manera honorífica, expliquen en bona part la història de la ciutat i del projecte socialista palauenc.

El nou equip, a més, comptarà amb gran part dels membres del grup municipal actual, sumat a figures transversals que han tingut un paper rellevant en l'esfera política local dels darrers anys, així com representants del teixit social de la ciutat, que també inclou algun membre que anteriorment havia estat d'un altre color polític.

En paraules del mateix Sanabria, es tracta d'una «candidatura integradora, per recuperar el projecte de vila pròspera, segura, amb carrers nets i amables defensat pel PSC a Palau».

La llista

Aquesta llista «transversal» compta amb 4 membres que aniran com a independents. A més, un d'ells, que ara anirà de número cinc a la llista, havia «acompanyat» a Esquerra Republicana temps enrere.

Com a suplents també hi han cares molt conegudes del partit, com Teresa Padrós, Carmen Cabeza, Miquel Rovira o Miquel Cañizares, entre d'altres.

Cal recordar, que a les darreres eleccions municipals del 2019, el PSC Palau va millorar resultats però va perdre l'alcaldia per només 93 vots. «El nou equip suposa per a la formació una forta embranzida per a la recuperació d'un Palau plural i dinàmic, que recuperi l'orgull de pertinença dels seus veïns i veïnes», va ratificar Sanabria.



LLISTA ELECTORAL PSC 2023-2027

1. Marc Sanabria Robledo
2. Giovanna Sánchez Giménez
3. Ignasi Martínez Rivas
4. Cristina Pérez Gómez
5. Miquel Truyols Rocabruna —Independent—
6. David Gutierrez Molina
7. Carmen Cao Martínez —Independent—
8. Mercedes Gómez Ibáñez —Independent—
9. Adrian Pérez Pérez
10. Vanessa Cabestany Ramon
11. Sergio Ororbía González
12. Amanda Pérez López
13. Francesc Brugarolas Padrós
14. Soraya Esteban Barrio
15. Joan Llonch Angulo
16. Alfons Navarro Avedaño —Independent—
17. Carme Sanz Cabero

SUPLENTS

- S1. Teresa Padrós Casañas
- S2. Josep Maria Castany Niubó
- S3. Carmen Cabeza Nieto
- S4. Miquel Rovira Badia
- S5. Gloria López Muñoz
- S6. Rafael Perez Rodriguez
- S7. Irene Moreno Pardo
- S8. Juan Carlos Taja Salillas
- S9. Miquel Cañizares Gómez



alzinapalau.cat

JMP 16-04-2023
Font: Demòcrates

► Foto: Demòcrates PsiP

DEMÒCRATES ES PRESENTA A LES ELECCIONS MUNICIPALS

Presentació de candidatura en un temps record després de la manca de quòrum amb altres partits independentistes després de la no continuïtat de Primàries. Dany Ruiz serà el cap de llista.

Sorpresa d'última hora. Quan pensàvem que els partits polítics que es presenten al municipi a les properes eleccions municipals el dia 28 de maig eren sis —CUP, Palau en Comú Podem, Ciutadans, Junts x PsiP, PSC i Esquerra Republicana—, resulta ser que finalment en seran set les formacions que presenten candidatura.

Segons ha explicat el portaveu del Comitè Demòcrata Comarcal, Jordi Serravinyals, a aquesta revista, des del moment en que es van assabentar que l'agrupació Primàries no es presentaria a les municipals d'enguany, van començar una sèrie de negociacions amb diferents formacions independentistes per poder anar conjuntament en la candidatura. Al no haver estat possible, Demòcrates PsiP ha decidit presentar-s'hi directament.

Cal recordar que Demòcrates de Catalunya va fomentar i recolzar la consolidació del grup Primàries com a força política.

De moment, la llista electoral no s'ha fet pública perquè encara hi estan treballant. Això sí, el portaveu Serravinyals ens ha desvelat que el cap de la llista serà Dany Ruiz, empresari del sector sanitari veï de Palau els últims 40 anys.

Lliga Fotogràfica 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 les fotografies ha estat «**TEMA LLIURE**», s'han presentat 18 fotografies de tota mena, i a on el fotògrafs han escollit fotos molt interessants i de tota mena, aquí teniu les tres primeres.

Si voleu la resta de fotografies, haureu d'entrar al nostre blog que us posem al final.



✓ 1r Classificat | **Borinot** | Francesca Pujalt



✓ 2n Classificat | **Un nou dia** | Josep M. Manteca



✓ 3r Classificat | **Portes obertes** | Miquel Vallverdú

Per veure totes les fotografies
fototallerdelesarts.blogspot.com

Col·laborador: 





Parlem amb...

MARC SANABRIA ROBLEDO

CANDIDAT DEL PSC A L'ALCALDIA

- **Formació:** llicenciat en publicitat i relacions públiques. màster lideratge per a la gestió política
- **Professió:** coordinador de programes de l'àmbit de desenvolupament econòmic a un ens públic
- **Edat:** 33
- **Aficions:** lectura, viatjar, passejar amb la família
- **Anys a PsiP:** sóc nascut a PsiP
- **Militàncies:** PSC exclusivament, als 18 anys

PRIMERES IMPRESSIONS

Biblioteca: a punt de tenir-la, un bon projecte

Piscina: següent gran equipament però l'hem de pensar bé

Gent Gran: necessitem construir un nou casal

Servei gestió de l'aigua: no volem fer experiments, mantenir el servei tal com està

Recollida d'escombraries: la hem de fer fàcil per a les famílies

Tanatori: no al centre del poble, tenim alternatives

CAP: l'Ajuntament ha de lluitar pels serveis perduts

Habitatge: treballar perquè els joves es quedin a Palau

Esport: element de cohesió social treballat des de fa molts anys per tenir l'excel·lència actual

Entrevista al candidat de l'Agrupació local del Partit dels Socialistes de Catalunya, Marc Sanabria Robledo, per saber més de les seves inquietuds i els projectes que ell i el seu equip estan preparant per al municipi i els seus habitants de cara a les properes eleccions municipals en la que repetirà com a cap de llista.

Abans de començar, per què hem quedat al Parc de Can Maiol?

És el parc de la meva infància a la sortida de la meva escola bressol, a prop de la casa de la meva infància. Em feia il·lusió fer aquesta entrevista aquí. També volem simbolitzar d'aquesta manera que a partir del 28 de maig si assolim el govern municipal, una obertura de l'Ajuntament a tots els barris: no volem anar als barris els últims tres mesos de campanya, sinó que voldrem anar tot l'any.

Torneu a liderar per segona vegada consecutiva la llista del Partit dels Socialistes al municipi. Com ha estat aquesta decisió i de qui?

L'any 2019 vam treballar un nou lideratge al PSC, després de 20 anys del lideratge de la Teresa. Hi va haver una renovació del cap de llista, en aquest cas en la meva persona, i teníem l'objectiu d'assegurar l'alcaldia, que no vam poder aconseguir per 93 vots. Però també teníem l'objectiu de consolidar un canvi generacional dins del partit, i això s'ha produït. El resultat va demostrar que el PSC té futur a Palau i, per tant, té força i vigor. La decisió de que jo encapçalés la candidatura ha estat feta per l'Agrupació: tothom ho va demanar, i jo, personalment, també tenia ganes de seguir liderant aquest projecte que vam començar fa 4 anys.

