Número 115

Abril 2020

totBellaterra

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

FELIÇ SANT JORDI 2020, TOT ANIRÀ BÉ!

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
16 ESPECIAL 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: Abril 2020

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

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

Bellaterra viu la realitat de la crisi del coronavirus. Ja fa un mes i mig que ens trobem confinats a casa amb un repte molt important i de molta responsabilitat: Aturar la propagació de la COVID-19. Els bellaterrencs i bellaterrenques ho estan vivint de manera responsable, fent cas de les prohibicions i respectant totes recomanacions dels experts. Esperem que ben aviat puguem alleujar els efectes d'aquesta situació tan excepcional que estem vivint. Aquest mes, el Tot Bellaterra l'editem solament en digital per preservar la salut i la seguretat de tots els veïns i veïnes. Molts ànims a tothom!

www.totbellaterra.com

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

Vols rebre el TOT BELLATERRA en digital?

Anuncia't al TOT BELLATERRA 936114243

Busca'ns a facebook i estaràs sempre informat

facebook.com/tot.bellaterra

L'EXÈRCIT ESPANYOL DESINFECTA LA RESIDÈNCIA EL CIM DE BELLATERRA

Ho fa per col·laborar en la lluita contra la pandèmia del coronavirus, després de detectar-se un cas positiu al centre.

El passat dia 14 d'abril i amb motiu de la pandèmia de la Covid-19, l'UME (Unidad Militar de Emergencias de l'exèrcit espanyol) va traslladar-se fins a Bellaterra per ajudar a la desinfecció de la residència geriàtrica El Cim, ubicada al Camí Antic de Sant Cugat.

L'exèrcit espanyol ha intervingut en diverses residències del territori català durant les últimes setmanes, així que ja **és habitual veure'ls actuar en diferents poblacions catalanes**, en coordinació amb la Generalitat de Catalunya en la lluita contra el coronavirus.

L'anterior dia 8 sembla que ja havien volgut intervenir, però la mateixa residència ho va rebutjar, ja que encara no tenia cap cas positiu en els seus residents. Aquesta decisió es va prendre seguint també els mateixos consells de la Unitat Militar perquè, si no hi havia casos, s'havia d'evitar un possible risc que els mateixos membres de l'UME introduïssin el virus al centre tot i seguir un estricte protocol de seguretat. Ara ja s'ha detectat un cas de Covid-19 positiu a la residència, i és per això que hi han accedit.

Els casos sembla que han trigat a arribar gràcies al fet que des del centre es van aplicar unes mesures preventives molt abans que fossin obligatòries per l'estat d'alarma que es va decretar el passat 14 de març. Aquesta residència geriàtrica compta amb 47 places per a interns, i continuarà aïllada durant les setmanes vinents.

S'ANUL·LA EL PLE ORDINARI DE L'EMD DEL 20 D'ABRIL A CAUSA DEL CORONAVIRUS

Fins que no s'aixequi l'estat d'alarma, no es podran realitzar les trobades de grups polítics en condició de plenari presencial.

El passat 14 d'abril el president de l'EMD de Bellaterra, Ramon Andreu, va suspendre el plenari de la Junta de Veïns que estava previst pel dilluns dia 20 d'abril.

Aquesta anul·lació ha estat degut a la crisi del coronavirus, emparada en la publicació de l'estat d'alarma que afecta actualment a tot el territori espanyol. Aquest estat d'alarma indica que esdevé prioritari limitar, tant com sigui possible, els desplaçaments i les reunions de diverses persones.

Segons Ramon Andreu, doncs, **és convenient suspendre les sessions plenàries fins a l'aixecament de l'estat d'alarma per part del Govern Espanyol, que llavors es podran recuperar.**

L'EMD DE BELLATERRA SEGUEIX TREBALLANT A DISTÀNCIA TOT I L'ESTAT D'ALARMA

La Brigada de l'EMD o els Tallers d'Anglès són serveis que segueixen funcionant, però amb totes les precaucions possibles.

