Número 114

Març 2020

totBellaterra

RECOMANACIONS I INFORMACIÓ SOBRE EL COVID-19 A L'INTERIOR

AGENTS CÍVICS BELLATERRA
Tasques d'emergència durant l'Estat d'Alarma

644 573 572

CONTINUEN ELS AGENTS CÍVICS A BELLATERRA

MCASALS
Taller de Joieria Artesana
645 80 41 43 www.mcasals.com

Restauració de joies antigues
Personalització de joies
Records de per vida
Creació artesanal

totBellaterra

02 SUMARI
04 NOTÍCIES
17 CORONAVIRUS
25 LA RECEPTA
26 GUIA COMERCIAL
28 SERVEIS
29 TRANSPORT
30 PLÀNOL POBLE

EDITORIAL

Redactors: TOT Bellaterra
Impressió: Gráficas Campás
Periodicitat: Mensual
Difusió: 2.000 exemplars

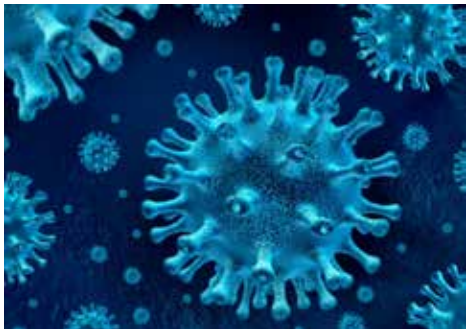
Tot Edition SL
Av. Pau Casals, 12
08021 Barcelona
Tlf: 93 611 42 43

Notícies i continguts: Març 2020

web: www.totbellaterra.com
info@totbellaterra.com

El TotBellaterra no comparteix necessàriament l'opinió expressada en els articles dels seus col·laboradors.

totBellaterra



Aquests dies estem vivint una situació que la generació actual no havia vist mai. Una situació que ens porta moltes incerteses, també preocupacions. I vivim en un confinament que possiblement encara durarà unes setmanes. És per aquest motiu que aquest mes de març el Tot Bellaterra es distribueix de forma digital per primera vegada, per garantir la seguretat dels veïns i veïnes. Aquí a Bellaterra, els Agents Cívics continuaran la seva tasca al poble fruit d'un acord de l'Ajuntament amb l'EMD, i més a més aquests dies de confinament faran també tasques d'emergència.

www.totbellaterra.com

Al TotBellaterra som ecològics. La revista està impresa sobre paper 100% reciclat.

Vols rebre el
TOT BELLATERRA
en digital?

totBellaterra

Anuncia't al
TOT
BELLATERRA
936114243

Busca'ns a
facebook i estaràs
sempre informat

facebook.com/tot.bellaterra

L'EMD ASSEGURA LA CONTINUITAT DELS AGENTS CÍVICS DESPRÉS DE PACTAR AMB L'AJUNTAMENT

L'Ajuntament de Cerdanyola retira el contenciós i ambdues administracions han pactat les funcions dels Agents Cívics.

La Junta de Veïns i Veïnes de Bellaterra va aprovar, en sessió extraordinària del ple, les funcions dels Agents Cívics de Bellaterra, després de revocar l'acord de la junta del 15 de juliol de 2019 en què es descrivien les seves tasques i que va provocar la presentació d'un contenciós per part de l'Ajuntament de Cerdanyola.

Ara, després d'una negociació entre l'EMD de Bellaterra i l'Ajuntament de Cerdanyola, s'ha arribat a un acord que ha portat a fer que l'Ajuntament retiri el seu contenciós i s'estipuli un nou marc de funcions per als Agents Cívics de Bellaterra.

Les funcions dels Agents Cívics, doncs, seran les mateixes que tenen assignades els agents de Cerdanyola: Fomentar el civisme entre la població, de revisió de l'espai públic i de donar avís dels desperfectes del mobiliari urbà. Es remarca que no fan ni faran tasques de seguretat, però ambdues parts reconeixen que aquesta assistència dels agents als carrers millora la seguretat ciutadana.

Amb el nou acord, s'ha reduït a dos torns les seves activitats i ara els agents només treballaran en horari de matí i de tarda-nit, però no de matinada com fins ara. Cal tenir en compte que en menys d'un any que porten en funcionament, el cotxe dels Agents Cívics ja supera els 100.000 km.

Actualment, mentre duri l'estat d'alarma decretat pel Govern d'Espanya i el confinament de tota la població a casa seva, els Agents Cívics de Bellaterra s'encarregaran de tasques d'emergència. Podeu localitzar-los al següent telèfon:

AGENTS CÍVICS BELLATERRA
Tasques d'emergència durant l'Estat d'Alarma

644 573 572

ELS VEÏNS I VEÏNES DE BELLATERRA ES REUNEIXEN DIRECTAMENT AMB L'AJUNTAMENT DE CERDANYOLA

Va ser una trobada per poder expressar totes les preocupacions que té Bellaterra i deixar clares les competències de l'Ajuntament.

El passat dia 20 de febrer, es va celebrar una reunió entre el govern del PSC de l'Ajuntament de Cerdanyola i els veïns i veïnes de Bellaterra. La moderadora i veïna de Bellaterra, Laura Ruiz, va explicar que la trobada havia estat convocada per tractar les demandes i els temes d'interès que feia temps que inquietaven l'opinió dels veïns, que es van encarregar de redactar l'ordre del dia.

A la trobada hi van assistir al voltant de quaranta persones per part del veïnat. Per part de l'Ajuntament hi van assistir els principals regidors de govern: Glòria M. Urbano, Eulàlia Mimó, David González, Víctor Francos, i l'alcalde Carlos Cordón. No hi va assistir cap representant de l'EMD perquè, de mutu acord amb l'Ajuntament, es va decidir que respectarien l'espai del consistori a l'hora de resoldre els dubtes dels veïns.

En l'àmbit de seguretat, els veïns van exposar una de les seves principals preocupacions: la sensibilitat sobre els robatoris i l'acció positiva dels Agents Cívics

(continua a la pàgina següent)

(ve de la pàgina anterior)

de l'EMD. L'alcalde va destacar la previsió d'obrir una nova comissaria de Policia Local a Cerdanyola, i Víctor Francos va confirmar la continuació dels Agents Cívics, encara que no facin específicament tasques de seguretat.

Sobre la salut, la preocupació principal és la falta d'un servei de salut a Bellaterra, sobretot tenint en compte que ja s'han comptabilitzat 600 veïns majors de 65 anys. Segons Cordón, hi estan treballant i tenen el compromís del Departament de Salut per analitzar els problemes de salut a Cerdanyola. També va assegurar que es buscaria un servei per a Bellaterra de mínim un cop a la setmana en detriment del CAP de Serraparera.

El següent punt va ser el trànsit. Víctor Francos per una banda va expressar que Bellaterra necessitava un Pla de Mobilitat complet. D'altra, va voler deixar clar que la BV-1414 havia d'incomodar els vehicles al seu pas per Bellaterra i que estan treballant per a posar semàfors i incloure radars de velocitat. Sobre la BV-1414, va ser clar dient que no li traspassarien la titularitat a l'EMD, ja que l'Ajuntament no vol que s'hi instal·lin pilones, tot i que alguns veïns van destacar la feina de pacificació que feien.

També es va parlar del transport públic, ja que els veïns van expressar la seva incomoditat que a Bellaterra hi passen molt pocs autobusos, i que la línia 648 s'atura sovint en alguns carrers. L'alcalde va destacar que estaven pendents de la licitació del bus urbà amb l'AMB, però que de la resta no en tenien competència.