Parlem de la llista. Giovanna Sánchez, Ignasi Martínez i Cristina Pérez repeteixen en les primeres posicions... En cinquena posició, Miquel Truyols com a independent, que havia format part d'Esquerra Republicana... 3 independents més. Com s'ha d'entendre aquesta llista «transversal»?

Nosaltres volem fer una llista que se sembli el més possible a la societat de Palau. Per tant, i això sempre ho hem fet, hem incorporat independents ja que ens aporta una visió més enllà del propi partit. Ens permet tenir una transversalitat que és el que volem, un partit que treballi per a tothom i no només per als que ens han votat. El nostre objectiu és governar per als gairebé 15.000 palauencs, palauenques, plegamanins i plegamanines. Al nostre equip comptem amb els millors perfils per fer-ho.

«... la nostra prioritat serà tenir els barris nets, bonics i ordenats amb les voreres arreglades. També volem la construcció del nou casal de la gent gran ...»

En la vostra presentació oficial com a candidat a l'alcaldia us van fer costat diferents agrupacions socialistes del territori, alcaldes, alcaldesses del PSC al Vallès Occidental, diputats al Parlament i al Congrés dels Diputats, com la Presidenta del Congrés, Meritxell Batet. Com va viure Marc Sanabria aquella nit de novembre?

Va ser molt especial comptar amb la tercera autoritat de l'Estat a Palau. Per al PSC no hi han municipis petits o municipis grans. Per al PSC, a tot el seu conjunt, a nivell nacional, comptem amb tots els ajuntaments en que ens hi presentem. Precisament, la fortalesa del nostre projecte radica en els municipis, en la política a petita escala que moltes vegades transforma de forma silenciosa la societat. Que tinguem el suport de tots els companys de la comarca ens permet tenir una força que altres formacions no tenen. Moltes decisions s'han de prendre consensuadament amb el territori.

Aquella nit va dir que «vull ser el proper alcalde de Palau perquè volem que la vila recuperi l'estabilitat, l'autoestima i visió de futur». A més, va afegir que «tenim per endavant el repte de recuperar Palau-solità i Plegamans per a tota la seva gent, posant la vila i els seus veïns i veïnes en primer lloc; per sobre de qualsevol bandera». Quina lectura feu dels canvis esdevinguts al municipi els darrers 4 anys?

Per una banda, hem vist iniciatives per part del govern d'Esquerra que, des del nostre punt de vista, hem titllat d'experiments. Ens referim a que s'estan buscant canvis en serveis que ja funcionen perfectament, com el servei de l'aigua. L'exemple de Sant Quirze del Vallès ha estat un «fiasco» amb talls d'aigua continuats; i es vol fer exactament el mateix... Volem evitar que això passi a Palau. També el Porta a porta implantat de forma unilateral. Parlem també del tanatori que el volen ubicar al centre de la trama urbana i, si ens fixem en altres municipis, els hi estan col·locant fora. Nosaltres volem que l'Ajuntament sigui un solucionador i no un generador de problemes per a la ciutadania. Parlem de temes molt grans però hi han temes més petits del dia a dia que necessiten solucions.

A la presentació va destacar alguns punts necessaris com la neteja i millora de l'espai públic, les okupacions i l'incivisme, la recollida de residus i l'atracció d'inversions empresarials. Què necessita Palau segons el vostre punt de vista?

Necessitem un govern que entengui que hem de mirar al futur, i això és el que el PSC ofereix. Això implica desenvolupar urbanísticament el municipi per a que els joves es puguin quedar a Palau. A part del sector públic, també ho hem de fer amb el privat perquè posin a disposició els habitatges buits comptant amb un aval municipal per incentivar els propietaris. Cal inversió empresarial per generar llocs de feina i recaptació d'impostos. És necessari per als nous equipaments. S'ha de mirar més enllà dels 4 anys de mandat.

Parlem de projectes. Els punts mencionats anteriorment, quedaran recollits al vostre programa electoral? Quins són els punts més destacats que s'hi inclourà?

Entre d'altres punts, la nostra prioritat serà tenir els barris nets, bonics i ordenats. Les voreres arreglades, els encreuaments cada cop més segurs, i disminuir la velocitat dels cotxes: hem de pacificar els carrers. Parcs i jardins i augmentar el verd urbà. La construcció del nou casal de la gent gran com a imprescindible. Ja tenim la idea de proposar-ho incloent la ubicació futura. Finalitzar la biblioteca i tirar endavant el projecte de la piscina. En aquest sentit tenim la discrepància dels metres que ha de tenir la piscina interior. Per a un equipament d'aquesta envergadura s'ha de pensar en els propers cinquanta anys i les necessitats futures. També s'ha de treballar la seguretat dels barris, acabar amb els robatoris i convertir la vila en una població atractiva per a les inversions empresarials.

Què em podeu dir de la sanitat? I de la gent gran? I sobre el jovent?

En sanitat, no pot ser que a un municipi de 15.000 habitants ens hagin «retallat» els serveis d'atenció primària dels dissabtes com teníem abans de la pandèmia; i no pot ser que l'Ajuntament no hagi posat al davant d'aquesta reivindicació dels ciutadans. No estem demanant més del que teníem anteriorment.

Per a la gent gran volem que el nou casal es converteixi en un espai com l'Escorxador: un espai amb activitats, tallers, serveis per a poder gaudir d'aquesta etapa de la vida. També s'ha de vetllar per a la seva seguretat i per eliminar les barreres arquitectòniques.

Per al jovent hem de fer atractiva la vila per a que es vulguin quedar al municipi per viure i per fer l'oci. Els joves demanen oci nocturn i se'ls ha de procurar.

Quin creieu que és el punt d'equilibri entre els espais naturals i els espais industrials?

Palau compta amb un POUM que estableix que el 50% del seu terme municipal és protegit, si es complís al 100%. Com que no es podrà executar el 100%, en aquests moments més del 50% és espai natural, protegit o verd. Per tant, tenim un punt d'equilibri molt gran. El punt d'equilibri s'aconsegueix fent una vila atractiva pels espais verds, per la seva idiosincràsia, però també pel seu desenvolupament urbanístic i industrial.

Amb el projecte per als propers 4 anys, esteu preparats per agafar les regnes del govern del municipi?

Actualment, s'està veient que el PSC és l'únic partit que ofereix una solvència de govern i una transversalitat alhora d'arribar a pactes per treballar en benefici de la ciutadania.



ORIOLO LOZANO:

alzinapalau.cat

JMP 03-04-2023



Parlem amb...

