Número 71

Agost 2016

totBellaterra

FESTA MAJOR 2016

2 3 i 4 setembre

BONA FESTA MAJOR A TOTHOM

AXiS
Gestión Inmobiliaria

SOM A BELLATERRA:
Gestió compra venda i lloguer
Gestió comunitats
Gestió reformes
Gestió energètica

Plaça del Pi 3, Local 4
08193 Bellaterra
T.- 93 725 44 33
www.axisgi.com
axis@axisgi.com

tot Bellaterra

02 SUMARI
04 NOTÍCIES
12 CONSELLS DE SEGURETAT
14 NOTÍCIES
16 PROGRAMA FESTA MAJOR
20 SALUT
25 AGENDA CULTURAL
26 GUIA COMERCIAL
27 RECEPTA
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: Agost 2016

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

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

La Martina i el Doménec, els gegants de Bellaterra, són els encarregats enguany de posar cara al programa de la Festa Major en un dibuix fet per l'Aina F. En aquest TOT hi podreu trobar tot el programa de la Festa i un article amb el més destacat perquè no us en perdeu detall. A més, avancem també que es cou de cara al setembre a Bellaterra, amb nous processos participatius i nous projectes de millora per l'entorn. L'estiu ja veu la seva fi aprop, però a Bellaterra la celebració i el bon ambient continua sempre al setembre.

www.totbellaterra.com

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

MASIFILL PATRIMONIA

Immobles destacats en venda a Bellaterra

Bellaterra (Can Llobet). Solar de 3300m2. Possibilitat de segregació en 1000m2. Es poden edificar tres cases unifamiliars, qualificació urbanística 20a/11.
Venda: 1.200.000€

Bellaterra. Casa de 338m2 en solar de 1.083m2. Distribuïda en dues plantes. Garatge per a dos cotxes. Casa de disseny, al costat de l'església. A 1 min. de l'estació dels F.G.C..
Venda: 865.000€

Bellaterra, (al Costat del Condis). Casa de 276m2 en solar de 852m, distribuïda en tres plantes, casa protegida d'estil cubista, molt cèntrica prop de tots els serveis.
Venda: 680.000€

Bellaterra (Can Llobet). Dues cases independents de 356m2 i 347m2 en solar de 2.617m2. Preciós jardí amb piscina, ideal per compartir dues famílies. Entorn privilegiat.
Venda: 2.400.000€

BARCELONA
Via Augusta, 118 Baixos
TEL.. 934.124.848
www.masifillpatrimonia.com

‘BELLATERRA PARTICIPA’ EN MARXA AL SETEMBRE

S’iniciaran les inscripcions i les sessions informatives.

Durant el mes de setembre diversos agents funcionaris de l’EMD de Bellaterra passaran casa per casa per explicar detalladament als veïns i veïnes de Bellaterra en què consisteix el projecte de “Bellaterra Participa” i com funcionarà el sistema de votacions.

A banda d’informar, els agents també donaran assistència i suport per a la inscripció dins d’aquest innovador sistema de participació en el poble. La inscripció és personal i es podrà fer a través d’un ordinador o telèfon mòbil i per a procedir correctament, els agents necessitaran la presència física de la persona a inscriure i el seu document nacional d’identitat corresponent. A part d’aquests dos requisits, també serà indispensable que la persona estigui empadronada a Bellaterra, d’altra manera, no podrà inscriure’s ni participar en els processos.

Alhora d’ajudar a fer la inscripció i informar sobre el sistema, els agents aprofitaran també per recollir altres tipus de dades en relació al pla de mobilitat, urbanisme i altres temàtiques relacionades amb la vida activa del poble de Bellaterra.

Pell més jove i tersa

amb radiofreqüència mèdica

SERVEI D’ESTETICISTA · GRUP POLICLÍNIC

L’objectiu principal de la radiofreqüència és reafirmar la pell flàccida, generant un efecte tensor, visible des de la 1a. sessió: l’anomenat efecte flash.

Per mitjà d’ultrasons es genera calor intradèrmic que accedeix a les capes més profundes de la pell, això fa que es regeneri el col·lagen i l’elastina pròpia de cada persona, millorant els teixits i l’elasticitat.

La radiofreqüència reafirma àrees facials i corporals.

La radiofreqüència facial retorna una pell més tersa i redueix de forma evident les arrugues i zones flàccides.

Es tonifica la pell, donant suavitat i finor al rostre, i remodelant l’àrea tractada.

La radiofreqüència corporal, ens permet actuar de forma activa sobre les capes més profundes de la dermis, incidint de forma efectiva sobre la flaccidtat.

Les zones en les que obtenim excel·lents resultats són braços, cames, abdomen i glutis.

Els resultats facials i corporals són espectaculars i perceptibles des de la primera sessió.

Com és el tractament ?

S’ aplica una crema conductora específica i amb l’ajuda d’un manípul que transmet calor s’aconsegueix la temperatura idònia per reactivar el col·lagen.

La durada de la sessió acostuma a ser de 30 minuts en el tractament facial i d’uns 45 minuts en el corporal.

És un tractament indolor, ràpid i de resultats espectaculars des de la 1.a sessió.

Tens una cita informativa gratuïta, demana-la ara!

Unitat Estètica de

GRUP POLICLINIC

Sabies que...

