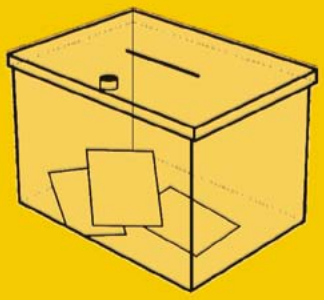
Número 9 Maig de 2011

totBellaterra

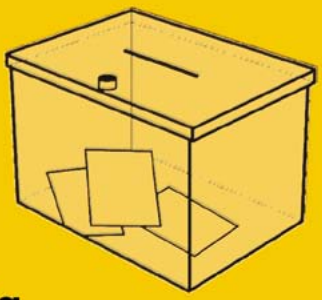
DUES URNES DECIDIRÀN BELLATERRA

President EMD



+

Govern EMD



22 de Maig
Eleccions a l'EMD

Plaça del pi, 3 Local 4
08193 Bellaterra
93 725 44 33

AXiS
Gestió
Immobiliaria

www.axisgi.com
axis@axisgi.com

02 SUMARI
04 NOTICIES
05 ESPECIAL ELECCIONS
08 NOTICIES
13 REPORTATGE
19 JARDINERIA
21 RECOMANACIÓ DEL MES
22 SALUT
23 PERSONATGE DEL MES
25 AGENDA
26 GUÍA COMERCIAL
27 TRANSPORT
28 PLÀNOL POBLE
30 SERVEIS

EDITORIAL

Direcció: Marta del Rio
Disseny I maquetació: Míriam Vilellas
Col·laboradors: Àngel Solà
Sandra Bortolotti
Impressió: Gráficas Campás
Periodicitat: Mensual
Difusió: 3.500 exemplars

Tot Edicions SCP
Pellaires, 30-38 A2
08019 Barcelona
Tlf: 93 611 42 43

web: www.totbellaterra.com
info@totbellaterra.com
Facebook: totbellaterra
Per articles d'opinió i altres:
opinio@totbellaterra.com

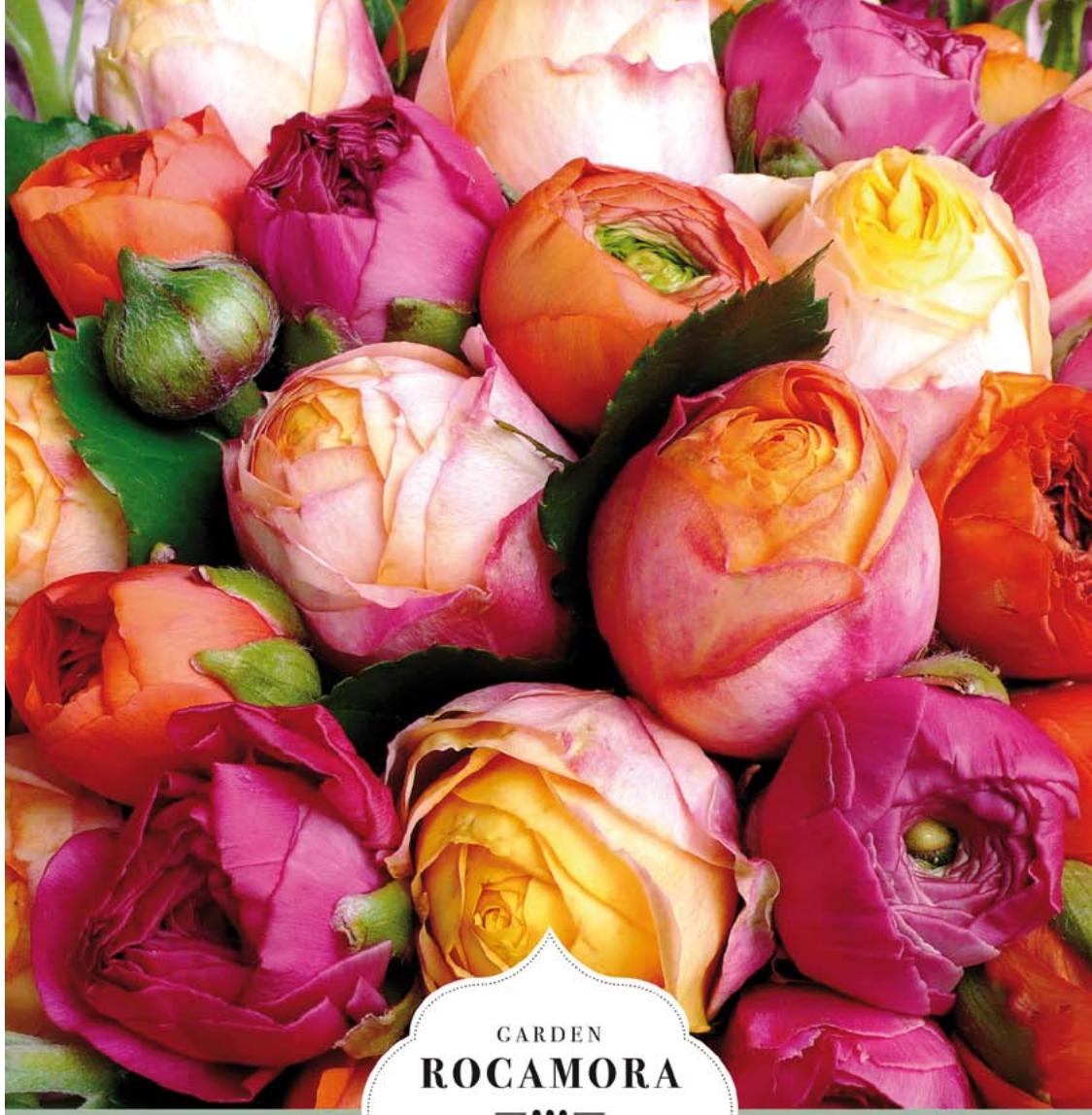
El TotBellaterra no comparteix necessàriament l'opinió expressada en els articles dels seus col·laboradors.