El tema de l'espai públic es va dividir en diferents demandes, com la manca de voreres i el seu mal estat, que en moltes ocasions és impossible passar-hi amb cadira de rodes o cotxets; el mal estat del clavegueram, que no filtra l'aigua; o la falta d'enllumenat públic de qualitat i ben orientat. En aquest sentit l'equip de govern va indicar que destinaria 5,4 milions d'euros per a tot l'espai públic de Cerdanyola, inclosa Bellaterra, i

s'aniria aplicant progressivament segons les necessitats de cada zona.

Sobre l'aparcament a la plaça del Pi, l'Ajuntament va indicar que s'està preparant una zona d'aparcament restringit i gratuït pels veïns de Cerdanyola; i pels que no siguin residents serà un aparcament amb parquímetre amb estacionament de màxim dues hores.

Un altre tema tractat va ser el de les deixalles, en concret al Pla dels Estels, i la neteja de papereres. Francos va anunciar que hi ha un grup de gent que es dedica a moure la brossa d'altres municipis com Sant Quirze o Sant Cugat per deixar-ho al Pla dels Estels; i que això no és un problema de deixalles sinó d'abocaments. Per tant això és un delicte i s'ha de denunciar.

Amb relació a aquest tema, també es va parlar sobre Can Fatjó dels Aurons. La regidora Mimó va deixar clar que allò no pot ser un abocador perquè no està permès, i si en algun moment s'hi hagués de convertir, s'hauria de canviar el plantejament urbanístic. Va recordar que ara mateix és una explotació de l'empresa argilera Puigfel i, un cop acabi l'explotació, l'empresa haurà de tornar a tapar el clot.

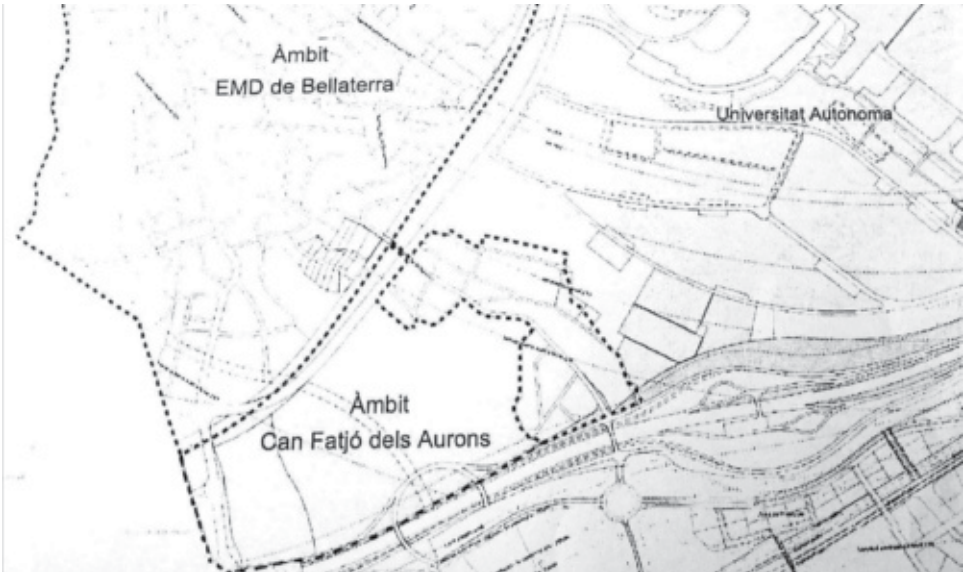
També es va incidir sobre les suposades obres de forma il·legal d'una estació de bombeig a Can Domènech; i el problema de les rates que sorgeixen de Can Jeroni Martí (una propietat de l'Ajuntament). Sobre totes dues problemàtiques Mimó va ressaltar que hi estaven treballant.

Per acabar la trobada, l'Ajuntament va presentar diversos projectes de futur per a Bellaterra. Van llistar per exemple la creació de carrils bici i patinet, punts de càrrega de vehicles elèctrics, wifi gratuïta a la plaça del Pi, el pàrquing darrere de l'estació de FGC en terrenys de la UAB, el Parc del Torrent de la Bonaigua, millorar la celeritat en la presentació d'instàncies a l'Ajuntament a través de l'EMD, o la millora de competències per l'EMD de Bellaterra.

COMPETÈNCIES AJUNTAMENT	COMPETÈNCIES EMD
Neteja viària	Cultura
Recollida escombraries	Ordenació del trànsit
Enllumenat públic	Esport
Xarxa clavegueram	Reserva d'espais públics
Poda d'arbres	Manteniment d'espais
Urbanisme	Manteniment d'edificis públics
Medi Ambient	
Policia Local	
Padró municipal	
Deixalleria UAB	
Deixalleria Cerdanyola	

L'AJUNTAMENT DIU QUE FALTEN 200 SIGNATURES PER L'ANNEXIÓ DE BELLATERRA A SANT CUGAT

La seva resposta oficial a l'expedient amplia el límit territorial i al·lega que falten 200 signatures perquè sigui legal el tràmit.



El passat mes de juny de 2019, la comissió veïnal "Bellaterra és Sant Cugat" va entregar les signatures a favor de l'annexió de Bellaterra amb Sant Cugat juntament amb la memòria justificativa, a l'Ajuntament de Cerdanyola.

Aquestes signatures superaven el 50% de la població de Bellaterra i, per tant, eren totalment legals per a iniciar el tràmit per canviar de municipi.

L'Ajuntament de Cerdanyola, però, es va posicionar negativament a aquest tràmit donant una resposta oficial a l'expedient, al·legant que el nombre de signatures no era correcte degut a que faltava la participació dels veïns de Can Fatjó.

El cert és que aquesta zona no formava part del projecte d'annexió. Ho indicava bé a la memòria justificativa, que deixava clar que aquest procés només sol·licitava segregar la zona que hi ha més tocant a Bellaterra, que són els terrenys on es va voler fer l'abocador de Can Fatjó dels Aurons. Fins i tot s'hi va adjuntar un mapa on es podia comprovar de quina zona s'estava parlant.

Després d'això, la comissió "Bellaterra és Sant Cugat" va presentar un contenciós administratiu contra l'Ajuntament de Cerdanyola per aquest motiu, però des de l'Ajuntament segueixen insistint en el fet que el límit territorial és més ampli i que falten com a mínim 200 signatures perquè el tràmit pugui ser vàlid.