Com et pot ajudar la radiofreqüència ?

Tractament facial

- Redefineix el contorn del rostre
- Redueix arrugues i línies d’expressió
- Redueix bosses i ulleres
- Ompliment d’arrugues

Tractament corporal

- Drenatge del teixit
- Reducció
- Reafirmació
- Millora de l’aspecte de la pell

RADIOFREQÜÈNCIA MÈDICA

GRUP POLICLINIC

dalyance cocoon medical

Pack Facial
PACK
4 SESSIONS + 1
60€*/sessió

- Efecte tensor
- Redueix arrugues

Pack Corporal
PACK
5 SESSIONS + 1
60€*/sessió

- Reafirma i Remodela
- Tracta la flaccidtat

*Agafant els packs de la promoció

UNITAT ESTÈTICA 1a. visita informativa gratuïta · Finançament fins a 5 anys

Policlínic Torreblanca · T|93 589 18 88 · ST. CUGAT DEL VALLÈS
Policlínic SABADELL T| 93 712 86 16 Policlínic CERDANYOLA T| 93 592 26 62
Altres centres: TERRASSA · RUBÍ · BARCELONA · SANT JOAN DESPÍ · MANRESA · REUS

www.grup-policlinic.com · 902 026 821 segueix-nos a:

ARRENCA EL PLA DE MOBILITAT

L'EMD començarà a treballar amb les informacions rebudes.

Aprofitant que durant el mes de setembre diversos funcionaris de l'EMD de Bellaterra aniran casa per casa per informar als bellaterrencs sobre els procediments del "Bellaterra Participa", s'aprofitarà per recaptar les primeres informacions que serviran a l'EMD per començar a modelar el pla de mobilitat.

Per una banda, recolliran els qüestionaris que prèviament cada veí i veïna haurà rebut a casa seva en relació a la mobilitat de Bellaterra. A banda d'això, *in situ*, es formularan unes breus preguntes per complementar la informació. D'aquesta manera, l'EMD preveu doncs començar a treballar per elaborar un nou Pla de Mobilitat tal com va anunciar el passat mes de juliol.

KÉRASTASE
PARIS

ghd
good hair day, every day

BOGUE
BEAUTY SHOP & PERRUQUERIA

facebook
Instagram
twitter

Bogue Perruqueria
Passeig Francesc Macià, 58
08173 San Cugat del Vallés
93 589 26 01

ARRIBA LA V CURSA POPULAR SANSI BELLATERRA

Els organitzadors esperen poder batre el record de 1200 inscripcions.

Com ja és tradició, el pròxim 11 de setembre Bellaterra acollirà la V edició de la cursa popular Sansi Bellaterra, organitzada pel Club La Sansi i l'EMD de Bellaterra. Després dels èxits de les anteriors edicions, enguany els organitzadors esperen seguir estant per sobre els mil participants i potser poder batre el record de 1200 participants. La cursa s'ha convertit en un acte força popular en les darreres diades de Catalunya i s'ha consolidat com la cursa amb més participació de l'onze de setembre.

El format d'aquesta edició no presenta massa canvis respecte a l'edició de l'any passat. El traçat de 5 km transcórrer per un entorn tranquil i atractiu per la majoria de participants. Les inscripcions estan obertes a tothom, i s'esperen alguns corredors d'alt nivell competitiu, ja que és una cursa cronometrada i que puntua per la lliga Championchip.

Al finalitzar la cursa, es realitzarà un sorteig de productes entre tots els valents que hagin completat el recorregut. A més, l'organització de la cursa té previst obsequiar a tots els corredors amb una bossa de productes i una samarreta tècnica esportiva molt original, inspirada amb les quatre barres i donant simbolisme a la data en què té lloc la cursa. En acabat, també es pengen al web de la www.lasansibellterra.com un munt de fotografies i vídeos dels participants per endur-se un record de la jornada.

Actualment les inscripcions ja estan obertes i es poden formalitzar a www.lasansibellaterra.com, o dirigint-se al Club d'Atletisme o a l'EMD de Bellaterra. Per cada inscrit a la cursa, La Caixa donarà 1€ a Càrites.

LASANSI.COM
5a Sansi de Bellaterra
11 Setembre 2016 a les 10h - 5km
Cursa Popular

Per a tots els participats samarreta tècnica Joma de Catalunya, i bossa amb productes dels esponsors Aneto, Oxd, Coca-Cola, etc, sorteigs i més sorpreses.
Guarda-roba, llebres i tren gratuït.

INSCRIPCIONS
Fins al 8 de setembre o fins a exhaurir dorsals · límit 1500 inscrits

PRESENCIALS
Domingo Catalan
Carretera de la Bordeta, 7 Sants - Barcelona

PER INTERNET
www.lasansibellaterra.com
www.lasansi.com

BELLATERRA
EMD | ENTITAT MUNICIPAL
Diputació Barcelona
Coca-Cola

S'ENGEGA EL PROJECTE PARC DELS ESQUIROLS

El projecte pretén adequar l'habitat per als esquirols i protegir-los de la vida urbana.

Les darreres setmanes s'ha posat en marxa el projecte Bellaterra Parc dels Esquirols, un projecte amb l'objectiu d'adequar diferents indrets de Bellaterra perquè sigui un lloc ideal pels esquirols. Un indret en el qual se sentin protegits, còmodes i confortables. Recuperar i proliferar la presència d'aquesta espècie fora de perills.