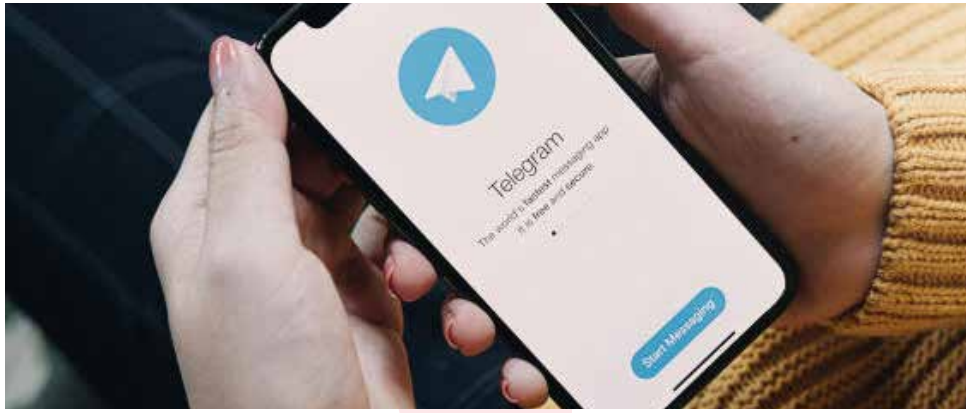
L'EMD de Bellaterra s'ha hagut d'adaptar a la situació d'estat d'alarma a causa del coronavirus, igual que tothom, i buscar recursos telemàtics i a distància per fer front al dia a dia.

El repte d'aturar la propagació del coronavirus ha fet que s'hagin hagut de cancel·lar totes aquelles activitats de l'EMD que no es poden suplir amb recursos tecnològics. També s'ha tancat el restaurant i el Centre Cívic del Turó de Sant Pau, així com les dues sales de l'EMD.

L'EMD manté el seu horari d'**oficina d'atenció al públic** però només amb una persona treballant, i el telèfon és el de sempre: **93 518 18 30**. Durant el confinament també es pot trucar als **Agents Cívics al seu telèfon 644 573 572**, de la mateixa manera que el president Ramon Andreu també es posa a la disposició de la ciutadania per a qualsevol dubte, ja que està en contacte amb l'Ajuntament de Cerdanyola i els serveis de la Generalitat de Catalunya constantment.

Alhora també s'han buscat recursos virtuals per a aquelles activitats que se'n poden beneficiar. N'és un exemple els Tallers d'Anglès, que han continuat amb normalitat la seva activitat amb l'única diferència que ara es fa de manera virtual, cadascú des de casa seva.

La Brigada de l'EMD de Bellaterra també és un servei que segueix treballant, prenent les precaucions de seguretat laboral que estableixen les autoritats:



treballa un sol operari i es divideixen els horaris per tal d'evitar qualsevol mena de contagi entre els treballadors.

Cal recordar que l'EMD també ha creat un **canal de Telegram per a tenir informats als veïns i veïnes** de tots els temes relacionats amb el coronavirus a Bellaterra. Per formar-hi part només cal descarregar-se l'aplicació "Telegram" i escanejar aquest codi QR per a veure totes les informacions.

ELS AGENTS CÍVICS TORNEN A ESTAR OPERATIUS DESPRÉS DE LA RESTRICCIÓ D'ACTIVITATS LABORALS

Durant el confinament estan operatius per a qualsevol dubte o problema que pugui sorgir als bellaterrencs i bellaterrenques.

Del passat 30 de març al 9 d'abril, el servei dels Agents Cívics de Bellaterra va quedar suspès temporalment a conseqüència del nou reial decret llei de l'estat que intensificava les restriccions del confinament.

Durant aquest període, que va coincidir amb la Setmana Santa, només es va permetre treballar a tot el territori espanyol als serveis mínims essencials, i els Agents Cívics no entraven dins d'aquests serveis.