CONSTRUCCIONES CALESMA, S.L.
N.I.F. B-62778352
Obra nueva
reformas integrales, fachadas,
cubiertas, mantenimientos,
pladur, pintura, electricidad y
fontanería.
Joni Pérez · SABADELL
93 729 54 18 - 615 20 52 27

Compro antigüedades, joyas,
porcelana y
domicilios enteros

Pago al contado

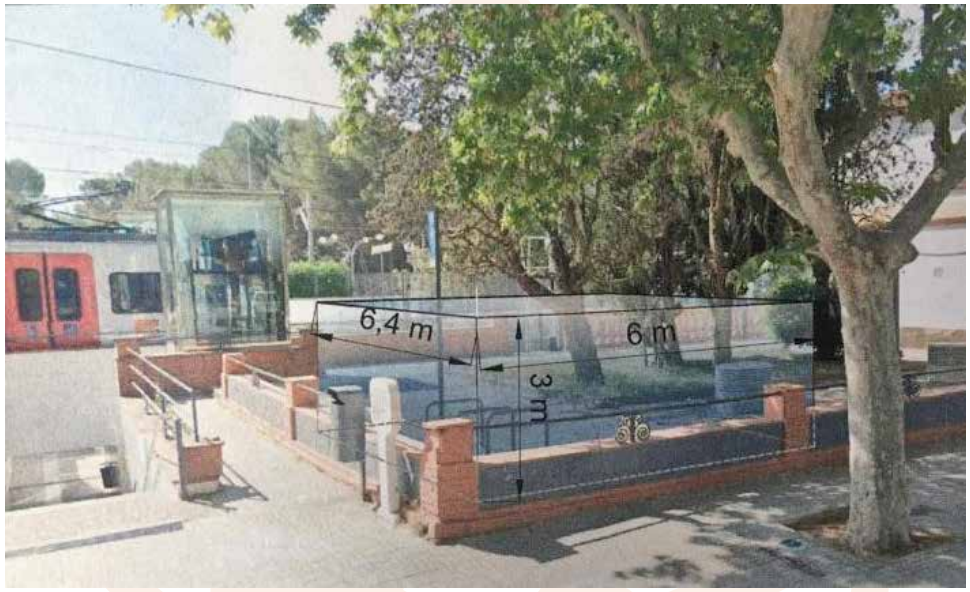
¿no lo quieres?
Yo te lo compro.

Sr.Joaquín

618 977 743

FGC PROJECTA LA INSTAL·LACIÓ D'UN BICITANCAT A L'ESTACIÓ DE BELLATERRA

Aquest aparcament per a bicicletes es col·locarà als jardins de FGC, al costat de l'estació de Bellaterra.



Els bicitancats són uns aparcaments segurs per a bicicletes privades que ja existeix en molts municipis de l'àrea metropolitana de Barcelona com per exemple Sant Cugat, Cerdanyola del Vallès, Montcada i Reixac, o diversos municipis de la zona del Llobregat.

Aquests aparcaments ofereixen un espai protegit (vigilat amb videocàmeres) per a les bicicletes durant un temps estipulat i l'objectiu és fomentar l'ús de la bicicleta com a mitjà per a la mobilitat quotidiana i complementar altres serveis de transport públic fomentant la intermodalitat.

Es tracta d'un projecte que ja està en una fase avançada i que segur que serà molt útil, ja que per l'estació de FGC de Bellaterra hi passen milers de persones cada dia. Concretament a l'estació de Bellaterra, es van comptabilitzar 532.497 viatges durant el 2019.

Ara, però, és probable que es multipliquin els viatges tenint en compte que ja s'estan duent a terme les obres a l'estació de Plaça Catalunya de Barcelona per augmentar la freqüència de pas dels trens.

Tots aquests projectes de mobilitat ajudaran a fer que la població faci un ús més regular del transport públic, podent eliminar trajectes amb vehicle privat que contaminin molt més.

ENTRA EN VIGOR LA T-FAMILIAR AL NOU SISTEMA TARIFARI DE TRANSPORT

Es tracta d'un bitllet multipersonal de 8 viatges, i està pensat principalment per famílies o grups reduïts.

El passat 1 de març va entrar definitivament en funcionament la nova concepció del sistema de tarifes del transport públic creada per l'ATM (Autoritat del Transport Metropolità), amb l'entrada en vigor de la T-Familiar i la caducitat definitiva de la T-10, que ja ha deixat de ser operativa.

L'ATM va anunciar la creació d'aquest bitllet una setmana després que s'anunciessin les noves tarifes, a finals del 2019, i també pocs dies després que naixés una plataforma en contra de la T-Casual, la successora de la T-10.

La T-Familiar és un bitllet multipersonal enfocat principalment a famílies o grups reduïts de persones que fan un ús ocasional del transport públic i volen compartir la mateixa targeta. El títol inclou un total de 8 viatges que es poden validar consecutivament (a diferència de la T-Casual) i caduca 30 dies després de la primera validació. Aquesta caducitat ha provocat diverses queixes dels seus usuaris potencials, ja que consideren que té una caducitat molt curta i no els surt a compte utilitzar-lo.

El preu del bitllet segons les zones és: 10€ una zona, 19€ dues zones, 27€ tres zones, 35€ quatre zones, 40€ cinc zones i 42€ sis zones.

Els usuaris que encara tinguin una T-10 sense utilitzar, tenen la possibilitat de bescanviar-la als punts d'atenció al client de TMB fins al 30 de juny del 2020. La targeta no pot estar utilitzada ni malmesa i s'haurà d'abonar la diferència de preu del nou títol que es vulgui adquirir.

A continuació fem un petit recordatori de com ha quedat l'actual sistema de tarifes de l'ATM i quines diferències hi ha entre els títols disponibles:

Títols i tarifes 2020	1z	2z	3z	4z	5z	6z
Bitllet senzill 1 viatge sense caducitat - Unipersonal	2'40€	3'40€	4'50€	5'75€	7'35€	8'55€
T-Casual 10 viatges sense caducitat - Unipersonal	11'35€	22'40€	30'50€	39'20€	45'05€	47'90€
T-Usual Viatges il·limitats 30 dies - Unipersonal	40'00€	53'85€	75'60€	92'55€	106'20€	113'75€
T-Jove Viatges il·limitats 90 dies - Unipersonal	80'00€	105'20€	147'55€	180'75€	207'40€	222'25€
T-Dia Viatges il·limitats 1 dia - Unipersonal	10'50€	16'00€	20'10€	22'45€	25'15€	28'15€
T-Familiar 8 viatges 30 dies - Multipersonal	10'00€	19'00€	27'00€	35'00€	40'00€	42'00€
T-Grup 70 viatges 30 dies - Multipersonal	79'45€	156'80€	213'50€	274'40€	315'35€	335'30€

LA UAB FA UN ESTUDI PRÀCTIC PROTEGIR LA ZONA DE BELLATERRA DE LA VESPA ASIÀTICA

Serà una campanya de detecció i captura de reines de vespa asiàtica al campus amb estudiants del Grau de Biologia Ambiental.

La vespa asiàtica (Vespa velutina) és una espècie exòtica invasora originària d'Àsia que va ser detectada per primera vegada a Europa l'any 2004, a França. Posteriorment, l'any 2012 es van detectar les primeres vespes asiàtiques a Catalunya, que van anar fent un procés d'expansió per tot el territori.

La presència d'aquesta espècie invasora al nostre territori produeix importants afectacions a l'apicultura, al depredar sobre l'abella de la mel, però també sobre altres pol·linitzadors de conreus i flora silvestre. Igualment, té efectes sobre la salut pública, creant una percepció d'inseguretat en la població pel risc de les seves picades.

És per aquest motiu que la Unitat de Zoologia del Departament de Biologia Animal, Biologia Vegetal i Ecologia (BABVE) desenvoluparà un estudi pràctic d'aquesta plaga al campus de la UAB, a tocar de Bellaterra, dins de l'assignatura de Gestió de Recursos Animals i Plagues (GRAP) del Grau de Biologia Ambiental.

Un grup d'estudiants, dirigits pel professorat, iniciaran una campanya de detecció i captura de reines de vespa asiàtica. L'objectiu és detectar la presència de les reines d'aquesta espècie i eliminar el major nombre d'individus que podrien donar lloc a nous nius a la zona, ajudant a evitar els riscos que genera.