Per aconseguir el seu objectiu, les accions contemplades fins al moment són la instal·lació de passos aeris entre copes d'arbres per evitar que els esquirols hagin de travessar les carreteres. D'aquesta manera, es pretén reduir el nombre d'atropellaments, que últimament s'havia incrementat, i protegir més la seva circulació entre diferents zones boscoses. Actualment ja hi ha instal·lats un parell de passos aeris. Per altra banda, també hi ha previstes la construcció de nius i menjadores per a esquirols repartides pels boscos de tota la zona del Camí Verd i del torrent que puja fins al Camí Antic.

Actualment l'EMD està treballant per involucrar altres entitats com la Universitat Autònoma de Barcelona i la Generalitat de Catalunya, i està mirant també d'obtenir subvencions en l'àmbit europeu.

El pes del projecte va a càrrec del biòleg Josep Lascurain, que ja es va encarregar de fer l'estudi de connexió biològica entre el Parc de Collserola i el de Sant Vicenç a través de Bellaterra.

CENTRO MÉDICO
ENRIQUE GRANADOS

CERTIFICADOS MÉDICOS PARA CARNETS
DE CONDUCIR Y USO DE ARMAS

Pl. Enric Granados, 9 bajos 2ª
(Entre Av. Catalunya y Sta. Anna) CERDANYOLA

Tel. 93 580 84 19

"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

S'ACTIVA EL RECONEIXEMENT DE MATRÍCULES

La mesura no té cap afany recaptatori ni posarà multes.

L'EMD de Bellaterra anuncia que en les pròximes setmanes es posarà en marxa el sistema de reconeixement de matrícules de les càmeres de trànsit instal·lades als accessos a Bellaterra. La mesura, segons l'EMD, ajudarà enormement als estudis relatius al pla de mobilitat i aportaran una informació important per a planificar els canvis del nou pla.

Paral·lelament, des de l'entitat ja van anunciar que les càmeres també serviran als cossos de seguretat, Policia local i Mossos d'Esquadra, en casos en què s'hagi comès un delicte i requereixin les imatges de la via pública per intentar enxampar als infractors. Així doncs, la mesura, també suposarà un increment en seguretat. Recordem que recentment l'EMD de Bellaterra havia sol·licitat més presència policial a Cerdanyola, que es mostra contrària a descentralitzar el cos de policia local.

Amb la instal·lació d'aquestes càmeres, Bellaterra es converteix en un dels pocs pobles de Catalunya que no amaga cap afany recaptatori darrere de les càmeres de trànsit tal com manifesta l'EMD, que només l'utilitzarà per termes relatius a les seves competències, en aquest cas, mobilitat.

Gaudeix d'una experiència gastronòmica única a Sant Cugat.

Més de 20 anys creant petits plaers.

teleférico
RESTAURANT

Avinguda Torre Blanca, 2. Sant Cugat del Vallès

Plaza Doctor Letamendi, 27. Barcelona

JOAN PERA I CARME CANELA PLATS FORTS DE LA FESTA MAJOR

La Festa Major arriba amb novetats i les activitats tradicionals que mai fallen

El pròxim 1 de setembre, la famosa cantant de jazz catalana Carme Canela, serà l'encarregada de donar el tret de sortida no oficial a la Festa Major d'enguany en un concert organitzat per l'escola El Musical a les 19:30h.

Serà el divendres dia 2 quan es doni l'arrencada oficial de la Festa Major 2016. Després del sopar organitzat per la Penya Blaugrana, es procedirà al pregó a càrrec d'Albert Ramos Marcet, veí del poble i membre de l'Hostal Sant Pancraç. A continuació, i com a un altre dels plats forts i noms més coneguts del programa de la Festa Major, actuarà Joan Pera. L'actor de Mataró, amenitzarà la nit de divendres amb el seu espectacle "Fer riure és un art", show amb molt bones crítiques i que de ben segur que farà passar una estona distesa al públic que hi assisteixi.

Una altra de les activitats amb força de la Festa Major és el teatre, on la companyia La Inestable, farà una doble sessió, divendres i dissabte, amb dues obres diferents, "TOC-TOC" i "OSCAR, MALETA 1, MALETES 2, MALETES 3". A banda d'això, no hi faltaran les activitats més tradicionals i amb més tirada de la festa major, com la baixada de carros al carrer Sant Pancraç, el torneig de pàdel de pares i fills, o el concurs de paelles i fideuàs.

"Festa la teva"

Una de les novetats d'enguany i que més expectativa està generant és el concurs "Festa la teva" que puntuarà al bellaterrencs que han participat més activament a les activitats de la festa major. Prèviament, el Consell de Cultura ha seleccionat diferents actes claus de la festa major i pel sol fet de participar-hi, s'acumularan punts. Segons l'activitat que sigui, se sumaran més o menys punts, i al final de la Festa Major es farà un rànquing i s'obsequiaran als que tinguin més punts. Les activitats marcades com a puntuables estaran classificades en tres categories: Les que puntuen els GRANS (majors de 14 anys); PETITS (de 8 a 13 anys); i GRANS I PETITS.