A hores d'ara, però, ja tornen a estar operatius després de l'alleujament d'aquestes restriccions del passat 13 d'abril. Els Agents Cívics tornen a fer els seus horaris i serveis, i **tornen a estar disponibles al seu telèfon de sempre.**

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

644 573 572

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

DIVINOS & DIVINAS

Comercialització de vins internacionals de cellers "boutique" i organització d'esdeveniments singulars per particulars i empreses.

hola@divinosydivinas.com
www.divinosydivinas.com
Carretera de Bellaterra, 61
08193 Bellaterra (BCN)

Compro antigüedades, joyas,
porcelana y
domicilios enteros

Pago al contado

¿no lo quieres?
Yo te lo compro.

Sr.Joaquín

618 977 743

L'EMD DE BELLATERRA FA REPARTIMENT DE MEDICAMENTS A DOMICILI PER A PERSONES DE RISC

Els veïns i veïnes ho poden sol·licitar a la Farmàcia Caus i rebre-ho a casa amb totes les mesures de prevenció.

L'EMD de Bellaterra ha acordat amb la Farmàcia Caus fer el repartiment de medicaments i productes farmacèutics de primera necessitat a domicili.

Aquest servei es durà a terme mentre duri la situació d'estat d'alarma i de confinament, i està adreçat principalment a persones incloses dins del grup de risc i amb dificultats per desplaçar-se.

Els veïns i veïnes **poden sol·licitar aquest servei trucant directament a la Farmàcia Caus (Plaça del Pi núm. 5) al telèfon 93 691 46 55.** La farmàcia prepararà la comanda i el repartiment el duran a terme els Agents Cívics de Bellaterra o bé el mateix president de l'EMD, Ramon Andreu, en persona.

El repartiment es duu a terme amb totes les mesures de prevenció (ús de mascareta, higiene de mans amb gel desinfectant, etc)

Les persones que actualment es consideren de risc són les persones majors de 65 anys; les persones amb malalties cròniques, com són les cardiovasculars, diabetis, cardíaques o pulmonars, o més d'una malaltia; i també les persones amb problemes d'immunitat congènits o adquirits.

Aquestes persones tenen més risc d'infectar-se i que, un cop infectats, puguin tenir complicacions. És per això que s'ha ser especialment curós en tots aquests casos.

INTENT D'OCUPACIÓ EN UNA CASA AL CARRER SANT PANCRAÇ DE BELLATERRA

Tot i que legalment els Mossos no podien desallotjar-los sense ordre judicial, un informe arquitectònic ha pogut evitar l'ocupació.

El passat mes de març va haver-hi un intent d'ocupació en una casa de Bellaterra, concretament una casa del carrer Sant Pancraç. Segons creuen els Mossos d'Esquadra, els ocupes hi haurien entrat de matinada i s'hi haurien instal·lat sense intenció de marxar.

La casa en aquell moment no estava habitada pels propietaris, però tot i que disposava d'alarma i càmeres, en el moment d'entrar van apagar el corrent i per tant les càmeres van deixar de funcionar. L'alarma, però, sí que va saltar.

Després que alguns veïns se'n fessin ressò i avisessin als propietaris, els Mossos d'Esquadra van presentar-se a l'immoble però no van poder fer-los fora, ja que no van poder ser testimonis del delicte. Segons la nova llei d'ocupació, si aquestes persones ja hi han entrat i no han estat vistos pel cos policial, legalment no hi poden fer res i el cas passa directament a mans del jutjat.

Per sort, però, abans d'iniciar el procés judicial, els propietaris han pogut al·legar amb un informe d'un arquitecte que l'immoble té problemes estructurals i és per això que finalment l'ocupació s'ha pogut evitar. Els ocupes, però, ara viuen en una altra casa ocupada al carrer Pin i Soler.

A causa de la crisi del coronavirus, **s'ha d'anar amb compte amb el tema de les ocupacions**, ja que els desallotjaments per part de les administracions s'han pausat, i també hi ha veïns que han marxat a segones residències deixant les cases buides.

BELLATERRA VIURÀ UN SANT JORDI DIFERENT, CADASCÚ DES DE CASA SEVA

La data oficial i excepcional de celebració segons el Gremi de Floristes i la Cambra del Llibre serà el 23 de juliol.