ORIOLO LOZANO ROCABRUNA

CANDIDAT D'ESQUERRA REPUBLICANA A L'ALCALDIA

- **Formació:** graduat en Ciències i Activitat Física de l'Esport i postgrau en Gestió esportiva municipal
- **Professió:** director tècnic de la Federació Catalana de persones amb discapacitat física
- **Edat:** 37
- **Aficions:** esport, com a principal; cultura, teatre
- **Anys a PsiP:** sóc nascut a PsiP
- **Militàncies:** ERC des de 2019

PRIMERES IMPRESSIONS

Biblioteca: a punt de fer-se realitat, molta feina feta

Piscina: estudi de viabilitat fet, avantprojecte i projecte en curs

Gent Gran: història del nostre poble, s'han millorat molt les activitats

Servei gestió de l'aigua: gestió pública primordial sense interlocutors

Recollida d'escombraries: la millora s'ha notat, carrers nets... és el futur.

Tanatori: imprescindible com a servei municipal

CAP: fem molta feina amb la directora

Habitatge: s'ha fet més feina que mai en aquest sentit

Esport: és l'ànima del poble, és molt viu a Palau

Entrevista al candidat d'ERC i actual alcalde de PsiP, Oriol Lozano Rocabruna, per saber més de les seves inquietuds, de la continuïtat i dels nous projectes en que ell i el seu equip estan treballant per a, com a mínim, enfortir i estabilitzar les fites aconseguides al llarg d'aquest mandat.

Abans d'entrar en matèria, heu comentat que va començar la militància a Esquerra el mateix any que va ser cap de llista a les municipals del 2019 que, finalment, us va donar l'alcaldia?

Sí, però no va ser per aquest motiu. Jo vaig entrar a militar al partir al gener de 2019, per conviccions. El que va passar posteriorment no estava previst. Al final, la cosa va sortir així.

Novament encapçaleu la llista d'Esquerra Republicana per a unes eleccions municipals, que torna a comptar amb la força i empenta d'alguns membres de l'actual equip de govern, com Eva Soler, Ignasi Fargas o Patrícia Freire. Com s'ha arribat a aconseguir aquesta llista?

És una llista que, encara que hi han cares noves, tindrà l'experiència de membres que actualment són al govern. També sempre ha d'haver gent nova amb energia fresca. La llista s'ha fet treballant amb les persones que hi som. Tot per a la millora del municipi.

El dia de la presentació de la llista, la presidenta Soler va dir que «la feina feta fins ara és una feina de qualitat ja que l'anterior programa electoral va esdevenir en el PAM actual». S'ha fet una feina de qualitat en aquest recorregut?

Sens dubte. Jo crec que es pot veure tant físicament el que s'ha fet com el que no es veu, per exemple, a nivell de cultura: s'ha ampliat l'oferta cultural al municipi, com el Badalaboca, el cinema, el cinema de terror. També millores a nivell d'esport i esdeveniments. A més, a nivell del feminisme, els actes que s'han fet, els protocols interns que s'han realitzat, inversions en les escoles... ha estat un treball continu. S'ha fet una feina de molta qualitat.

El nivell d'assoliment del PAM és del 81% a un mes i escaig de les eleccions, tot i la pandèmia. Què representa per a Oriol Lozano aquest nivell assolit?

Com vaig dir el dia de la presentació del PAM, és un orgull que, per primera vegada en la història, Palau té un Pla d'Actuació on la gent pot anar comprovant tot el que es fa, com es fa i

«... la part de l'èxit d'aquest mandat i de la feina que s'ha fet és perquè hem treballat per a tothom sense asseverar ningú... Tothom és important en aquest municipi ...»

saber, exactament, què farem durant aquests 4 anys. Crec que això és un assoliment històric. És pràcticament impossible el 100% però un 81% és un molt bon nivell d'assoliment. Encara que del que més orgullosos ens sentim és de que la gent hagi pogut tenir l'opció de saber què fariem al mandat.

El que està clar és que s'ha de seguir fent la feina que s'ha desenvolupat al llarg d'aquest període. Nosaltres hem demostrat que durant aquest temps es pot treballar. Quan diem que volem consolidar-ho ens referim a que durant 4 anys més es segueixi fent feina visible, feina del dia a dia, i intentar ajudar les persones, les entitats, per a que segueixi sent un poble culturalment viu.

S'ha d'entendre el programa electoral per als propers 4 anys com una continuació del PAM actual?

Si tenim l'alcaldia, segur. Al final, el PAM es basa en el nostre programa electoral. El programa el treballem amb molta gent, fem trobades, parlem amb veïns i veïnes. Anem barri a barri escoltant a les persones i, a través del que ens expliquen, anem elaborant aquest programa. I el que és més important, un programa sense mentir: explicant la veritat sense enganyar ningú.

Ja que parlem de programa, què podeu avançar del nou programa electoral 2023-2027? Com a plat fort, el complex esportiu?

És clar que el primer punt important és la construcció del Complex Esportiu. Després també la continuació de la feina que s'està fent. A més, els eixos principals del municipi s'han de convertir es un espai més proper al centre. A nivell de sostenibilitat i energia, hem de continuar fent passos endavant, que ja s'estan fent: pensi que hem passat de zero a molt, i seguim en aquesta línia. El programa el tenim quasi finalitzat i l'explicarem aviat.

Fent una mirada enrere, faríeu alguna cosa diferent?

Segur... segur que alguna cosa canviaria. No a nivell de la feina realitzada, sinó a nivell personal: quan una cosa no t'ha sortit com volies et serveix d'aprenentatge. Al final, tot allò que potser canviariem, t'ha servit per a millorar com a persona. Tot són aprenentatges: si no comets errors, és molt difícil millorar.

En ocasions, us han acusat de fer un ús partidista de les institucions públiques. Quin és el secret o punt d'equilibri per treballar per a tot un poble i no només per a una part?

Des del començament ho vam dir. No treballarem només per a un sector de la població, ho fem i farem per a tot el poble. Està comprovadíssim que nosaltres treballem per a tothom. Crec que la part de l'èxit d'aquest mandat i de la feina que s'ha

fet és perquè hem treballat per a tothom sense asseverar ningú. S'ha treballat per a tothom igual. Tothom és important en aquest municipi.

Heu comentat en alguna ocasió que quasi a diari, palauencs i palauenques us exposen els seus neguits pel carrer i que sempre els pareu atenció. Creieu que aquesta proximitat us fa tenir un carisma especial que en el fons beneficia, no només a Oriol Lozano...o, sinó a tot el partit?

Jo no ho miro com a un avantatge però sí com a la nostra responsabilitat. Nosaltres som servidors públics, i si estem encapçalant, com en aquest cas, un Ajuntament, nosaltres ens devem a les persones i a la gent. I si a mi m'aturen al carrer per parlar de qualsevol cosa, crec que forma part de la nostra feina. Com a mínim d'escoltar-los, i si es pot ajudar i/o solucionar el problema, fer-ho de la millor manera possible. Crec que és la nostra responsabilitat. Cert que això forma part de la personalitat de cadascú, i jo sóc així. M'agrada parlar amb les persones i escoltar-les. Si no escoltem les persones no podríem saber el que passa al municipi.