JPC manteniments
Manteniments de Piscines i Jardins
www.jpcmanteniments.es
Tel. 609 53 27 27 e-mail: info@jpcmanteniments.es

ESPAI D'APRENENTATGE ESCOLAR

Informació curs 2016 / 2017

Calendari primer trimestre: 3 octubre a 15 desembre
Horari: dilluns i dimecres de 17.00 a 19.00h
Lloc: EMD Bellaterra. Plaça Maragall, 4
Quotes: Classes grup: 2 dies setmana 120€/trim.
Família nombrosa: 90€/trim.
Matrícula: 20€ (per a tot el curs, d'octubre a juny) per als no residents a Bellaterra.
Possibilitat de concretar dies solts.

L'anàlisi de les tasques que fan els alumnes servirà per planificar el pla individualitzat

Més informació: 93 518 18 30
EMD Bellaterra (Srta. Sònia)
cultura@bellaterra.diba.cat
Teresa-Natàlia Gil Bussalleu. Pedagoga
687 838 791 · natgilbus@hotmail.com

PROGRAMA FESTA MAJOR 2016

DIVENDRES 2

17.00h A la Plaça del Pi
INICI DE LA FM AMB INFLABLES · INICI DEL CONCURS DE FOTOGRAFIES · EXPOSICIÓ DE QUADRES DEL TALLER DE PINTURA

18.00h. A la Plaça del Pi
TITELLES: "CONTE DE TARDOR"
Amb Can Ninot

20.00h. Al Centre Cívic
TEATRE: "TOC-TOC", de Laurent Baffiet. Preu 5€
Companyia La Inestable de Bellaterra

22.15h. A la Plaça del Pi
SOPAR DE LA PENYA BLAUGRANA
Preu: 5€

23.00h. A la Plaça del Pi
PREGÓ DE LA FESTA MAJOR
A càrrec d'Albert Ramos Marcet, de l'Hostal Sant Pancràs

23.30h. A la Plaça del Pi
ACTUACIÓ DE JOAN PERA
Amb l'espectacle "Fer riure és un art"

01.00h. A la Plaça del Pi
FI DE NIT MUSICAL
Amb Crismu & Mike Valeiro

DISSABTE 3

10.30h. Al Parc de la Font de la Bonaigua
ESMORZAR POPULAR
Organitzat per la Unió de Veïns i el Cau

11.00h. Al Parc de la Font de la Bonaigua
ACTIVITATS INFANTILS
Organitzades pel Grup Escolta Bellaterra

11.00h. A la Plaça del Pi
EXPOSICIÓ DE QUADRES DEL TALLER DE PINTURA

12.00h. Al Parc de la Font de la Bonaigua
BICICLETADA FAMILIAR PEL CAMÍ VERD
Organitzada per Hoshinbike i Bellaterra contra el Vial Interpolar.
Patrocinada per Viena.

14.00h. Al Parc de la Font de la Bonaigua
VERMUT AMB ELS RESTAURANTS DE BELLATERRA

16.30h. Carrer St. Pancraç
BAIXADA DE CARROS
Organitzat pel Club Bellaterra

18.00h. A la Plaça del Pi
ACTIVITATS ESPORTIVES INFANTILS
Organitzat pel Club Bellaterra

18.00h. A la Plaça del Pi
TORNEIG DE FUTBOL 3X3
Organitzat per la Penya Blaugrana

18.30h. Club Bellaterra
TRIATLÓ
Organitzat per Bellaterra BTT.
Patrocinat per Condis Bellaterra

19.00h. A la Plaça del Pi
CURSA DE PATINETS
Dinamitzat pel Club Bellaterra

20.00h. Al Centre Cívic
TEATRE: "OSCAR, 1 MALETA, 2 MALETES, 3 MALETES". Preu 5€
Companyia La Inestable de Bellaterra

20.00h. A la Plaça del Pi
MASTERCLASS DE SPINNING
Organitzada pel Club Bellaterra

22.00h. A la Plaça del Pi
UNA NIT DE COLOR VERD
Organitzada per Unió de Veïns
22.15h Sopar "de color verd". Preu 5€
23.00h Espectacle d'humor amb Edu Mutante
00.00h Música en directe amb Sara Terraza

01.30h. A la Plaça del Pi
SESSIÓ DJ AMB
"DAVID MERINO BY PLATÓMUSIC"

DIUMENGE 4

09..30h. A la Plaça del Pi
MERCAT DE PRODUCTES KM-0
Organitzat per Asomercat

10.00h. Al Centre Cívic
JORNADA DE DONACIÓ DE SANG
Organitzat pel Consell de Cultura

10.00h i 11.30h. Parc Saludable Camí Verd
CURSES INFANTILS DE BTT I MEMORIAL PILAR CASAS BTT
Organitzat per Bellaterra BTT

11.00h. A l'avinguda Josep M. Marcet
INFLABLES

11.00h. A la Plaça del Pi
MERCAT INFANTIL D'INTERCANVI D'OBJECTES

12.00h. Al Club Bellaterra
FINAL TORNEIG DE PÀDEL DE PARES I FILLS
Organitzat pel Club Bellaterra

12.00h. A la Plaça del Pi
TALLER DE MAQUETES RETALLABLES
Organitzat per l'Associació Amics Sant Pau Riusec

12.30h. Parròquia de la Santa Creu
MISSA DE FESTA MAJOR
Amb la col·laboració de El Musical

13.15h. Av. Joan Fàbregas
CERCAVILA
Amb El Musical i els gegants de Bellaterra

14.00h. A la Plaça del Pi
CONCURS PAELLES I FIDEUÀS

17.30h. A la Plaça del Pi
PROVA D'AIGUA I ENTREGA DE PREMIS AMB BATUKADA FI DE FESTA

Organitzadors i Col·laboradors:

10 ESTUDIANTS DE LA UAB HAN PARTICIPAT ALS JOCS OLÍMPICS DE RIO

S'han repartit en tres disciplines diferents, waterpolo, natació i hoquei herba.