Una plaça del Pi plena de gent, diverses carpes exposant i venent llibres i roses, xerrades i tertúlies en directe, autors i autores presentant els seus llibres, enamorats i regals... Això seria un 23 d'abril a Bellaterra en condicions normals.

Aquest any 2020, però, viurem un Sant Jordi diferent. El coronavirus, el confinament i l'estat d'alarma ha obligat a totes les entitats organitzadores d'esdeveniments a cancel·lar o posposar les seves propostes, i Sant Jordi ha caigut de ple en aquests debats.

És per això que la Cambra del Llibre i el Gremi de Floristes es van reunir per a determinar una nova data que farà que, de manera excepcional, Sant Jordi 2020 es celebri oficialment el dijous dia 23 de juliol.

Tot i això, aquest any segueix tenint un 23 d'abril, i les mateixes entitats també animen al fet que cadascú des de casa seva pugui viure el seu propi Sant Jordi ple de missatges emotius i esperançadors.

Han nascut també iniciatives que animen a regalar llibres i roses de manera diferent. És el cas per exemple de www.llibreriesobertes.cat, un projecte sense ànim de lucre per als organitzadors, i les llibreries reben íntegrament l'import de cada compra.

ES CANCEL·LA LA FESTA MAJOR DE SANT CUGAT 2020 A CAUSA DE LA COVID-19

Es vol treballar en una gran festa popular a la tardor, per reactivar la ciutat i celebrar el retrobament.

Després d'un llarg debat i un intens període de reflexió, l'Ajuntament de Sant Cugat ha decidit cancel·lar la Festa Major 2020 a causa de la pandèmia de la COVID-19. La Festa Major s'havia de celebrar del 26 al 29 de juny i també s'han cancel·lat la resta de festes majors de barris d'aquest estiu (la Floresta, Mira-sol, Mas Gener, Can Barata, i Sol i Aire)

El consistori lamenta haver de prendre aquesta decisió excepcional, però per davant de tot prioritza la salut i el benestar de tots els veïns i veïnes. Encara no es té la certesa de quan s'aixecarà el confinament de la població ni tampoc de quan es podran tornar a realitzar actes multitudinaris com la Festa Major.

Malgrat tot, l'àrea de Cultura i Joventut de l'Ajuntament han començat a treballar en l'organització d'una gran festa per a tota la ciutat a la tardor, amb data encara per tancar. Aquesta festa serviria per compensar el buit que deixarà la Festa Major i per celebrar el retrobament de la ciutadania, així com reactivar la cultura i la vida de la ciutat.

La tintent d'alcaldia de Cultura, Esther Madrona, ha explicat que ha estat una decisió difícil i excepcional, però l'important és tenir consciència del moment que estem vivint. **Hi ha moltes ganes de reactivar la ciutat amb la proposta d'aquesta gran festa popular.**

TALLERS ONLINE
3R TRIMESTRE 19/20

MAIG I JUNY 2020

TAI-TXI CHI-KUNG
Dilluns 11h a 12h
Preu: 50€ (9 sessions)

ANGLÈS
Dimarts i dijous 17:30h a 19h
Preu: 122€ (20 sessions)

UNA FINESTRA A L'ART
Dimecres 11h a 12:30h
Preu: 55€ (8 sessions)

MINDFULNESS
Dimecres 17h a 18:30h
Preu: 50€ (8 sessions)

COUNTRY LINEDANCE
Dimecres 19h a 20h
Preu: 50€ (8 sessions)

TASTET DE LITERATURA
Dijous 11h a 12:30h
Preu: 55€ (8 sessions)

CLUB DE LECTURA
Un cop al mes a les 19h
Activitat gratuïta

zoom

Proposa'ns un taller!

cultura@emdbellaterra.cat 667 573 025

Per a més informació o per a fer la inscripció,
contacteu amb l'EMD de Bellaterra:
cultura@emdbellaterra.cat / 667 573 025

COM ESTÀ VIVINT BELLATERRA EL CONFINAMENT A CAUSA DE LA COVID-19?