Aquest estudi es durà a terme des de principis de març fins a finals de maig, i s'instal·laran diverses trampes per capturar les reines d'aquestes vespes per tot el campus. Aquestes trampes no generen cap risc per a les persones, ja que un cop hi han entrat, les vespres no podran sortir-ne. És molt important que es respectin i no es manipulin les trampes col·locades, per motius de seguretat evidents i per no alterar els resultats de l'estudi.

S'INICIA EL PERÍODE D'INFORMACIÓ PÚBLICA DEL PLA ESPECÍFIC DE MOBILITAT DEL VALLÈS

Es tracta d'un projecte per millorar els problemes de mobilitat al Vallès tenint en compte diversos condicionants.

A principis del mes de febrer del 2020 es va publicar al Diari Oficial de la Generalitat el Pla Específic de Mobilitat del Vallès (PEMV) elaborat pel Departament de Territori i Sostenibilitat. El document inclou l'Emmarcament, la Diagnosi, la Proposta i les Mesures establertes, així com l'Estudi Ambiental Estratègic (EAE).

A partir d'aquest moment s'ha obert en període d'exposició pública fins al 6 d'abril del 2020, i la ciutadania pot fer les aportacions i al·legacions que consideri. La documentació esmentada es pot consultar a les oficines de la Direcció General d'Infraestructures de Mobilitat del Departament de Territori i Sostenibilitat i a través d'internet a:

http://territori.gencat.cat/ca/01_departament/09_informacio_publica/infraestructures-i-mobilitat

L'objectiu del PEMV és l'anàlisi de la mobilitat al Vallès Oriental i Occidental per contenir les determinacions oportunes per estructurar un sistema de transport col·lectiu competitiu, que presti especial atenció a la xarxa d'autobusos interurbans i d'aportació a la xarxa ferroviària, al sistema d'intercanviadors, i que alhora doni directrius sobre polítiques urbanes d'aparcament.

Es vol donar resposta a les problemàtiques de mobilitat local i global a l'àmbit del Vallès tenint en compte els condicionants territorials, socioeconòmics i ambientals.

Podeu trobar més informació a la pàgina web oficial del Pla Específic a:

http://pemv.cat

COMUNICAT OFICIAL DE L'EMD BELLATERRA

La Junta de Veïns i Veïnes en sessió extraordinària celebrada en data 28 de febrer de 2020, va adoptar entre d'altres, amb la reserva de l'aprovació definitiva de l'acta i, amb el quòrum que exigeix la legislació vigent, l'adopció del següent acord:

4.- Aprovació inicial de la mobilitat en relació als carrers Jeroni Martí, Pin i Soler i Camí Antic de Sant Cugat dins de l'EMD Bellaterra.

Atès que els carrers Jeroni Martí, Pin i Soler i Camí Antic de Sant Cugat són carrers residencials amb habitatges aïllats, la seva funcionalitat en l'àmbit de l'EMD de Bellaterra és de distribució del trànsit intern i veïnal. La configuració d'aquests i l'itinerari que conformen ha comportat que per a la gent de fora de Bellaterra funcioni com a una drecera per connectar amb vehicle privat les autopistes C-58 i AP-7 i viceversa, així com entre les poblacions de Sabadell, Sant Cugat i Barcelona, en les hores punta l'enllaç destinat a realitzar la connexió entre aquestes dues grans xarxes presenta saturacions i que com a conseqüència d'això on s'arriben a enregistrar fins a 400 vehicles en una hora i a la tarda en sentit Sabadell, on la punta de demanda és una mica més plana però arriba a més de 300 vehicles l'hora. Durant la resta del dia la demanda oscil·la entre uns 20 i uns 80 vehicles per hora.

I tenint en compte que, a més, cal destacar que s'han rebut queixes de veïns amb i sense mobilitat reduïda donat que no disposen d'un itinerari segur i accessible per a desplaçar-se, afegint-hi que d'acord amb les característiques de la via que disposa de prioritat i de molts trams rectes i amples, les velocitats a les que se circulen són majoritàriament superiors en tots els trams, pel que no garanteixen la convivència ni amb bicicletes ni molt menys amb vianants.

En aquest context, els objectius principals que es volen assolir són la de millorar la seguretat viària per a tots els modes, la de disminuir progressivament el volum de trànsit i dissuadir el trànsit de pas, i la de garantir les connexions de manera segura i accessible pels modes no motoritzats.

Vist l'informe de mobilitat emès en data gener 2020, que proposa per una banda implantar un sentit únic en sentit Bellaterra en l'accés del Camí Antic des de Can Sant Joan, amb les mesures escaients per fer-ho efectiu; implantar zona 30 en tot l'itinerari i modificar les prioritats del carrers, amb la implantació de la senyalització escaients; i garantir itineraris segurs i accessibles per als vianants, amb les zones de reserva, pintura i senyalització per garantir l'ús i la seguretat dels usuaris.

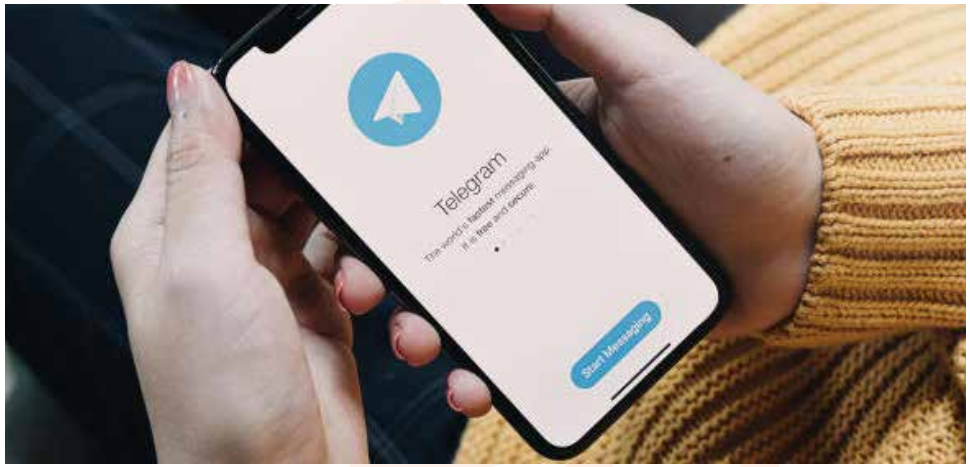
Sent competent per dur a terme les mesures de mobilitat de l'àmbit de Bellaterra l'EMD en virtut del que estableix l'art. 82 del TRLMRL de Catalunya, i les Bases de Constitució de l'EMD de Bellaterra, ES PROPOSA A LA JUNTA DE VEINS

ACORDI:
PRIMER.- aprovar inicialment la IMPLANTACIÓ de les següents mesures:
1. IMPLANTAR UN SENTIT ÚNIC en sentit Bellaterra en l'accés del Camí Antic des de la rotonda de l'avinguda de la Generalitat de Sant Cugat, fins al carrer Til·ler de Bellaterra, així com delimitar els carrils
2. REDUIR LA SEVA AMPLADA deixant carrils amb una amplada d'uns 2,5 m, delimitant-se un espai mínim d'1,5 m d'amplada, separant el carril de circulació amb una doble línia continua i implantant mobiliari urbà tipus jardineres o pilones en els punts més crítics o en que els vehicles disposin de menys visibilitat per garantir la seguretat dels vianants.
3. ORDENAR l'establiment, per tal de garantir-ho, de l'ampliació de l'espai destinant als vianants i un cordó d'aparcament en el carril sentit Sant Cugat.
4. ESTABLIR com a zona 30 Camí Antic des de la rotonda de l'avinguda de la Generalitat de Sant Cugat, fins al carrer Til·ler de Bellaterra i modificar les prioritats del carrers garantint la seguretat de tots els usuaris.
5. ORDENAR que es doni prioritat als carrers verticals, implantat un senyal de STOP en l'itinerari abans esmentat en el punt primer.
SEGON.- NOTIFICAR aquest acord al serveis tècnics I veïns afectats, i publicar l'acord i en el tauler d'anuncis, als efectes de que quedi exposat al públic, durant un termini de 30 dies perquè els interessats presentin, si s'escau, les al·legacions que considerin pertinents. Finalitzat el qual sense que es presenti cap al·legació, o si es presenten, es passarà per a la seva resolució definitiva de l'expedient a la Junta de Veïns.