Segueix-nos dia a dia a la nostra web www.totbellaterra.com

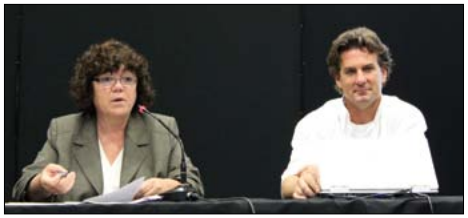
Arriben les eleccions al Municipis i això ens dona una nova oportunitat per triar els nostres futurs mandataris.
Bellaterra s'enfronta a les seves primeres eleccions com a Emd.
El Tot Bellaterra no hem admès publicitat electoral, doncs no volem polititzar el mitjà però a canvi us oferim un especial sobre les eleccions a les Emds, l'estat actual del Consistori de Bellaterra i els candidats a les eleccions tant a president com al govern de Bellaterra.

www.totbellaterra.com

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



CONFERÈNCIA DE MONTSERRAT TURU,
PRESIDENTA DE L'EMD DE VALLDOREIG



Montserrat Turu, és la Presidenta de l'Emd de Valldoreig des de fa 8 anys i també és Presidenta de l'Associació d'Emds de Catalunya.

Fa uns dies va venir a fer una conferència al centre Cívic de Bellaterra per explicar els problemes i incongruències amb que es troben les Emds. Per aquest motiu es constituí fa mes de 30 anys a la Seu d'Urgell l'Associació d'Emds, que neix degut a la necessitat de regular i modificar la legislació i reivindicar les dificultats de les mateixes.

Actualment a Catalunya hi ha 62 Emd i va remarcar que Catalunya està molt endarrerida respecte la resta d'Espanya on les Emds ja tenen lleis pròpies. La mancança de lleis pròpies i la poca eficàcia administrativa fan un buit legal dins del mon de les Emds.

Un dels motius de la conferència era informar sobre la importància que té que tothom tingui clar el procés electoral de les Emds, doncs és un vot a tres bandes però que alhora determina directament el govern de l'Emd i del seu president.

"L'Estatut ens reconeix i garanteix la centralització i la capacitat suficient per portar a terme les activitats per prestar els serveis de les nostres competències "malgrat això és necessari poder modificar aquesta regulació de les mateixes doncs hi ha forces incongruències que fan que les coses no acabin de funcionar. "Un exemple és que tenim traspassada la competència d'espai public però no tenim control sobre la neteja ni el servei d'escombraries, i això es com si ens donessin una escombra però no el recollidor".