Els Jocs Olímpics de Río de Janeiro que s'han disputat durant aquest mes han comptat amb la presència de 10 estudiants de la Universitat Autònoma de Barcelona, exactament 9 noies i 1 noi que han competit en natació, waterpolo i hoquei herba. Malauradament però, a diferència dels Jocs Olímpics de Londres 2012, on entre els estudiants participants van sumar 6 medalles, enguany no han pogut sumar-ne cap.

Aquests 10 estudiants formen part dels 112 esportistes d'elit que han estudiat a la UAB durant el curs 2015-2016 a través del programa Tutoresport, un programa pioner des del 96, i que té en compte aquest col·lectiu d'estudiants d'alta competició i que necessiten condicions especials per la seva condició d'esportistes d'alt nivell. Cada estudiant té un tutor personal que l'ajuda a planificar el curs acadèmic en funció del calendari esportiu, l'assessora en el seguiment de les assignatures i gestiona l'adaptació dels exàmens, treballs i pràctiques. Segons la UAB, és una de les universitat que compta amb esportistes d'alt nivell, a banda de pel seu programa Toturesport, també per la seva proximitat al Centre d'Alt Rendiment (CAR) de Sant Cugat del Vallès, fet que facilita la compaginació d'entraments i assistència a classe.

UAB Olímpics

Paral·lelament la UAB ha estrenat recentment la web UAB Olímpics, que conté informació de tots els estudiants de l'Autònoma que han participat en uns Jocs Olímpics des de la seva creació. Des de l'atleta Valentí Massana passant per la nedadora Érika Villaecija o el taekondista Joel González. "Un petit homenatge a la cinquantena de persones que durant els darrers anys han compaginat els seus estudis universitaris a la UAB amb la participació en uns Jocs Olímpics" expliquen al seu web.

TRINITY
THE LANGUAGE INSTITUTE OF SANT CUGAT
IDIOMES
Certificat Qualitat ISO
Cambridge English
Exam Preparation Centre
INSCRIPCIÓ OBERTA
info@trinityidiomas.com
www.trinityidiomas.com
Tel.: 93 675 22 01
Rbla. Can Mora, 18 - Sant Cugat del V.

MCasals
joies fetes a mà
penjolls
arrecades
anells

plaques
collarets
pulseres
Fem joies o records especials a mida.
Preus molt competitius.
645 80 41 43
TALLER A BELLATERRA
www.mcasals.com

FALSOS MITES SOBRE ELS 'SENSE GREIX' I ELS PRODUCTES 'INTEGRALS'

Informacions manipulades per vendre més i millor la idea de dieta saludable.

A continuació intentarem desmentir diferents mites entorn als aliments que componen les tan de moda "dietes saludables" i veure com ens intenten enganyar en alguns establiments.

Sense greix

En relació als producte sense greix o baixos en greixos hi ha un parell de mites que és important desmentir. Per una banda, cal fer una diferenciació entre greixos perjudicials, com els saturats, i greixos bons, útils per al funcionament de l'organisme i per lluitar contra el colesterol per exemple. Un producte amb 0% de matèria grassa vol dir que no té greix, ni bo, ni dolent, per tant, hem de tenir cura de no excedir-nos amb aquests aliments doncs estarem mancats de greixos també necessaris per a l'organisme.

Per a l'altra banda, que un producte no tingui greix no vol dir que no engreixi i que per tant en podem menjar més quantitat. Que no sigui tant greixós no vol dir que no tingui calories. Cal anar en compte i ser conscient de tot.

Integral

És cert, els productes integrals ens ajuden a reduir les dosis de menjar, ja que omplen més, i contenen majors dosis de fibra, cosa que pot ajudar a prevenir algunes malalties, però no és cert que pel fet de ser productes integrals ens ajudin a aprimar-nos. Si són industrials acostumen a tenir molta sal, greixos hidrogenats i sucre refinat.

A banda d'això, segons els entesos el principal problema dels productes integrals és saber si realment ho són, ja que moltes marques els emmascaren i els venen com a tal sense ser-ho. El sucre moreno n'és un exemple, ja que la majoria del que vénen en supermercats no deixa de ser normal amb melassa que el torna més fosc. I aquesta trampa, la podem trobar també en el pa, amb una proporció mínima de grans integrals perquè el producte sigui marró i sembli integral, o a la pasta.

Així doncs, veiem que és important informar-nos adequadament i evitar que ens enganyin amb estratègies de màrqueting que l'únic que aconsegueixen és enganyar.