Votació.- S'aprova la proposta per cinc vots a favor de Gent per Bellaterra, una abstenció de Gent per Bellaterra, un vot en contra d'Esquerra Republicana de Catalunya-Acord Municipal i una abstenció de Convergents.

L'EMD DE BELLATERRA CREA UN CANAL DE TELEGRAM PER INFORMAR SOBRE EL CORONAVIRUS

És una eina útil per a poder seguir totes les informacions oficials de l'EMD de Bellaterra relacionades amb el COVID-19.



Telegram és una aplicació de missatgeria instantània gratuïta i feta amb programari lliure que permet enviar i rebre missatges a través d'Internet. Permet crear grups i enviar imatges i vídeos, igual que el popular WhatsApp.

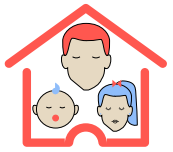
Està disponible tant per a sistemes operatius mòbils Android i iOS, com també per a ordinadors, així com versions per executar en el navegador. L'aplicació està disponible en català.

Com que els grups de Telegram poden tenir fins a 200.000 membres, són una gran erina per mantenir eficient la comunicació en grans comunitats. A més, qualsevol grup públic es pot unir a qualsevol i són plataformes grans per a debats i recopilació de comentaris.

És per aquest motiu que l'EMD de Bellaterra ha escollit aquesta aplicació per a poder tenir un canal on vehicular tota la informació oficial relacionada amb el COVID-19 i el poble de Bellaterra.

Per entrar a formar part d'aquest canal només cal escanejar el següent codi QR, o demanar-lo al WhatsApp de Bellaterra.tv: 616 83 87 83

5 consells per a un confinament saludable

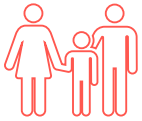


El fet de romandre a casa durant un llarg període de temps pot alterar els hàbits de vida i crear cert malestar psicològic.

Seguir alguns consells us pot ajudar a fer l'estada més agradable.

1 Manteniu una actitud positiva!

Quedar-se a casa és el millor que podeu fer per frenar la transmissió del virus i protegir la salut de les persones més vulnerables.



No penseu que sou a casa perquè no us deixen sortir, sinó perquè fer-ho és un acte de responsabilitat per al bé comú. Tingueu present que és una situació temporal i que es tracta de viure-la de la millor manera possible. Preneu-vos-ho com una oportunitat per passar més temps en família i per desenvolupar l'enginy i la imaginació i cercar altres opcions de lleure.

Procureu mantenir un horari i una rutina diària, us ajudarà a portar millor el confinament.

Llegiu, dediqueu temps a algun *hobby* o afició. Aquests dies hi ha un munt d'activitats d'entreteniment i cultura gratuïtes a Internet. Gaudiu-ne. Trieu-ne algunes per gaudir-ne plegats amb la família.

2 Activeu-vos i trenqueu amb el sedentarisme

Ser a casa no vol dir estar-se asseguts al sofà sense fer res. La vostra llar és plena d'oportunitats per mantenir-vos físicament actius, només cal aprofitar-les:

- Les **tasques domèstiques** són una bona manera de fer despesa energètica: escombreu, fregueu, netegeu els vidres, feu-vos el llit, etc.

- Aprofiteu per fer allò per al que mai tenim temps: **endreçar armaris, roba, papers i calaixos.**

- Poseu-vos **música i balleu**.
- Quan mireu la televisió, aixequeu-vos per canviar el canal en lloc de fer-ho amb el comandament. També podeu fer estiraments i/o exercicis flexionant els turmells i els genolls.
- **Camineu** mentre parleu per telèfon.

- **Utilitzeu les escales** quan aneu a comprar o a passejar al gos.
- **No** estigueu més de **2 hores seguides asseguts.**

2020. © Generalitat de Catalunya. Servei Català de la Salut (17.3.2020)

Generalitat de Catalunya

/Salut

- Feu **bricolatge.**
- Treballeu al **jardí** o a l'**hort**, si en teniu, o tingueu **cura de les plantes**.
- Si teniu espai per fer-ho, **netegeu la bicicleta, la moto o el cotxe.**

- Si teniu **bicicleta estàtica o cinta per caminar,** aquest és un bon moment per utilitzar-les.
- Feu algun programa d'**exercici físic suau o ioga** a través del mòbil o d'Internet.

3 Seguiu una alimentació saludable

Aprofiteu que sou a casa per **alimentar-vos de forma equilibrada:** el fet d'haver de dinar fora o amb carmanyola per complir amb les obligacions laborals o acadèmiques pot limitar la tria d'opcions saludables.

Tingueu en compte que, tot i que us mantingueu actius, romandre a casa comporta menys despesa energètica de la que és habitual i que el fet de no tenir les ocupacions rutinàries pot fer augmentar la sensació de gana.

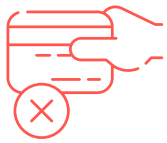
Potencieu el consum de fruita fresca, verdura del temps i llegums, i eviteu el consum d'aliments rics en sucres i/o greixos i el menjar ultraprocessat. Si piqueu entre hores, opteu per fruita seca o cereals integrals.

Recordeu que **la millor beguda és l'aigua**. Si feu servir l'aigua de l'aixeta reduireu viatges, envasos de plàstic, residus i us gastareu menys diners.

Intenteu **fer els àpats plegats i dediqueu-hi un temps adequat,** sense utilitzar els mòbils i les tauletes. Aquest pot ser un bon temps **per cuinar amb els infants** i per **provar noves receptes** bones i saludables.

A l'hora d'anar a comprar:

- Penseu en tot el que necessiteu **per sortir el menys temps possible**.
- Aneu-hi **sols.**
- Cal mantenir la **distància d'aproximadament 1,5 metres** amb la resta de clients i/o personal de l'establiment.
- Si veieu que hi ha molta gent, **espereu-vos fora.**

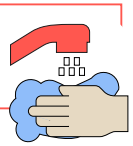


- Sempre és molt millor portar les **vostres bosses,** carros o cistells per comprar.
- **Eviteu**, com sempre, **tocar aliments** que no us heu de quedar.
- **No parleu, estossegueu o esternudeu** a prop de cap aliment ni persona.
- Utilitzeu **guants d'un sol** ús per triar fruites i hortalisses.
- **Pagueu amb targeta** i eviteu utilitzar diners en metàl·lic.
- **Agraïu la important tasca de les persones** que continuen treballant per garantir a tothom els serveis mínims indispensables.