PALAU ASSESSORS **Assessors Gómez & Campos, s.l.**

Fiscal, laboral, comptable i Jurídic

**Els teus assessors des de 1987 a Palau,
en temes fiscals, laborals,
comptables i jurídics**

PER A PARTICULARS, AUTÒNOMS I PIMES

CAMÍ REIAL, 132
08184 Palau-solità i Plegamans
☎ **93 394 85 42** - 📠 **93 394 85 47**
palau@asesorstc.com
WWW.ASESORSTC.COM




PARLEM AMB...
JORDI NOGUÉ BENEDICTO,
FISIOTERAPÈUTA I NEUROREHABILITADOR
A DOMICILI



JORDI NOGUE BENEDICTO

Fisioteràpia - Neurorehabilitació

TRACTAMENTS A DOMICILI

 **+34 620 28 65 13**

 **fisioterapia.jordi912@gmail.com**

«...la meua especialitat és la neurorehabilitació, encara que també estic format en altres patologies, com l'esquena i espatlles, lumbàgies, columna vertebral, etc...»

Aquest mes ens endinsem novament en el món de la fisioteràpia, però des d'un altre punt de vista: teràpies amb assistència domiciliària. Jordi Nogué Benedicto, titulat en fisioteràpia, amb màster en neurorehabilitació i postgrau, i amb només 26 anys d'edat, comparteix amb aquesta revista el dia a dia i els tractaments que realitza en les visites a domicili.

Des de quan et dediques a la fisioteràpia a domicili?

Concretament a domicili des de fa dos anys. Vaig fer la carrera i el postgrau, i vaig entrar a l'Institut Guttmann de Badalona. Allà hi vaig estar dos anys. Amb el màster finalitzat i, amb el dubte de continuar o no a Badalona, em van oferir la coordinació del departament de neurorehabilitació de l'Hospital General de Catalunya. Allà hi vaig estar gairebé tres anys.

Com va sorgir aquesta idea? Disposes d'un centre assistencial o només exerceixes a domicili?

En aquest període a l'Hospital General vaig veure com un gran nombre de pacients ploraven de por en el moment de donar-los l'alta hospitalària. Això s'entén perquè el pacient sap que a l'hospital està totalment «protegit». A casa seva no té aquesta protecció. Vaig començar a acompanyar voluntàriament a casa seva el dia de l'alta a alguns pacients, per mostrar-los que es poden moure i fer vida «normal». Així va començar les visites a domicili.

Fas assistència domiciliària a tothom o només a les persones amb problemes de mobilitat?

A domicili, he fet tractaments per a tot tipus de tipologies encara que majoritàriament neurorehabilitació, i per a tot tipus de persones i edats.

Quins són tots els serveis i/o teràpies que ofereixes al públic?

Principalment la neurorehabilitació sobre qualsevol patologia neurològica: ictus, lesions medulars, lesions craneoencefàliques, patologies degeneratives, traumatologia esportiva i dolències vàries. Si el pacient o usuari necessita un altre servei, com a tractaments a nivell pediàtric, tinc col·laboradors de plena confiança que faran aquestes teràpies.

De tots aquests serveis o teràpies, quina és la vostra especialitat? Potser la neurorehabilitació?

Efectivament, la meua especialitat és la neurorehabilitació, encara que també estic format en altres patologies, com l'esquena i espatlles, lumbàgies, columna vertebral, etc.

Doncs, explica'ns què és la neurorehabilitació...

T'ho explicaré millor amb un exemple per a que s'entengui el concepte. Suposem que una persona ha tingut un ictus i queda hemiplègica, que vol dir que té una part del seu cos paràlitzada; llavors, una vegada estabilitzat aquest ictus, comença realment la meua feina, amb exercicis especialitzats per anar recuperant la mobilitat, la sensibilitat, el tacte, etc.

Òbviament, si parlem d'una paraplègia, a nivell medular, ara per ara no recuperarem la mobilitat però si els puc ajudar a reforçar els braços, a passar de la cadira al llit, al bany, etc.

Aquestes teràpies per recuperar part o la totalitat mobilitat és el que s'anomena neurorehabilitació. Donar-li al pacient l'autonomia de vida és molt important. Pensa que el 33% de la població té algun tipus de mobilitat reduïda en alguna part del cos, encara que se'n parla poc del tema.

Quins són els serveis més sol·licitats pels usuaris o pacients?

Pel nombre de pacients, la traumatologia. Però si analitzem més el nombre d'hores que realitza, el servei que més em sol·liciten és la neurorehabilitació. Pensa que el pacient neurològic necessita sessions més seguides i de més durada, sobretot els primers mesos.

Pots enumerar alguns dels avantatges i/o dels inconvenients de la teràpia a domicili en contraposició a l'assistència en un centre? El fet de treballar a domicili, no et limita a l'hora de desenvolupar les teràpies?

El contra és total. A un centre tens tot el material i accessoris per desenvolupar les teràpies. Quan realitzes les teràpies a domicili, el material és limitat, però porto tot el necessari: olis, agulles per a punció seca, medicació per a fer infiltracions, inclús porto al cotxe una llitera plegable!

Dia rere dia, la pandèmia de la Covid-19 sembla una cosa del passat. Com vas viure professionalment els primers mesos del confinament i la limitació d'activitat professional? I personalment?

Quan va començar la covid, jo treballava a l'Hospital General. Hi van haver pacients que van arribar a estar a les UCI 6 mesos... Un cos immobilitzat durant aquest període perdrà tota la massa muscular i no podrà caminar ni bellugar-se. La rehabilitació postcovid va ser brutal. Poc s'ha valorat l'esforç que es va fer als hospitals, sobretot en la primera etapa.

Personalment, ho vaig passar malament perquè en el moment en que l'Estat es va fer càrrec dels hospitals, i no hi havia una altra cosa que no fos covid, em van fer un ERT. No m'ho podia creure. Un mes més tard un pacient va sol·licitar rehabilitació i em van tornar a cridar. Al comprovar que els pacients que rebien rehabilitació marxaven abans a casa, vam començar a treballar força. Va ser increïble!

Quin és el teu radi d'acció de visites domiciliàries?

Faig els tractaments a domicili a tot el Vallès i Barcelona.

Per finalitzar, per als lectors de la revista, com poden sol·licitar els teus serveis i quina tipologia de persones els poden demanar?

Bàsicament per telèfon. També per xarxes socials i per correu electrònic. Aviat estarà disponible la pàgina web. Que les persones no tinguin por de trucar-me ja que rebran un tractament personalitzat, i sense desplaçar-se del domicili.

L'ALZINA DE CAN PADRÓ COM A SÍMBOL PATRIMONIAL DE LA VILA

alzinapalau.cat

JMP 03-04-2023
Font: Aj PsiP



► Foto: Aj PsiP

Una petita exposició, inicialment just davant de l'actual alzina, per donar a conèixer aquest arbre monumental i símbol de Palau-solità i Plegamans.