En quan a les eleccions va remarcar que Una de les peculiaritats de les eleccions d'una Emd és que l'elecció de president és una candidatura única y unipersonal en una urna, i la configuració del seu govern i el consistori en una altre urna. Normalment els municipis només fan servir una urna per tot.

"Mentre no es modifiqui la llei Electoral, els veïns d'una Emd han de tenir molt clar que han de donar preferència al govern mes proper, el de l'Emd i aquesta preferència s'ha de traduir en un **vot coherent de les dues urnes,** això cal explicarho bé doncs el resultat influeix directament en els regidors i vocals de l'Emd.

El més important és que el govern de l'Emd pugui funcionar plenament i amb coherència i tingui les eines necessàries per poder desenvolupar i gestionar les seves competències com cal". Si un President d'Emd és d'un partit i el govern d'un altre, la seva tasca es molt complicada.

GRUP SABATER NURI
GASOIL A DOMICILI
Financem la seva compra de gasoil
93 580 00 18
·Benzinera ·Supermercat 24h
·Túnel i boxes de rentat ·Bar-cafeteria
c/Santa Anna, 133 - Avda Can Pallarès, s/n Cerdanyola del Vallès www.sabaternuri.cat

DUES URNES DECIDIRAN EL FUTUR DE BELLATERRA

El 6 de Juliol del 2010 es va constituir l'Entitat Municipal Descentralitzada (EMD) de Bellaterra.

Durant els últims 10 mesos l'EMD ha estat governada per Gent per Bellaterra aplicant el resultat electoral del 2007 que concedia majoria absoluta a Gent per Bellaterra i es nomenava com a president de l'entitat a Ramon Andreu.

Després d'uns mesos de tramitacions i posta en marxa hem vist com l'EMD ha començat ha funcionar. Els veïns han pogut veure alguns canvis importants a Bellaterra com la pacificació de la carretera 1414, les pilones del camí antic, l'aparcament de l'estació, subvencions per activitats esportives i culturals, etc., i sobre tot **s'ha pogut fer front a l'abocador de Cant Fatjó dels Aurons amb la contundència institucional que mai havíem tingut.**

Bellaterra viurà un dia històric el proper diumenge 22 de maig, doncs per primera vegada podrem escollir directament els nostres representants.

El format d'aquestes eleccions serà diferent dels que havíem viscut fins ara. Les eleccions a les EMDs, es realitzen amb dues urnes:

La urna del seu president i la urna del seu govern.

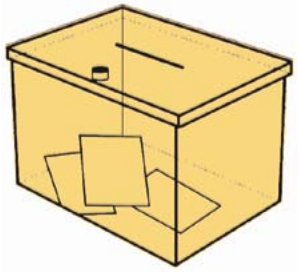
Enguany els bellaterrencs podran apropar-se al Centre Cívic de la Plaça Maragall, per expressar dos vots: un vot per triar de forma directe el President de l'EMD, i un vot per triar el partit dels 8 vocals del govern de l'EMD.

El resultat electoral de Bellaterra seguirà influint com sempre, en el resultat electoral de Cerdanyola del Vallès.

Ple actual de l'EMD de Bellaterra

PRESIDENT
Ramon Andreu
Gent per Bellaterra

VOCALS
Gent per Bellaterra
CiU
ICV



URNA DE PRESIDENT

Aquesta urna decideix el president de l'EMD, tot i que el vot per triar president és unipersonal, tots els candidats que es presenten han d'estar representats per una formació política. A Bellaterra es presenten 5 candidatures a president:

Gent per Bellaterra

Ramon Andreu

CiU

SI solidaritatcatalana per la independència

Gustau Folch

ICV Iniciativa per Catalunya Verds EPM

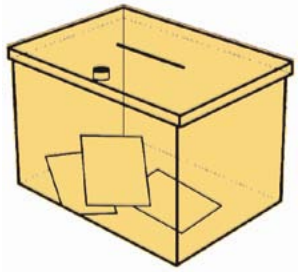
Ignasi Roda

PP

José Díaz

esquerra

Xavier Vilaplana



URNA DE GOVERN DE L'EMD

L'urna de govern triarà directament el govern de l'EMD de Bellaterra (els seus 8 vocals). Aquests vots sumen també a l'Ajuntament de Cerdanyola.
Aquests són els partits que es presenten a Bellaterra i Cerdanyola amb els corresponents candidats a l'alcaldia.