Generalitat de Catalunya

/Salut

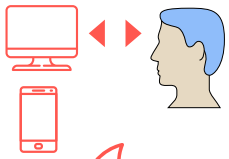
MOLT IMPORTANT: durant tot aquest procés cal evitar tocar-nos la cara, els ulls, evitar tocar superfícies, etc., i així que arribeu a casa, cal rentar-vos les mans ràpidament i a consciència.



4 Aprofiteu la tecnologia, però feu-ne un ús responsable

Internet, els ordinadors, les tauletes i els dispositius mòbils són els vostres aliats per fer teletreball, estudiar, fer gestions i gaudir del temps de lleure, però sobretot per mantenir-vos en contacte amb els vostres familiars i amics. Truqueu-los, envieu-los missatges, feu videoconferències, etc. Us sentireu menys aïllats i més a prop.

Quan utilitzeu aquests dispositius:



- **Aparteu la mirada** uns 20 segons cada 20 minuts a una distància d'uns 6 metres.
- **Parpellegeu** sovint.
- Manteniu una **distància adequada** entre els ulls i la pantalla.
- **Inclineu les pantalles** lleugerament cap enrere per evitar ombres i reflexos.
- Intenteu **no utilitzar-les** durant les **2 hores prèvies a anar a dormir.**

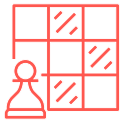
5 Si a casa hi ha infants...

Tot i que no vagin a escola, procureu que **mantinguin un horari i una rutina diària.**

Limiteu el temps que passen davant les pantalles: es recomana un màxim d'una hora i mitja diària. Convé, a més, que quan les utilitzin mirin de lluny entre 5 i 10 minuts cada hora.

Afavoriu el **joc actiu** sempre que sigui possible: jugar a fet i amagar, ballar, fer gimnàstica, etc. Si teniu jardí o pati, engresqueu-los a **jugar a pilota o a fer una volta amb bicicleta.**

El **joc educatiu també és una bona opció**: peces de construcció, trencaclosques, manualitats, activitats de càlcul, etc. Si ja saben llegir, **els contes, els còmics i les novel·les infantils** són una bona manera de mantenir-los entretinguts.



També pot ser un bon moment per implicar-los en les **tasques domèstiques:** animeu-los que participin en l'elaboració dels àpats, a parar i desparar la taula, a mantenir endreçada la seva habitació, etc.

Intenteu explicar-los per què cal quedar-se a casa a fi que no visquin el confinament com una experiència negativa. Aquest és també un bon moment per reforçar els hàbits d'higiene, per explicar i practicar conjuntament un bon rentat de mans, etc.

Generalitat de Catalunya

/Salut

PARTICULAR COMPRA
CASA A BELLATERRA

De particular a partircular
Abstenir-se agències

Enviar fotos, contacte i preu: j.bellaterra68@gmail.com

"Adaptem els nostres serveis a les seves necessitats amb un tracte proper i de qualitat"

A Cerdanyola del Vallès des de 1850

AL SEU SERVEI LES 24 HORES 902 488 500

funerària montserrat Truyols www.truyols.com

MCASALS

Taller de Joieria Artesana

www.mcasals.com
645 80 41 43
facebook.com/mcasals.bcn

Creació artesanal

Un valor afegit únic i que aporta qualitat a cada peça

Personalització

Cada client escull què vol i com ho vol, només així aconseguim que cada client se senti seva la seva joia

Arrecades, collarets, pulseres...

Realitzem qualsevol tipus de joia, totalment personalitzada i garantint l'artesania de tots els processos

Taller a Bellaterra

Confeccionat al costat de casa

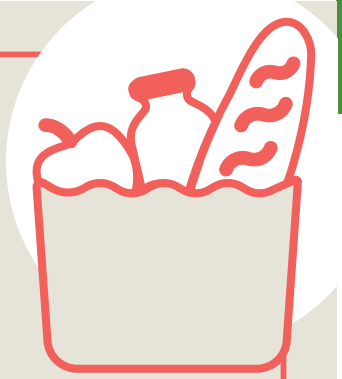
Restauració de joies antigues

Rejuvenir materials i joies.
De dues peces fer-ne una

Records de per vida

Creació de peces especials, medalles, detalls, plaques...tot fet a mà amb materials purs

Consells bàsics per mantenir una alimentació saludable durant el confinament



1. Mantingueu la rutina dels àpats principals en horaris regulars i eviteu menjar entre hores (picar)

2. Planifiqueu els àpats de tota la setmana i tingueu una llista per anar a comprar definida i clara

3. Eviteu comprar i menjar productes ultraprocessats i ensucrats (llaminadures, *snacks*, begudes ensucrades, etc.)

Aliments recomanables per al vostre rebost

- Fruites de temporada
- Hortalisses (pastanagues, cebes, porros, apis, cols, enciams, carxofes, bròquils i patates)
- Llegums (secs o en conserva)
- Ous
- Pa, pastes i arrossos, preferentment integrals
- Llet i els seus derivats sense sucres afegits

I, RECORDEU: l'abastiment d'aliments està garantit, per tant, no és necessari acumular grans compres que puguin suposar el malbaratament dels aliments.

2020. © Generalitat de Catalunya. Servei Català de la Salut (17.3.2020)

Generalitat de Catalunya

/Salut

LA RECEPTA

FLAM DE MASCARPONE I MELMELADA

Recepta de Jordi Garcia Miguel extreta de www.receptes.cat

INGREDIENTS (per a 6 racions)

- 250 g de formatge mascarpone
- 4 ous
- 400 ml de llet
- 4 c/s de sucre
- 2 c/s de melmelada del que més ens agradi
- Sucre i unes gotes d'aigua pel caramel

PREPARACIÓ:

Del caramel:

En un cassó desfem el sucre amb unes gotes d'aigua, fins que estigui ben daurat, cal vigilar que no es cremi. A cada flamera o una única flamera gran, hi aboquem una mica del caramel fet, el fons té de quedar cobert. Reservem la/les flameres.

Del flam:

Posem tots els ingredients al got de la batedora, ho triturem i barregem bé. Omplim la/les flameres amb aquesta barreja i ho coem al forn, al bany maria, durant uns 50 minuts a 180º. Deixem refredar i reservem a la nevera.

Per emplatar:

Per a desemmotllar, amb una cullereta pressionem una mica tot el voltant, per sobre, aboquem al plat i sacsegem plat i flamera.

GUIA COMERCIAL

Vols aparèixer a la nostra

GUIA COMERCIAL?

totBellaterra

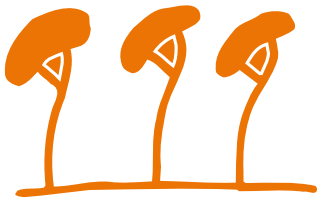
Demana més informació al telèfon

93 611 42 43

O per correu electrònic a:

comercial@totbellaterra.com

Distribució de 2.000 exemplars mensuals!