El passat 31 de març es va dur a terme un acte davant de la Plaça de l'Alzina, a l'Avinguda Nostra Senyora de Montserrat, per descobrir un petita exposició sobre l'Alzina de Can Padró, que s'ha pogut veure en aquesta ubicació fins al passat 14 d'abril. Futurament, l'exposició es podrà veure dins de l'edifici de la nova Biblioteca Municipal L'Alzina. En l'elaboració d'aquesta mostra expositiva han col·laborat amb l'Ajuntament, Qu4trePins Quaderns de Cultura i els arxius fotogràfics del Jaume ventura, de la família Viñas Folch i de la Fundació Folch i Torres.



L'acte el va iniciar la regidora de Cultura i Patrimoni Eva Soler, qui va destacar la importància de l'Alzina com a punt de trobada de veïns i veïnes, i símbol patrimonial de la vila; i com a l'origen de l'aglà, l'actual marca de Palau.

Pere Farnés, com a entusiasta de la història i del patrimoni del municipi, va fer un recorregut històric en forma de llegenda. Per la seva part, l'alcalde, Oriol Lozano, va destacar l'Alzina com a símbol d'unió i va posar en valor la importància d'explicar la seva història, al dir que «Palau-solità i Plegamans només serà un poble viu si expliquem la nostra història».

Al PIL, de manera gratuïta, t'ajudarem a resoldre dubtes sobre drets laborals i difondre coneixements bàsics sobre el món del treball que ens afecten. Hi oferim assessorament, acompanyament, suport i combativitat!!!

Punt Informació Laboral

CADA DIMECRES de 19.30 a 21h

Si no pots venir, contacta-hi a:

pil.cos.valles@gmail.com
623 396 203

Organitzen:



Col·labora:



@cplarevolta

@cplarevolta

/cplarevolta

Casal Popular
la Revolta

c/ Plegamans, 12
Palau-solità i Plegamans

ELS PESSEBRISTES AVANCEM FEINA...

alzinapalau.cat

Ass Pessebrista
13-04-2023



► Foto: Pessebre Monumental '22

Com sempre, a banda de destacar les properes activitats, aquest mes comentarem la Trobada de Pessebristes de Maó, els cursets de tecnologia aplicada, la millora de la nostra pàgina web, i del repartiment de tasques del Pessebre Monumental.

Trobada de Pessebristes de Maó

Un grup de 9 pessebristes de Palau ens hem desplaçat a Menorca per assistir a la 51a trobada de Pessebristes de Catalunya i Balears, que es va fer a Maó els dies 15 i 16 d'aquest mes.

Ha estat una molt bona experiència que ens ha permès també conèixer alguns dels reconcs més interessats d'aquesta meravellosa illa mediterrània que tenim ben a prop, conèixer també la seva història i, com a pessebristes, conèixer una manera una mica diferent d'entendre el pessebrisme. Tot plegat ha estat molt enriquidor.

Cursets de tecnologia aplicada

Continuem a Can Malla amb els tallers d'electricitat i d'electrònica bàsica oberts a tots els pessebristes, que continuarem fent cada dimecres de 18:30 a 20 hores i que ara s'estan reorientant cap un curs de soldadura i electrificació de maquetes i diorames, que es preveu que comenci el proper 3 de maig i continuï al llarg de 6 setmanes.

Pàgina Web

S'han resolt tots el problema que hi havia degut a una infecció de virus i ara es començarà un procés de millora i actualització dels continguts i la introducció de les eines informàtiques que permetin estar al dia per cobrir les necessites d'interacció que avui requereix la pàgina web d'una entitat com la nostra.

Pessebre Monumental

Hem començat ja les feines de l'ampliació del Pessebre Monumental que vam exposar a la Plaça de Ca l'Estruch aquest passat cicle nadalenc per fer-lo encara més atractiu i amb més figures.

La ampliació passarà de una superfície de 4x5 metres que tenia el de l'any passat fins a 4x7 metres que tindrà el d'aquest any.

Ens hem organitzat en dos equips que treballarem a Can Malla: el de preparació de les figures de gran format, d'uns 125 cm



d'alçada, treballarà tots el divendres de 17 a 19:30 hores; i el de preparació dels elements arquitectònics treballarà tots el dijous, també de 17 a 19:30 hores.

Esperem deixar-ho tot enllestit el mes de juliol.

Properes activitats

Dimecres Pessebrista

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

ABRIL

- Els dimecres de 18:30 a 20 h **Tallers pràctics d'electricitat i electrònica**
- Els dijous de 17 a 19:30 h Construcció dels elements arquitectònics del Pessebre Monumental
- Els divendres de 17 a 19:30 h Construcció de noves figures de gran format pel Pessebre Monumental

MAIG

- Els dimecres de 18 a 20 h **Curs de soldadura i electrificació de maquetes i diorames**
- Els dijous de 17 a 19:30 h Construcció dels elements arquitectònics del Pessebre Monumental
- Els divendres de 17 a 19:30 h Construcció de noves figures de gran format pel Pessebre Monumental

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 podeu entrar a la nostra pàgina web: www.pessebrepalau.cat.

'LA FRESQUETA', CICLE D'ACTIVITATS CULTURALS ESTIUENC, ESCALFA MOTORS...

alzinapalau.cat

JMP 14-04-2023
Font: Aj PsiP

Durant els mesos de maig, juny i juliol, la vila acollirà propostes de música i teatre gratuïtes a l'espai públic. Enguany serà la tercera edició de «La Fresqueta».

L'Ajuntament va fer públic, el passat 13 d'abril, l'avançament del programa de la tercera edició de «La Fresqueta», una programació d'activitats culturals i gratuïtes, que es faran durant els mesos de maig, juny i juliol a la plaça 1 d'octubre, a la plaça de la Vila i a la plaça de Ca l'Estruch.

Els públics a qui s'adrecen les propostes de «La Fresqueta» són diversos: jove, familiar, escolar i general... L'accés lliure a la



cultura i gaudir-la en l'espai públic és la principal motivació del cicle. En aquesta edició hi haurà molta música i un espectacle teatral pel públic familiar.

Dins de la programació, en primer lloc, el dia 5 de maig, hi haurà una sessió de concert jove, on el talent local i de proximitat hi tindrà cabuda, amb les actuacions de *Lonely Palace* i *Saturnalia*, protagonistes de la darrera edició del *Palau Ressona*. Aquests dos grups serviran per obrir boca abans del concert principal amb el folk transgressor dels *Ebri Knight*.

També hi comptarem amb la millor música clàssica amb les persones participants del concurs internacional *Maria Canals* de pianistes del dia 2 de juny. Al matí participaran totes les escoles del poble, amb assistència d'alumnes de 3r d'ESO. A la tarda, l'accés serà lliure per a tota la ciutadania i a les 19 h hi haurà un concert magistral.

Pel que fa a la proposta escènica, el dia 3 de juny actuarà la companyia *Las Lloronas* que representaran «*No hi havia una vegada*», un viatge pel món dels contes però de manera diferent: en comptes de narrar les històries tradicionals, se'n inventaran de pròpies.