CONSTRUCCIONES CALESMA, S.L.
N.I.F. B-62778352

Obra nueva
reformas integrales,
fachadas, cubiertas,
mantenimientos,
pladur, pintura,
electricidad y fontanería.

Joni Pérez

93 729 54 18 - 615 20 52 27

Almacén:
c/ Fatjo Nº 20 bajos
08204 Sabadell (Barcelona)

Tienda:
c/ Antonio Maura Nº 63
08204 Sabadell (Barcelona)

INFORMACIÓ SOBRE EL MOSQUIT TIGRE I EL VIRUS ZIKA

La primera onada de calor de l'any i l'aigua estancada de les últimes pluges ha disposat el terreny propici per a l'aparició i propagació dels molestos mosquits tigre. Els experts en control de plagues d'Anticimex Espanya asseguren que els espanyols sofriran més de 50.000 picades de mosquit tigre aquest estiu.

Des de 2004, el mosquit tigre ha anat expandint la seva àrea d'actuació. La presència d'aquest insecte invasor representa una amenaça per a la salut pública i posa en risc la temporada turística de pobles i ciutats de Catalunya, Comunitat Valenciana, Murcia, Andalusia i Balears.

El litoral mediterrani simbolitza per enèsima vegada l'epicentre d'aquesta problemàtica, per comptar amb un clima humit on existeixen abundants concentracions d'aigua estancada. I tot això ha obligat a posar en alerta als ciutadans i fins i tot a avançar la campanya anual de prevenció contra el mosquit tigre a les autoritats competents.

"El principal motiu pel qual el mosquit tigre és tan molest és el seu ritme d'activitat diürn, que va des de la sortida del sol fins a la seva posada i és més frenètic entre les 6 i les 10 hores i les 16 i les 22 hores", assegura el director tècnic d'Anticimex, Jordi Tapias.

Aquesta temporada, la prevenció davant el virus Zika ha endurit la campanya contra el mosquit tigre. El virus del Zika és similar al dengue o la febre groga i es transmet després de la picada d'un mosquit del gènere Aedes. De moment però, Jordi Tapias assenyala que, "la població de mosquit tigre a Espanya no es troba infectada pel virus Zika, per la qual cosa no són transmissors d'aquesta malaltia".

Per evitar la introducció del virus Zika, Tàpies assegura que "és clau vigilar l'entrada de mercaderies en ports i aeroports, especialment aquelles que puguin allotjar aigua en el seu interior com a pneumàtics usats o plantes exòtiques".

10 coses que hauries de saber sobre el mosquit tigre

1. És un mosquit petit, de no més d'un centímetre de longitud, de color negre i amb un patró característic de taques blanques en l'abdomen i ratlles també blanques en les potes posteriors.
2. Tenen un ritme d'activitat diürna, que va des de la sortida fins a la posta del sol, sent més frenètic durant els intervals entre les 6 i les 10 hores i les 16 i les 22 hores.
3. Els mosquits tigre s'alimenten de nèctar de plantes. Solament les femelles recentment fecundades s'alimenten de sang per poder obtenir les proteïnes necessàries per a la formació d'ous.
4. Una sola femella de mosquit tigre pot posar fins a 240 ous, que arriben a la seva fase adulta en una setmana.
5. Els ous del mosquit tigre tenen una gran capacitat de supervivència, ja que poden mantenir-se en estat de letargia durant mesos en situacions de dessecació o temperatures hivernals.
6. És fals que aquest insecte se sent atret per la llum.
7. Els tractaments repel·lents basats en sistemes d'ultrasò no són eficaços.
8. Aquesta espècie se sent atreta per la calor que desprèn el cos humà, però també per la seva olor i transpiració mitjançant diòxid de carboni. La combinació d'aquests tres factors fa que unes persones siguin més desitjables que unes altres per picar-los.
9. Els mosquits tigre se senten captivats per petites traces d'amoníac, una substància que està present en la nostra sang, i també per algunes aromes com el de la canyella, la nou moscada o el que desprenen algunes plantes aromàtiques com el clau.
10. La tendència dels mosquits tigre adults d'introduir-se en vehicles és una altra forma d'introducció del mosquit de zones envaïdes a zones sense envair.

¿Todavía combates los mosquitos a golpes?

Anticimex SMART – La solución más tecnológica para el control de mosquitos en exteriores.

900 828 001

Anticimex®

Compro antigüedades, joyas, porcelana y domicilios enteros

Pago al contado

¿no lo quieres? Yo te lo compro.

Sr. Joaquín

618 977 743

Vols rebre el
TOT BELLATERRA
en digital?

totBellaterra

Busca'ns a
facebook i estaràs
sempre informat

facebook.com/tot.bellaterra

SETEMRBE

ACTUACIÓ CARME CANELA

Organitza: El Musical
Dia: 1 de setembre
Lloc: El Musical
Hora: 19:30h
Entrada: gratuïta

FESTA MAJOR DE BELLATERRA

Organitza: Consell de Cultura i EMD
Dies: 2, 3 i 4 de setembre

5ª SANSI BELLATERRA

Organitza: Sansi i EMD
Dia: 11 de setembre
Lloc: Bellaterra

PUNT D'INTERCANVI DE LLIBRES

Organitza: AV Turó de Sant Pau
Lloc: Cafè del Centre Cívic del Turó de Sant Pau
Dia: Activitat Permanent