EMD BELLATERRA	
Oficina d'atenció al Ciutadà	93 518 18 30
Plaça Maragall, 4	
www.emdbellaterra.cat	

Telèfons de Contacte Bellaterra

URGÈNCIES

Emergències	112
Ambulàncies Emergències	O61
Ambulàncies	93 712 03 03
Ambulància Creu Roja	93 580 33 33
Bombers	112 - 93 582 03 00
Policia Local	O92 - 93 691 20 00
Mossos	112 - 93 592 47 00
Policia Nacional	1091 - 93 594 24 80
Dones en Situació de Violència	900 900 120
Agents Cívics de Bellaterra	644 573 572

SERVEIS SANITARIS

	93 580 63 63
CAP Serraparera	93 728 44 44
Cita prèvia Atenció Primaria	93 591 07 40
CAP Canaletes	93 594 44 70
Cap Fontetes	93 317 77 77
Alcoholics Anònims	93 580 96 77
Centre Salud Mental	93 691 61 61
Creu Roja	93 594 21 99
Programa d'Atenció a la Dona	93 414 25 25
Ass. E. contra el Càncer	93 723 10 10
Hospital Parc Taulí	902 533 333
Hospital General de Catalunya	93 000 14 01
Residència Geriàtrica CIM Bellaterra	

FARMACIA

Farmàcia a Sant Quirze	
Horari	93 721 07 83
Cada dia de 7 a 24h	
Farmàcia a Bellaterra	93 691 46 55
Horari	
9-13'30 i 16'30-20h	

SERVEI MUNICIPAL CERDANYOLA - EMD

	O1O
	93 580 88 88
Atenció Ciutadana Cerdanyola	93 580 88 88 ext 870
Ajuntament OAC	94 580 88 88 ext 164
Ateneu	93 591 41 22
Arxiu Municipal	93 591 41 33
Urbanisme	93 581 10 00
Cultura	

TELÈFONS D'INTERÈS

	900 878 583
Aigües Cassa - Avaries	902 290 280
	800 760 909
Fecsa Endesa	800 760 706
	900 408 080
Gas Natural	900 100 250
	901 100 100
Butà	93 725 62 77
	93 580 10 53
Correus UAB	
	93 692 09 71
Parròquia de la Santa Creu	
	93 581 33 97
Deixalleria Campus Uab	902 404 704
Aeroport Aena	93 580 67 00
Bus Sarbus	93 205 15 15
FF CC	902 320 320
Renfe	
	93 580 27 27
RadioTaxi del Vallès	93 729 07 07

ESCOLES

	93 586 41 06
Escola Ramon Fuster	93 580 81 64
E. E. Bellaire	93 594 00 71
La Llar d'en Pitus	93 581 19 74
Escola Bressol Gespa Uab	93 581 15 83
Ceip Escola Bellaterra	93 580 14 77
IES Pere Calders	93 592 97 95
Escola Waldorf-Steiner "El Til.ler"	

MÚSICA

El Musical	93 580 42 46

ESPORTS

El Club	93 580 25 42
Saf	93 581 19 34

FGC.Línia S2

FGC. Bellaterra-Barcelona.				
SORTIDES. Duració trajecte: 34 min.				
05:20	08:20	10:48	:20*	21:33
05:47	08:32	11:03	:32*	21:56
06:11	08:44	11:18	:44*	22:18
06:25	08:56	11:33	:56*	22:50
06:50	09:08	11:49	20:08	23:26
07:08	09:20	12:08	20:20	00:13*
07:20	09:32	12:24	20:33	00:58*
07:32	09:46	12:42	20:45	01:42*
07:44	10:00	12:56	20:57	
07:56	10:18	13:18	21:09	
08:08	10:33	:08*	21:21	

PARADES: Sant Joan - Volpelleres - Sant Cugat - Valldoreix - La Floresta - Les Planes - Baixador de Vallvidrera - Peu del Funicular - Sarrià - Muntaner - Gràcia - Provença - Plaça Catalunya

FGC. Bellaterra-Sabadell.					
SORTIDES. Duració trajecte: 11 min.					
05:21	08:19	10:24	12:55	:55*	00:21*
05:46	08:31	10:38	13:07	21:07	00:30*
06:16	08:43	10:53	13:15	21:19	01:15*
06:43	08:55	11:08	13:31*	21:31	02:00*
07:07	09:07	11:23	13:43	21:46	02:42*
07:19	09:19	11:38	13:55	22:01	
07:31	09:31	11:53	:07*	22:25	
07:43	09:43	12:08	:19*	22:51	
07:55	09:54	12:23	:31*	23:19	
08:07	10:07	12:38	:43*	23:48	

PARADES: Universitat Autònoma - Sant Quirze - Sabadell Estació - Sabadell Rambla

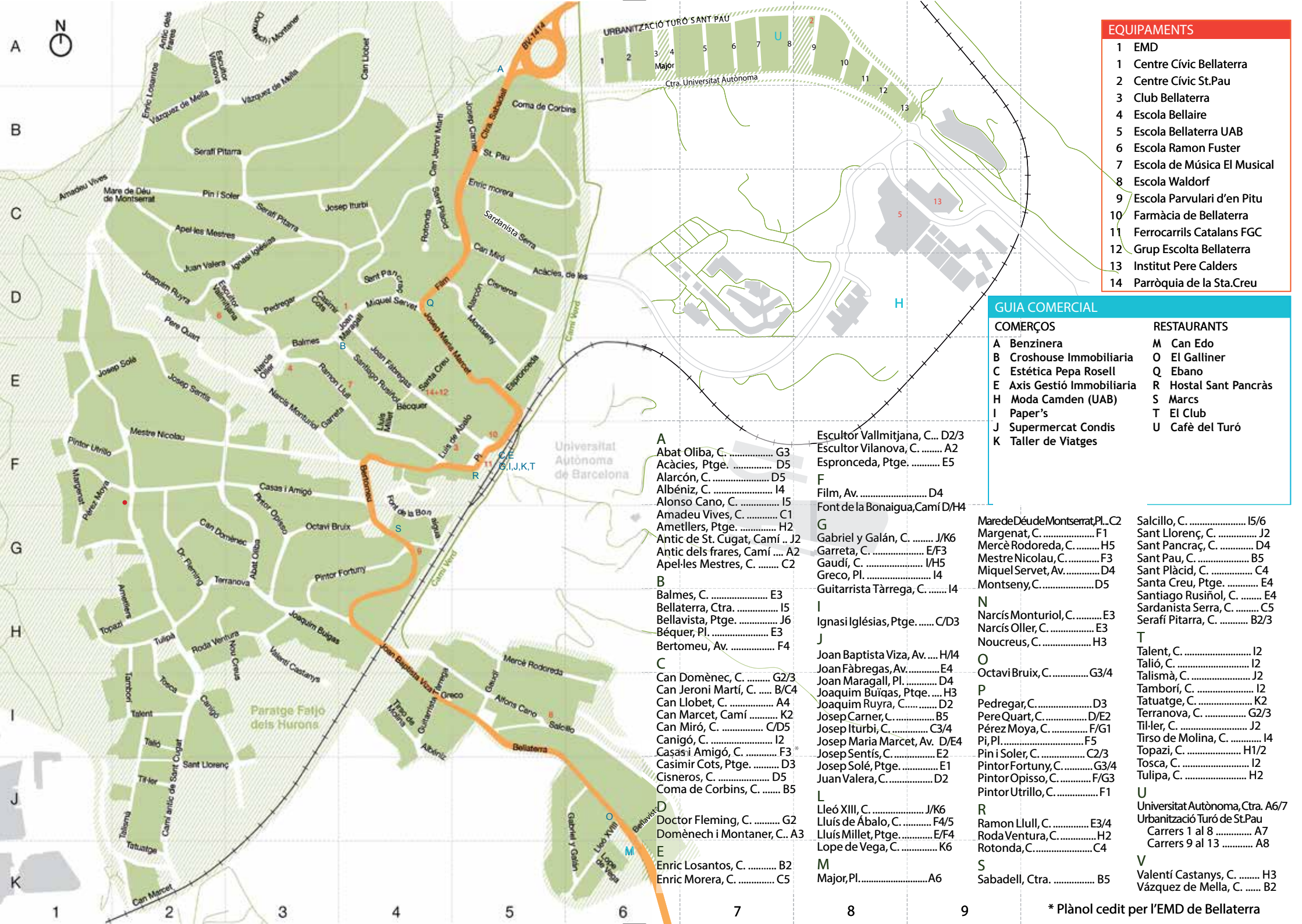
*Cada hora //
*Nits de divendres a dissabte i vigílies de festius
Horaris juliol 2015 extrets d'FGC