I per finalitzar, el dia 7 de juliol, no faltarà l'alegria i el toc de ball i festa de l'artista local *Brian de la Rumba*, amb rumba catalana i flamenc. Aquest grup, encara que són joves, porten més d'una dècada dedicats a la música i disposen d'un repertori amb cançons conegudes.



MATERIALES MARTÍNEZ

Transportes, Excavaciones y Material de Construcción

**EQUIPAMIENTO PROFESIONAL
Y TODO LO QUE TE HAGA FALTA...**



Protección EPIs, calzado, guantes, cascos, etc.

PRECIOS ASEQUIBLES Y OFERTAS

Llobregat 6-8 Nave 1[esquina Ter] • Pol. Ind. Can Cortès Sur
08184 PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS
Tel. 93 864 44 34
materialesmartinez@hotmail.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



PROGRAMACIÓ D'ACTIVITATS CULTURALS DE PRIMAVERA I ESTIU A L'AIRE LLIURE

ELS MESOS DE MAIG, JUNY
I JULIOL, GAUDIM D'UNA
ÀMPLIA PROGRAMACIÓ
D'ACTIVITATS CULTURALS A
L'AIRE LLIURE!



* 🎵 🌿 2023 🎵

MAIG

Divendres 5 de maig

EBRI KNIGHT

Lloc: Plaça 1 octubre

Horari: 00h

**Amb Lonely Palace i Saturnalia
a les 23h**

*Amb barra jove, punt lila i espai informatiu
de prevenció de consums i sexualitat*

JUNY

Divendres 2 de juny

EL MARIA CANALS PORTA CUA!

Lloc: Plaça de la Vila

Horari: tot el dia

Dissabte 3 de juny

CIA LES LLORONAS

"NO HI HAVIA UNA VEGADA"

Lloc: Plaça de ca l'Estruch

Horari: 11.30h

JULIOL

Divendres 7 de juliol

BRIAN DE LA RUMBA

Lloc: Plaça de la Vila

Horari: 20h

Estigueu atents/es a les xarxes socials de
l'Ajuntament i a www.palauplegamans.cat
per tenir més informació de les activitats.

**Entrada gratuïta
Aforament lliure**



coaching

LES ACTITUDS EN LES RELACIONS HUMANES: POSICIONS EXISTENCIALS



Què és la posició existencial?

El model psicològic Anàlisi Transaccional, al qual ja hem dedicat diversos escrits, va encunyar aquest important concepte en el seu diccionari psicològic particular. És un concepte que té a veure amb les actituds, en aquest cas, en les

relacions humanes que establim.

Per fer una definició concisa, direm que la posició existencial és la manera com una persona es percep a si mateixa en les seves relacions amb els altres. Els transaccionalistes ens expliquen de manera clara i senzilla que hi ha 4 posicions existencials [actituds] en les relacions humanes.

Per això defineixen quatre PERCEPCIONS basades en l'estima, dues de centrades en un mateix i dues de centrades en els altres. De la combinació d'aquestes sorgeixen les quatre POSICIONS EXISTENCIALS. Vegem-ho a continuació.

Les quatre percepcions del Jo i del Tu

Percepció positiva de mi mateix: Jo estic bé (+)

La persona té una percepció positiva de si mateixa, té un nivell positiu i adequat d'autoestima i autoacceptació.

Percepció negativa de mi mateix: Jo estic malament (-)

La persona no es valora a si mateixa, té un nivell baix d'autoestima i d'autoacceptació. Tendeix a infravalorar-se.

Percepció positiva dels altres: Tu estàs bé (+)

La persona valora i accepta de forma positiva i incondicional qualsevol persona, independentment de les diferències que hi tingui.

Percepció negativa dels altres: Tu estàs malament (-)

La persona no és capaç d'acceptar o no entén que l'ésser humà és divers i, per prejudicis, creences limitants... pot arribar a desvalorar altres persones.

Les quatre posicions existencials

Les quatre posicions existencials sorgeixen de les quatre combinacions entre el Jo+, el Jo-, el Tu+ i el Tu-. I quedarien de la manera següent:

Posició «Jo estic bé (+) Tu estàs bé (+)»

Quan es combina el Jo+ i el Tu+, el producte d'aquesta relació personal és una actitud de respecte, on es valora un mateix i també es valora l'altre de la mateixa manera. Pot fluir l'assertivitat sense esforç i la comunicació és rica.

Posició «Jo estic bé (+) Tu estàs malament (-)»

Quan es combina el Jo+ i el Tu-, el producte de la relació personal esmentada pot estar impregnada d'una actitud de prepotència, arrogància i superioritat, amb les conseqüències de possibles disputes, competitivitat, agressivitat...

Posició «Jo estic malament (-) Tu estàs bé (+)»

Quan es combina el Jo- i el Tu+, el producte d'aquesta relació personal pot estar conduïda per una actitud de passivitat, on es valora més l'altre i allò de l'altre que allò propi, conduïnt a un vincle de dependència i possible servilisme. Com us podeu deduir, aquesta posició és complementària a l'anterior.

Posició «Jo estic malament (-) Tu estàs malament (-)»

Podríem dir que aquesta combinació és de «alt risc», ja que la persona que està ancorada en aquesta actitud de negativitat, si no és capaç de veure el que és bo de si mateixa ni dels altres, i pot caure en estats de desesperança o depressió, i que això li impedeixi veure una sortida.

Saps quina és la teva actitud o posició existencial?

Una característica molt important a ressaltar de les actituds és que les transmetem de manera inconscient quan ens relacionem amb els altres. Una actitud positiva o negativa s'ha forjat a través del temps, pels aprenentatges, les experiències i les influències que hem rebut del nostre entorn, sobretot d'aquelles persones que han significat i signifiquen figures de poder per a nosaltres (*parens, familiars...*).

També afegir que la major part de les influències en les nostres actituds les hem adquirit a l'època més primerenca de la nostra vida. Això no vol dir que no es puguin canviar ni que no es pugui evolucionar en aquest sentit, però sí que és bàsic adonar-se de quines són les nostres actituds en el nostre comportament diari.

Estar obert al feedback constructiu i acceptar-lo de les persones que més ens coneixen i ens aprecien és una bona manera de prendre consciència de quina actitud anem per la vida.

Per autoavaluar la vostra posició existencial demaneu el meu QÜESTIONARI DE POSICIÓ EXISTENCIAL i us l'enviaré perquè ho realitzeu i us ho pugui avaluar de forma totalment gratuïta.

FISIOTERÀPIA PALAU

Susanna Garriga



**La teva salut
en bones mans**

Fisioteràpia Palau i el Neuroma de Morton



Què és el Neuroma de Morton?

El Neuroma de Morton és un engruïment del teixit al voltant del nervi que es troba al metatars i que passa entre el 3rt i 4art dit.

La compressió del nervi dona símptomes dolorosos i neurològics molestos per les activitats diàries.



Quins símptomes dona el Neuroma de Morton?