Bellaterra té un alt percentatge de majors de 60 anys i és per això que s'haurà d'anar amb especial cura durant el desconfinament.

Bellaterra, igual que tots els pobles i ciutats de Catalunya, està afectada per l'estat d'alarma decretat el passat 14 de març pel Govern Espanyol a causa de la pandèmia global del virus COVID-19. Aquest estat d'alarma fa que sigui obligatori romandre confinats a casa fins a nou avís, i només poder sortir per a fer les compres essencials, anar a treballar, o causes de força major. És una situació a la qual els veïns i veïnes s'hi ha anat acostumant a poc a poc, trobant eines i innovant en recursos.

Un dels espais que es va tancar primer van ser les escoles, i és per això que tots els infants i adolescents en edat escolar no tenen classe des del dia 16 de març. Les escoles de Bellaterra amb molta col·laboració dels seus professors i professores, han optat per donar tots els recursos tecnològics possibles a l'alumnat perquè, en la mesura del possible, puguin seguir una certa formació des de casa i puguin tenir un acompanyament en línia. Sempre adaptat a les edats formatives, s'estan generant molts recursos, ja sigui activitats o sessions en format de vídeo i amb ajuda de les xarxes socials, o recomanacions d'horaris i rutines.

Aquest fet ha creat una nova situació dins les llars, i les famílies s'han hagut d'adaptar a combinar la família juntament amb els horaris de feina, ja sigui presencial o en format teletreball.

El risc de contagi d'aquest virus és molt alt però de moment, a Bellaterra les dades d'afectació són bastant baixes. Tot i això, **en aquest poble la població d'edat avançada representa un percentatge molt elevat.**

El padró de Bellaterra compta amb gairebé 3.000 habitants, dels quals aproximadament un 13% tenen entre 61 i 70 anys, un 9% entre 71 i 80, i un 4% tenen 81 anys o més. Això vol dir que un 27% de la població de Bellaterra té més de 60 anys. És un poble que té una tendència clara a l'envelliment, i això és una dada molt important a tenir en compte en relació amb la pandèmia.

Les persones majors de 60 anys són especialment sensibles al contagi i als efectes del coronavirus. Són un grup de risc davant la malaltia i per això han de complir amb un confinament i unes mesures de prevenció encara més estrictes que la resta de la població. A causa d'aquest aïllament, hi ha gent que es pot recolzar en les seves famílies, però n'hi ha d'altra que no té els recursos necessaris o una xarxa de suport.

Bellaterra és un poble petit i per això és important interessar-nos pels nostres veïns i veïnes, saber si estan bé, si necessiten ajuda per anar a comprar o qualsevol necessitat. O inclús si tenen ganes de parlar amb algú; perquè són franges d'edat vulnerables també pel que fa a la soledat i, amb el confinament, això es pot agreujar.

Si ens trobem en situació d'aïllament, és important estar actius, mantenir les nostres rutines i adaptar-les a la situació actual. Tenim el privilegi de viure en un poble on abunden les cases unifamiliars i jardins al costat de la natura i el bosc. Intentem gaudir d'aquest temps que, d'alguna manera, ens regala la vida.

Podem escoltar música, llegir, acabar coses pendents, passejar pel jardí dins del possible o fer alguns exercicis físics. S'han d'aprofitar les hores de sol i la vitamina D que això ens proporciona, sobretot per millorar el nostre sistema immune i mantenir-nos sans, tant físic com mentalment.

També és un bon moment per aprendre sobre noves tecnologies i així poder parlar amb els nostres amics o familiars mitjançant videotrucades o enviant vídeos. **Però sobretot, el més important és ser optimistes.**

(continua a la pàgina següent)

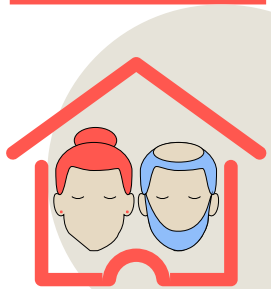
(ve de la pàgina anterior)

Si parlem del clima, la primavera ha arribat a Bellaterra mentre tots estàvem confinats. Ja és habitual aquests dies veure a les notícies les diferents maneres amb què la natura, a tot el món, està recuperant terreny. Ja sigui veient com animals salvatges entren en plena civilització, o com les plantes creixen en llocs poc habituals.