BOGUE
BEAUTY SHOP & PERRUQUERIA
Bogue Perruqueria
Passeig Francesc Macià, 58
08173 San Cugat del Vallés
93 589 26 01

Abellán CONSTRUCCIONS
A Sant Cugat des de 1963
Especialistes en reformes i rehabilitacions
649 856 568

CAN EDO
Cuina tradicional des de 1967
Obert tots els migdies. Dijous tancat.
Obert a les nits per reserves a partir de 8 persones
Lope de Vega, 5 Bellaterra
T. 93 580 66 60 - 93 692 24 24

telepizza
el sabor es a la masa
Carretera Barcelona, 166
(esq. Ripoll)
BARBERA DEL VALLES
93 619 11 84

FANNY S.L.
CARPINTERÍA DE ALUMINIO
Avanci's als mosquits!
Instal·li la seva mosquitera
C/ Múrcia, 30-32, loc.1 (Rubí)
www.fannysl.com - 93 588 61 93

INSTALACIONES MC
Electricidad, calefacción, gas, aire acondicionado, agua, riegos automáticos, aero termia, redes informáticas...
PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO
INSTALADOR AUTORIZADO
PROMOCIÓN EN CALDERAS Y A.C.
653 930 989
instalaciones.mc@hotmail.com

M&R jardiners
PODAS
MANTENIMENT PER EMPRESES
COMUNITATS I PARTICULARS
670246090

PERRUQUERIA CANINA
miraqueguau!
Servei a domicili - 93 580 47 09
Plaça del Pi, 3, Bellaterra
sagaysl.miraqueguau@gmail.com

Little Ducky
Nursery School
De 4 mesos a 3 anys • Cuina pròpia
www. littleducky.com
escolainfantil@littleducky.com
Sant Cugat • 93 589 1704

Gloria Blanco posada
Directora Ventas
669690864
GLORALOE
Aloe Vera de Fuerteventura
El mejor regalo
para tu piel

llar de ioga
classe de prova gratuïta
grups reduïts
tracte personalitzat
www.llardeioga.com
Tel: 676 662 776
Mail: llardeioga@gmail.com
C/Estapé nº43 local 1 (Sant Cugat)

Quality&Home
SERVEIS DOMESTICS
Selecció d'empleades de la llar
T 93 576 74 23 · M 667 466 110
www.qualityandhome.com

tot Bellaterra
anuncia't aquí!
93 611 42 43

FARMÀCIA
M. CAUS FUMANYA
Plaça del Pi, 5 - 08193 BELLATERRA
Telf. 93 691 46 55
martacausfumanya@gmail.com

Solucions de la Llar
REPARACIONS DOMÈSTIQUES
DE TOT TIPUS
660 330 283
www.solucionesdelallar.com

CONSTRUCCIONES
CALESMA, S.L.
N.I.F. B-62778357
Obra nueva, reformas integrales, fachadas, cubiertas, mantenimientos, pladur... de todo!
93 729 54 18 - 615 20 52 27

MCasals
Joies fetes a mà i a mida.
Preus molt competitius.
645 80 41 43
www.mcasals.com
TALLER A BELLATERRA

ALU ICON
PUERTAS Y AUTOMATISMOS
Puertas y Automatismos · Trabajos en hierro
Cerrajería en general
(barandas, escaleras, trabajos de soldadura)
T. 616 693 672 - 93 589 04 83

DOLÇ DE CRUIXENT AMB CREMA DE LLIMONA I MANGO

Recepta extreta de www.receptes.cat

INGREDIENTS (2 racions)

Cruixent
40 g de farina blanca
1 cullerada de sucre
1 mica de sal
1 mica de pols de cardamom
1 cm de gingebre, ratllat
Una mica de pell de llimona ratllada
20 g de mantega, freda.

Mango marinat:
1 llimona orgànica,
2 cullerades de sucre
2 cullerades d'aigua
2 rodanxes de gingebre
1 brot de bàlsam de llimona (melissa)
1/2 mango, en cubs petits
2 culleradetes de suc de llimona.

Crema:
100 g de crema fresca
2 cullerades de confitura de llimona i llima
1 dl de crema, batuda

Per servir:
Unes fulles de melissa i cruixent reservat.

PREPARACIÓ

Del Cruixent...
Es barreja la farina amb tots els ingredients i la pell de llimona en un bol, s'afegeix la mantega i amb els dits s'aconsegueix una massa grumullosa. Un cop feta, es posa en una safata folrada amb paper de forn, es posa uns 10 minuts a una posició mitja i a 180º. En acabat, s'aparta.

Del Mango Marinat...
Es posa a bullir el sucre, l'aigua, el gingebre i la llimona en una cassola durant uns 10 minuts. En acabat es deixa en fusionar i s'aboca a través d'un tamís. Llavors, s'afegeix el mango tallat a trossets i el seu de llimona i es deixa uns 10 minuts.

De la Crema...
Es barreja la crema fresca amb la melmelada de llimona i la crema de llet fins que quedi tot ben quallat.

Per Servir...
Posar la meitat de la crema en els gots, just a sobre el marinat de mango i després s'acaba el got amb la crema restant. El cruixent l'utilitzem per decorar al final.