La sensació més comú és notar com si el mitjó estigues molestant perquè està doblegat o notar una pedreta dins la sabata. Aquesta sensació es pot acompanyar de:

- Cremor al metatars
- Formigueig al 3er i 4art dit del peu
- Dolor al 3er i 4art dit que irradia a la part anterior



Causes del Neuroma de Morton

- Ús d'unes sabates de talons alts
- Ús de sabates ajustades, que fan una pressió extra sobre els peus o la planta del peu
- Alguns esports d'alt impacte o esports que precisen unes sabates ajustades (esquí alpí, escalada,..)
- Una mala trepitjada causada per deformitats del peu: Galindons, dits de martell, peu pla o amb molt pont...



Què fa la Fisioteràpia en el Neuroma de Morton

La fisioteràpia realitza un tractament antiinflamatori de la zona i desbloqueja les articulacions per afavorir la bona biomecànica del peu.

Però es molt important fer un anàlisi de la causa del Neuroma de Morton:

- Revisar quin calçat s'ha utilitzat.
- Si hi ha un impacte excessiu en aquesta zona quan caminem, fer un estudi amb un podòleg per corregir-ho.

Escaneja el codi QR



FISIOTERAPIA.PALAU



Seguir-nos a INSTAGRAM per assabentar-te de més @fisioterapiapalau

TELÈFONS D'INTERÈS

| | |
|------------------------------------|---------------------|
| Ambulàncies (TSC) | 061 |
| Ajuntament | 93 864 80 56 |
| Jutjat de Pau | 93 864 56 63 |
| Mossos d'esquadra (Santa Perpètua) | 93 581 77 00 |
| Mossos Trànsit | 088 |
| Protecció civil / Policia | 93 864 96 96 |
| Aigües Cassa | 93 715 57 00 |
| Autobusos Sagalès | 93 593 13 00 |
| Biblioteca municipal | 93 864 41 77 |
| Bombers Generalitat | 085 |
| CAP Palau | 93 864 98 98 |
| [Consulta mèdica] | 93 728 44 44 |
| CAP Santa Perpètua | |
| [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 |
| Escola Mpal. Adults | 93 864 04 90 |
| Escola Mpal. Música | 93 864 98 32 |
| Escola Can Cladellas | 93 864 47 10 |
| Escola Palau | 93 864 51 59 |
| Escola Folch i Torres | 93 864 88 85 |
| Inst. Can Periquet | 93 864 35 29 |
| Inst. Marinada | 93 864 98 92 |
| Inst. R. Casas i Carbó | 93 864 95 95 |

Farmàcies

| | |
|----------------------------|---------------------|
| J. Beatobe [centre] | 94 864 80 47 |
| A. Fallone [Can Cortès] | 93 864 00 46 |
| L. Lacorzana [Sagrera] | 93 864 98 30 |
| N. Muntada [Pavelló] | 93 864 96 80 |
| D. Lagarda [Av. Catalunya] | 93 864 48 96 |
| Taxi Caparrós | 617 378 035 |
| Ràdio Taxi | 93 864 90 35 |
| [Palau-Mollet] | 93 593 74 01 |

FARMÀCIES DE GUÀRDIA

- **J. Beatobe [centre]** - C/ Anselm Clavé, 1 - T. 94 864 80 47
- **A. Fallone [Can Cortès]** - C/ Camí Reial, 54 - T. 93 864 00 46
- **L. Lacorzana [Sagrera]** - C/ Sagrera, 4 - T. 93 864 98 30
- **N. Muntada [Pavelló]** - C/ Secretari Gil, 21 - T. 93 864 96 80
- **D. Lagarda [Av. Catalunya]** - Av. Catalunya, 138 - T. 93 864 48 96

abril

| dl | dm | dc | dj | dv | ds | dg |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

maig

| dl | dm | dc | dj | dv | ds | dg |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 | | | | |

SUDOKU DEL MES

#258A [fàcil]

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|--|---|
| | | | 3 | 2 | | | 5 |
| | 4 | | | 8 | | | |
| | 3 | 7 | | | 8 | | 2 |
| 4 | | | 7 | | | | 5 |
| | 7 | | | | 3 | | |
| | 2 | 3 | 4 | 8 | 6 | | |
| | 9 | | 5 | 3 | 4 | | |
| 8 | 5 | 9 | 6 | | | | |
| | 6 | 2 | 4 | | 5 | | |

#258B [difícil]

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 8 | | | | 6 |
| | 9 | | | | | 4 | 7 |
| | 2 | 5 | 7 | | 9 | | |
| | 3 | | | | | 8 | |
| 2 | 6 | | 5 | | | | 3 |
| | | 4 | 3 | | | | 9 |
| | 8 | | 9 | 3 | 4 | | |
| | | | 4 | | 6 | | |
| 4 | 7 | 2 | 6 | 5 | 8 | | |

solucions

#257A

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8 | 4 | 7 | 9 | 5 | 6 | 3 | 2 | 1 |
| 6 | 9 | 5 | 3 | 1 | 2 | 8 | 4 | 7 |
| 1 | 2 | 3 | 7 | 4 | 8 | 6 | 5 | 9 |
| 3 | 6 | 2 | 1 | 9 | 5 | 7 | 8 | 4 |
| 5 | 1 | 4 | 8 | 7 | 3 | 2 | 9 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 6 | 2 | 4 | 5 | 1 | 3 |
| 4 | 7 | 8 | 5 | 6 | 9 | 1 | 3 | 2 |
| 2 | 5 | 1 | 4 | 3 | 7 | 9 | 6 | 8 |
| 9 | 3 | 6 | 2 | 8 | 1 | 4 | 7 | 5 |

#257B

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8 | 5 | 2 | 1 | 3 | 7 | 4 | 6 | 9 |
| 7 | 3 | 6 | 9 | 4 | 8 | 1 | 5 | 2 |
| 4 | 9 | 1 | 2 | 6 | 5 | 8 | 7 | 3 |
| 3 | 4 | 5 | 7 | 9 | 6 | 2 | 1 | 8 |
| 1 | 8 | 7 | 5 | 2 | 3 | 6 | 9 | 4 |
| 6 | 2 | 9 | 4 | 8 | 1 | 7 | 3 | 5 |
| 5 | 6 | 4 | 3 | 1 | 2 | 9 | 8 | 7 |
| 2 | 7 | 8 | 6 | 5 | 9 | 3 | 4 | 1 |
| 9 | 1 | 3 | 8 | 7 | 4 | 5 | 2 | 6 |

Si l'obres amb Acrobat Reader®, podràs omplir-lo al mòbil

©Sudoku-online.org



THALASSA PRINT S. L. | D. L. B-37206-2000
 DISFUSIÓ GRATUÏTA A PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS I PART DE CALDES
 Les opinions expressades a les **cartes d'opinió** i a la **publicitat**
 corresponen exclusivament al criteri i a la responsabilitat dels autors