Els nivells de contaminació i CO_2 s'han reduït més d'un 60% i l'activitat humana s'ha reduït gairebé per complet. Això farà que Bellaterra, que viu enmig de la natura, visqui una primavera excepcional amb una gran crescuda de la flora i fauna del nostre entorn.

Sigui com sigui, això passarà. I quan arribi el moment del desconfinament, a Bellaterra, caldrà anar amb especial cura per tal de cuidar-nos els uns als altres i evitar nous contagis. Tot anirà bé!

9 consells per a un confinament saludable per a la gent gran



1 **Manteniu-vos informats** només amb fonts oficials i de confiança.

2 **Desconnecteu amb activitats** que us facin sentir bé: escoltar música, llegir, fer respiracions profundes, etc.

3 **Parleu cada dia** amb persones de confiança i expresseu-los les vostres preocupacions quan us surgeixin.

4 **Preveniu-vos seguint les recomanacions generals:** Quedeu-vos a casa, renteu-vos sovint i bé les mans, eviteu tocar-vos la cara, utilitzeu mocadors d'un sol ús i ventileu la casa almenys 3 vegades al dia.

5 **Cuideu-vos i gaudiu:** Mantingueu les rutines diàries, preneu la medicació habitual i intenteu planificar activitats diferents segons el dia de la setmana.

6 **Prepareu àpats saludables** amb força hortalisses, fruites fresques i de temporada, llegums i aliments integrals i extremeu les normes d'higiene a l'hora de cuinar i d'anar a comprar.

7 **Moveu-vos:** camineu pel passadís i les habitacions, feu una taula d'exercicis físics diaris i estiraments o exercicis flexionant els turmells i els genolls.

8 **Mantingueu la casa neta,** sobretot les superfícies de la cuina i del bany i desinfecteu els mòbils, les tauletes i els comandaments amb tovalloletes.

9 **Demaneu ajuda si ho necessiteu!** A la família, als amics o al vostre centre de salut de referència.

Feu el test de l'app STOP COVID19 CAT dos cops al dia

Us la podeu descarregar al mòbil (per a Android o per a iPhone i iPad) o podeu accedir-hi pel navegador web.

/ Descarrega't l'aplicació **STOP COVID19 CAT**

o

/ Accedeix a aquest link **covid19xat.catsalut.cat**

2020. © Generalitat de Catalunya. Servei Català de la Salut (27.3.2020)

Generalitat de Catalunya

/Salut

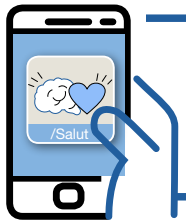
7 d'abril de 2020

Cuida **la teva salut emocional** a través de l'app GestioEmocional.cat

La por, la preocupació o la tristor són emocions normals davant la situació d'alerta sanitària que estem vivint.
És important que estiguis atent a la teva salut emocional i que et cuidis.

A l'aplicació **GestioEmocional.cat** pots:

- / Avaluar el teu **estat emocional** a través d'un test.
- / Rebre **suport emocional** per part d'un **professional de salut mental.**
- / **Accedir a recursos i eines** per a la millora dels teus símptomes.
- / **Rebre indicacions i consells** sobre què cal fer en cada situació.



/ Hi pots accedir
a través d'aquest enllaç

GestioEmocional.cat

#EnsEnSortirem

Pots trobar més informació sobre salut emocional a **canalsalut.gencat.cat/coronavirus**

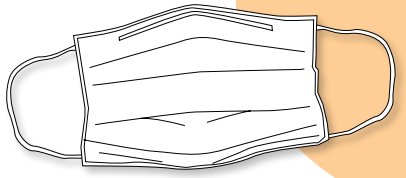
2020. © Generalitat de Catalunya. Servei Català de la Salut (7.4.2020)

Generalitat de Catalunya

/Salut

16 d'abril de 2020

Recomanacions per a **l'ús de mascaretes**



En quins casos es recomana l'ús de mascareta?