BUS.Línia 648

648. Bellaterra-UAB-Montcada.
Duració trajecte: 8 mín a UAB - 23 mín a Cerdanyola - 38 mín a Ripollet - 58 mín a Montcada
De dilluns a divendres de 06:00 a 21:00 cada hora
PARADES A: Universitat Autònoma (Ctra. de la UAB-Facultat C.Educació) - Cerdanyola del Vallès (C.Serra dels Galliners/C.Castella, Ctra.Barcelona/C.Blasco Ibáñez, Quatre Cantons) - Ripollet (C.Balmes/C.Molí d'en Ginestar, C.Sant Josep/C.Pizarro, Rambla St.Andreu/C.Pau Casals) - Montcada i Reixac (Rambla dels Països Catalans, Pl.Lluís Companys, C.Bifurcació/C.del Molí)

BUS.Urbà 2

Urbà 2. Bellaterra.
SORTIDES DES DE BELLATERRA: 9:30 11:30 17: 00
SORTIDES D'AJUNTAMENT: 9:00 11:00 16:30
ANADA. PARADES A BELLATERRA fins Ajuntament: Ctra. Bellaterra Can Edo - Pl.Greco - Pl.del Pi - Pl.Maragall Ctra UAB/Turó de Sant Pau - Serragalliners/Castella - Sant Casimir/Merat Serraparera - Sant Casimir/IES Banús
TORNADA. PARADES A: Altimira/St.Iscle (Ajuntament) - Francolí Pio Baroja - Sant Casimir/Merat Serraparera - Serragalliners/Castella - Ctra UAB/Turó de Sant Pau - Pin i Soler - Pl. Mare Deu de Montserrat - Pl. Maragall - Camí Antic de Sant Cugat /Mestre Nicolau - Camí Antic de Sant Cugat /Terranova - Pl. Greco



EQUIPAMENTS

1 EMD
1 Centre Cívic Bellaterra
2 Centre Cívic St.Pau
3 Club Bellaterra
4 Escola Bellaire
5 Escola Bellaterra UAB
6 Escola Ramon Fuster
7 Escola de Música El Musical
8 Escola Waldorf
9 Escola Parvulari d'en Pitu
10 Farmàcia de Bellaterra
11 Ferrocarrils Catalans FGC
12 Grup Escolta Bellaterra
13 Institut Pere Calders
14 Parròquia de la Sta.Creu

GUIA COMERCIAL

COMERÇOS

A Benzinera
B Croshouse Immobiliaria
C Estética Pepa Rosell
E Axis Gestió Immobiliaria
H Moda Camden (UAB)
I Paper's
J Supermercat Condis
K Taller de Viatges

RESTAURANTS

M Can Edo
O El Galliner
Q Ebano
R Hostal Sant Pancràs
S Marcs
T El Club
U Café del Turó

A
Abat Oliba, C. G3
Acàcies, Ptge. D5
Alarcón, C. D5
Albéniz, C. I4
Alonso Cano, C. I5
Amadeu Vives, C. C1
Ametllers, Ptge. H2
Antic de St. Cugat, Camí .. J2
Antic dels frares, Camí A2
Apel·les Mestres, C. C2

B
Balmes, C. E3
Bellaterra, Ctra. I5
Bellavista, Ptge. J6
Béquer, Pl. E3
Bertomeu, Av. F4

C
Can Domènec, C. G2/3
Can Jeroni Martí, C. B/C4
Can Llobet, C. A4
Can Marcet, Camí K2
Can Miró, C. C/D5
Canigó, C. I2
Casas i Amigó, C. ..... F3 *
Casimir Cots, Ptge. D3
Cisneros, C. D5
Coma de Corbins, C. B5

D
Doctor Fleming, C. G2
Domènech i Montaner, C.. A3

E
Enric Losantos, C. B2
Enric Morera, C. C5
Escultor Vallmitjana, C... D2/3
Escultor Vilanova, C. A2
Espronceda, Ptge. E5

F
Film, Av. D4
Font de la Bonaigua,Camí D/H4

G
Gabriel y Galán, C. J/K6
Garreta, C. E/F3
Gaudí, C. I/H5
Greco, Pl. I4
Guitarrista Tàrrega, C. I4

I
Ignasi Iglésias, Ptge. C/D3

J
Joan Baptista Viza, Av. H/I4
Joan Fàbregas, Av. E4
Joan Maragall, Pl. D4
Joaquim Buïgas, Ptge. H3
Joaquim Ruyra, C. D2
Josep Carner, C. B5
Josep Iturbi, C. C3/4
Josep Maria Marcet, Av. D/E4
Josep Sentís, C. E2
Josep Solé, Ptge. E1
Juan Valera, C. D2

L
Lleó XIII, C. J/K6
Lluís de Ábalo, C. F4/5
Lluís Millet, Ptge. E/F4
Lope de Vega, C. K6

M
Major, Pl. A6
Mare de Déu de Montserrat, Pl...C2
Margenat, C. F1
Mercè Rodoreda, C. H5
Mestre Nicolau, C. F3
Miquel Servet, Av. D4
Montseny, C. D5

N
Narcís Monturiol, C. E3
Narcís Oller, C. E3
Noucreus, C. H3

O
Octavi Bruix, C. G3/4

P
Pedregar, C. D3
Pere Quart, C. D/E2
Pérez Moya, C. F/G1
Pi, Pl. F5
Pin i Soler, C. C2/3
Pintor Fortuny, C. G3/4
Pintor Opisso, C. F/G3
Pintor Utrillo, C. F1

R
Ramon Llull, C. E3/4
Roda Ventura, C. H2
Rotonda, C. C4

S
Sabadell, Ctra. B5
Salcillo, C. I5/6
Sant Llorenç, C. J2
Sant Pancraç, C. D4
Sant Pau, C. B5
Sant Plàcid, C. C4
Santa Creu, Ptge. E4
Santiago Rusiñol, C. E4
Sardanista Serra, C. C5
Serafí Pitarra, C. B2/3

T
Talent, C. I2
Talió, C. I2
Talismà, C. J2
Tamborí, C. I2
Tatuatge, C. K2
Terranova, C. G2/3
Til·ler, C. J2
Tirso de Molina, C. I4
Topazi, C. H1/2
Tosca, C. I2
Tulipa, C. H2

U
Universitat Autònoma, Ctra. A6/7
Urbanització Turó de St.Pau
Carrers 1 al 8 ..... A7
Carrers 9 al 13 ..... A8

V
Valentí Castanys, C. H3
Vázquez de Mella, C. B2

* Plànol cedit per l'EMD de Bellaterra

CORONAVIRUS

L'EMD OBRE UN CANAL A TELEGRAM

SEGUEIX TOTES LES INFORMACIONS OFICIALS DE L'EMD DE BELLATERRA RELACIONADES AMB EL COVID-19

També pots sol·licitar aquest codi al Whatsapp de Bellaterra.tv: 616 83 87 83