Edició i Direcció
 Josep M. Pasadas

Col·laboradors
 Abel García, Susanna Garriga,
 Pep Camps Barnet

Disseny i Maquetació
 JPS DISSENY
 Grafisme & Comunicació

Telèfon
 +34 607 753 459

Correu electrònic | Web
 info@alzinapalau.cat
 www.alzinapalau.cat

@AlzinaPalau
 @alzinapalau
 Revista L'Alzina



Publicació associada a:

associació
 de mitjans
 d'informació
 i comunicació

amic

▶▶ PROPERA REVISTA
 #259 | 18 · 05 · 2023

ANUNCI CLASSIFICATS

VENDO Somier 1,05x1,90 y colchón Pikolin seminuevo por 70 €. NEUS. 610 622 040

BUSCO TRABAJO de limpieza de casas o pisos por horas, o cuidar de ancianos. Responsable y seria. JUANI. 642 851 010

BUSCO TRABAJO de limpieza, cuidado de personas mayores, camarera, canguro, atención al cliente. Por horas o de interna. ONEYDA. 602 16 43 87

ESTUDIANT universitari s'ofereix a donar classes de repàs de matemàtiques, física i tecnologia. ALEX. 627 733 268

ME OFREZCO para limpieza doméstica por horas por las mañanas. Mucha experiencia. JESS. 669 101 357

ME OFREZCO para trabajos de limpieza de casas, pisos, etc., con referencias. MARIELA. 691 728 484

BUSCO habitación o loft para pareja en la zona de Palau-solità i P. NATALY. 631 773 604

PARQUING EN LLOGUER Plaça d'aparcament en lloguer al carrer Dante, La Sagrera. MARTA. 687 244 232

SE OFRECE chico para limpieza de casas, jardines, pequeños recados, ir al súper, etc. Precios económicos. LLUÍS. 610 804 752

SE OFRECE señora para cuidado de personas por la noche, de lunes a viernes. Con experiencia. ZORAIMA CABALLERO. 660 910 160.

SE OFRECE vecino de Palau para limpieza de casas, jardín, recados, ir de compras, asistencia de chofer, etc. MANUEL. 662 201 928

BUSCO TRABAJO en Palau de limpieza, canguro, camarera, ayudante de cocina, cuidado personas mayores con 4 años de experiencia. Por horas o tiempo completo. MARI RAMOS. 602 10 37 46

SE OFRECE clases de guitarra eléctrica, acústica, bajo eléctrico y teoría musical intermedia. JOAN. 685 238 460

SE OFRECE señora catalana para servicio doméstico responsable. MARTA. 646 968 501

S'OFEREIX PER DISSENYAR I FABRICAR EN 3D Prototips, Maquetes, Recanvis, etc. Especialitzat en Indústria, Enginyeria i Arquitectura. Informa't! JESÚS D. H. 616 786 180

SRA. 49 AÑOS, limpia y responsable busca habitación para alquilar. MARTA. 646 968 501

COMPRO Y VENDO discos de todas las épocas. Interesados ponerse en contacto con DAVID. 670 867 750

ESTUDIANT univ. filologia anglesa i catalana (Proficiency-C2) per a fer classes de repàs. Totes assignatures primària, ESO i Batxillerat. ALEIX. 638 655 597

SE OFRECE señora vecina de palau para el cuidado de niños o ancianos. SRA. MARÍA. 617 707 837

CLASES de refuerzo durante el verano y curso escolar para alumnos de Ed. Infantil y Primaria. Mucha experiencia. ISABEL. 676 024 525

SEÑORA para cuidar personas mayores como externa, con experiencia. ÁNGELES. 633 197 902

SE OFRECE chica de 45 años para asistenta de hogar. 12 € la hora. Anuncio serio. LAURA. 653 681 250

BUSCO FEINA de chofer particular, permiso B. MANUEL. 662 201 928

CURS DE PROGRAMACIÓ PER A NENS. Iniciació: Programa un joc de Pokémon. De 8 a 12 anys. (7 hores, online). XAVI. 648 455 935

SE NECESITA ayudante para trabajos de limpieza de piscina. Jardín y huerto. ANTONIO. 608 440 864

SE OFRECE Limpieza minuciosa de todo tipo de vehiculos. Limpieza interior, exterior, tapizados, pulido de faros/carrocería a domicilio y sin agua! GISELA. 675 962 497

SE OFRECE señora para el cuidado de personas mayores. Con experiencia. Externa o interna. MARIANA. 688 406 909

BUSCO FEINA per a tenir cura de la gent gran, interna o externa. També per a neteja o d'atenció al client. Experiència i disponibilitat immediata. NOHEMY. 633 153 032

NECESITO trabajar en tareas de limpieza o cuidado de personas mayores. AMPARO. 631 064 354

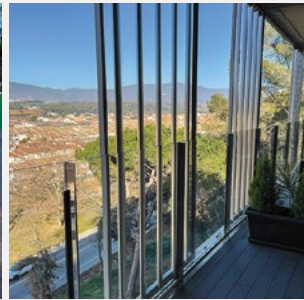
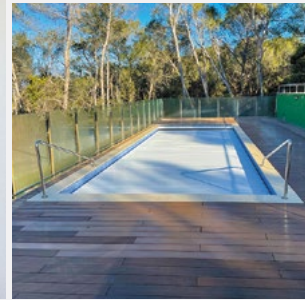
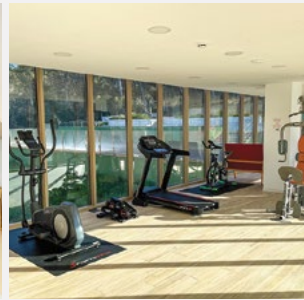
COMPRO discos de vinilo. Paso por domicilio. JOAN. 610 432 869

SE OFRECE chico para trabajos de granja y asistencia de chófer los fines de semana. VÍCTOR MANUEL. 671 303 838

Si vols publicar un **ANUNCI CLASSIFICAT GRATUÏT**,
envia un **WhatsApp**  al **607 753 459**,
o directament al web de L'Alzina: alzinapalau.cat/publicar-anunci/



Residencial Palau



NOUS APARTAMENTS TUTELATS

- Ideal per a persones amb dependència de grau 1
- Per a una vida autònoma amb un ventall de serveis a la carta
- Total llibertat de moviment per a una millor qualitat de vida
- Seguretat, funcionalitat i sostenibilitat al teu abast



**UN COMPLEX RESIDENCIAL
I ASSISTENCIAL AMB UN SERVEI
DE QUALITAT I AMB TOTES
LES GARANTIES ON
ET SENTIRÀS COM A CASA**

PALACENT Centre Assistencial

Centre sanitari mèdic que posa a disposició dels seus usuaris els serveis de:

- Consultes Mèdiques
- Rehabilitació
- Radiodiagnosi
- Urgències

A MÉS...

REALITZACIÓ D'ANÀLISIS CLÍNQUES



- Sang
- Orina
- Femta
- Anatomia Patològica
- PCR

Es treballa amb
Mútues i Particulars

Cita Prèvia i Urgències: Dimarts, Dimecres i Dijous, de 8:30 a 11h. - Tel. 93 147 90 10 - info@palacent.com

Av. Catalunya, 264-266 - 08184 Palau-solità i Plegamans (Barcelona)
T. 931 479 000 - F. 931 479 002
info@residencialpalau.com - www.residencialpalau.com