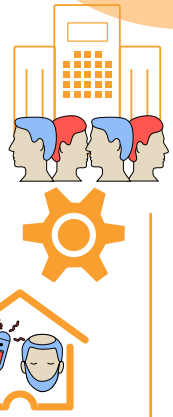
/ Al **entrar als comerços** i **altres espais on es pugui concentrar gent.**

/ **Pel carrer**, si es tracta de **vies molt transitades.**

/ **Al transport públic,** tant dins de vehicles com a les estacions.

/ **A la feina**, quan així ho determini l'empresa.

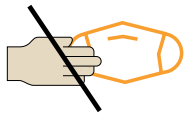
/ **A casa,** quan s'estigui en **situació d'aïllament** i quan s'hagi de **cuidar i atendre una persona malalta.**



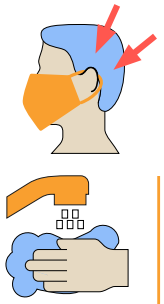
Com s'ha de posar i treure la mascareta?

/ **Abans** de posar-se-la, cal **rentar-se les mans** i col·locar-se-la de manera que **cobreixi bé la boca i el nas.**

/ Un cop posada **no s'ha de tocar** i, **si es toca, cal rentar-se bé les mans.**



/ A l'hora de treure's la mascareta, cal fer-ho **des de la part del darrere o les cintes que la subjecten, sense tocar la part que pugui estar contaminada,** i rentar-se de seguida les mans.



/ Les **mesures de prevenció més efectives** són **la distància de seguretat** i **la higiene de mans freqüent.**

/ Les **mascaretes són una mesura de protecció complementària,** sempre que **s'utilitzin correctament**.

Per a més informació, consulteu **canalsalut.gencat.cat/coronavirus**

2020. © Generalitat de Catalunya. Servei Català de la Salut (16.4.2020)

Generalitat de Catalunya

/Salut

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

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

LA RECEPTA

PA CASOLÀ

Recepta de Josué O'Donell extreta de www.receptes.cat

INGREDIENTS

- 500gr. de farina
- 5gr. de llevat
- 300gr. d'aigua
- 10gr. sal

PREPARACIÓ:

Barregem en un bol la farina, el llevat, l'aigua i la sal. Fins que el llevat i la farina i la sal s'hagi barrejat totalment amb l'aigua.

Tapem el bol amb un drap i ho deixem a la nevera fins l'endemà.

L'endemà tallem la massa en la forma de pa o barra que vulguem. I deixem a temperatura ambient fins que el volum de la massa es dupliqui (hora o hora i mitja).

Un cop hagi doblat el volum, li fem uns talls a sobre per facilitar la cocció.

Pre-escalfem el forn a 220º.

Pintem la peça de pa per sobre amb una mica d'oli per donar-li un aspecte dauradet.

I el posem al forn uns 20 minuts.

Notes

- Es pot tirar una mica de farina crua per sobre una mica abans de treure'l.
- Vigileu els temps de cocció perquè cada forn es un món.

GUIA COMERCIAL

Vols aparèixer a la nostra

GUIA COMERCIAL?

totBellaterra

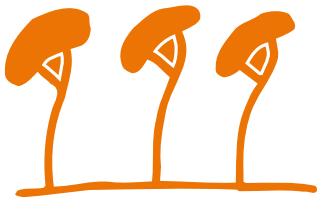
Demana més informació al telèfon

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	061
Ambulàncies	93 712 03 03
Ambulància Creu Roja	93 580 33 33
Bombers	112 - 93 582 03 00
Policia Local	092 - 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