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

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 Bellaterra	93 691 46 55
Horari	
9-13'30 i 16'30-20 hr	
Cap de setmana 10-13'30 hr	

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
Universitat Autònoma UAB	

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
Taxi Sant Cugat	93 100 11 00

ESCOLES

Escola Ramon Fuster	93 586 41 06
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 Walforf-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

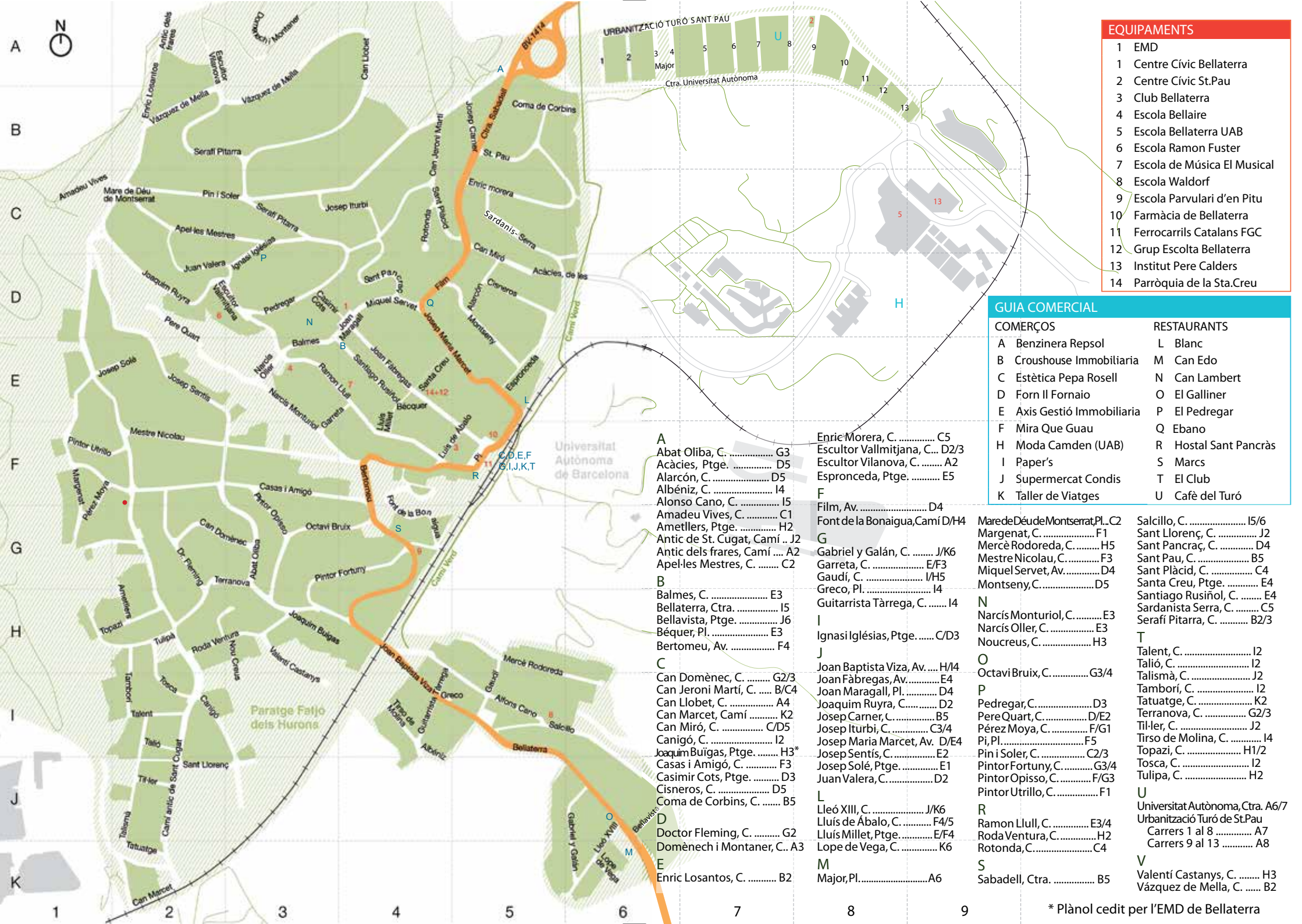
*Cada hora //
*Nits de divendres a dissabte i vigílies de festius
Horaris juliol 2015 extrets d'FGC

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		RESTAURANTS	
A	Benzinera Repsol	L	Blanc
B	Croushouse Immobiliaria	M	Can Edo
C	Estètica Pepa Rosell	N	Can Lambert
D	Forn Il Fornaio	O	El Galliner
E	Axis Gestió Immobiliaria	P	El Pedregar
F	Mira Que Guau	Q	Ebano
H	Moda Camden (UAB)	R	Hostal Sant Pancràs
I	Paper's	S	Marcs
J	Supermercat Condis	T	El Club
K	Taller de Viatges	U	Cafè 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
Joaquim Buïgas, Ptge. H3*
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 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

www.bellaterraparticipa.cat

Podràs votar per decidir sobre Bellaterra

Aquests informadors us visitaran al vostre domicili per tramitar la vostra alta al servei de participació

Albert Susana Iñaki María

Les convocatòries de Bellaterra Participa es faran a través de Bellaterra.tv

Bellaterra .tv

616 83 87 83