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

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 010

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

TELÈFONS D'INTERÈS

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

ESCOLES

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

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

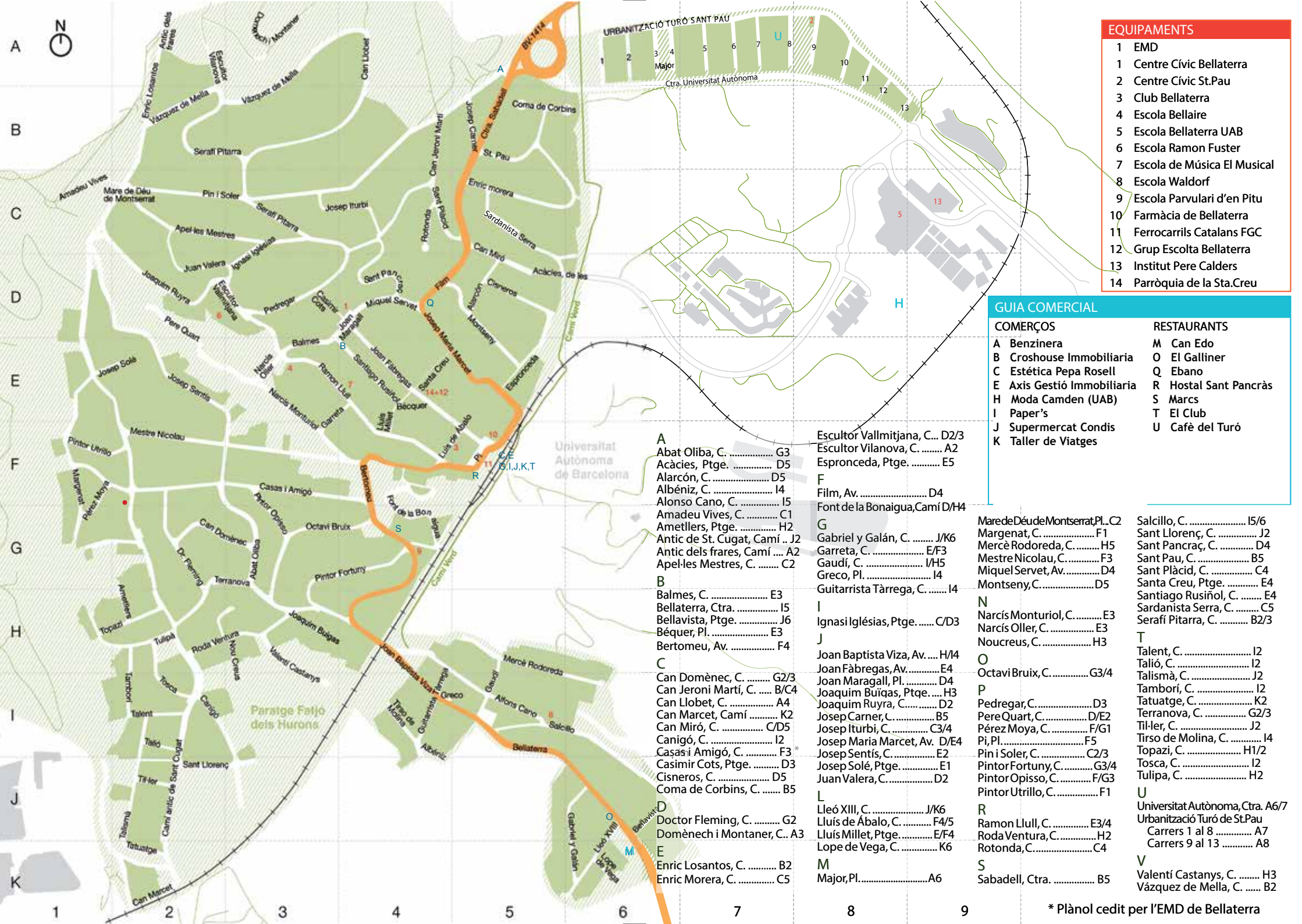
Urbà 2. Bellaterra.

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

Bellaterra

ES REACTIVA EL SERVEI DELS AGENTS CÍVICS

De nou al teu servei de dilluns a diumenge

644 573 572

De 16h a 24h

I durant l'emergència sanitària de la **COVID-19** pots seguir les informacions oficials al **Canal de l'EMD Bellaterra a Telegram**