Ramon Andreu
Gent per Bellaterra

Carme Carmona
PSC Cerdanyola

Antoni Morral
ICV - EUA Cerdanyola

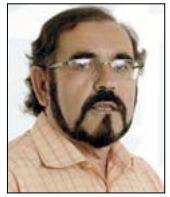
Alfons Escoda
CiU Cerdanyola

Manuel Buenaño
PP Cerdanyola

Helena Solà
ERC Cerdanyola

Carles Escolà
Compromís per Cerdanyola

Lluís Hernández
Ciutadans-Partido de la Ciudadanía Cerdanyola



Antonio González
Gent Innovadora i Reformista per Cerdanyola

SI solidaritatcatalana per la independència

Guillem Ortega
SI Cerdanyola

plataforma PXC catalunya

Mònica Pérez
Plataforma per Catalunya Cerdanyola

Unificación Comunista de España

Francesc Ibáñez
UCE Cerdanyola

COMENCEN LES MILLORES DE PACIFICACIÓ DE LA CARRETERA 1414

Després d'alguns mesos de converses entre l'Emd i la Diputació de Barcelona, que actualment és la responsable de la carretera 1414 han arribat finalment les primeres mesures de pacificació, tant necessàries i desitjades per gran part dels Bellaterrencs.

La implantació de 12 nous passos de vianants al llarg de la carretera, mes en els carrers colindants, juntament amb una nova senyalització viaria i una mitjana per reduir la velocitat als punts mes conflictius i accidentats de la carretera, son les primeres mesures de pacificació de la carretera.

Aviat un semàfor amb polsador per vianants serà col.locat per la Diputació de Barcelona a la plaça del Pí.

Aquesta es una de les reclamacions històriques de Bellaterra, i malgrat l'esforç de molts veïns i les múltiples denúncies que s'han fet a l'ajuntament de Cerdanyola, mai s'havien gestionat.

ZONA VERDA PER ELS VEÏNS DE BELLATERRA

La Zona Verda arriba a Bellaterra amb gratuïtat per tots els veïns empadronats a Bellaterra. Aquesta zona limita els dies laborables a 2 hores l'estacionament del vehicles de pas en la franja horaria de 7h a 13h. Aquesta mesura presa per l'Emd de Bellaterra neix de la necessitat d'alleugerar els problemes d'aparcament de la zona mes propera al la Plaça del Pi, carrer de Joan Fràbregas i Ramon LLull.

Els problemes d'aparcament a la plaça i accessos sorgeixen de l'existència de vehicles aparcats procedents d'altres municipis que utilitzen la nostra estació de ferrocarril per desplaçar-se a Barcelona. Aquest fet s'ha vist incrementat els últims mesos degut a la mesura que ha pres la Uab de fer de pagament l'aparcament de sota la plaça Cívica on molta gent d'altres poblacions deixava els cotxes per agafar el tren.

Per identificar els vehicles cal passar a recollir un adhesiu a les oficines de l'EMD a la Plaça Maragall acreditant-se amb el DNI i el carnet de conduïr en el cas de demanar només una autorització. Els veïns que necesitin autoritzar més d'un vehicle han de posar-se en contacte amb l'EMD per informar-se més detalladament sobre els documents a presentar.

vine a... El Musical

REUNIONS INFORMATIVES CURS 2011-2012
per alumnes actuals i nous alumnes
*agrairem confirmació d'assistència
al 93 580 42 46 o bé a info@elmusical.cat

Dimecres 1 de juny a les 20,00h
El musical dels Nens (de 3 a 5 anys) i Suzuki (a partir de 3 anys)

Dijous 2 de juny a les 20,00h
Nivell Elemental i Nivell Mig (a partir de 7 anys i adults)

Dimarts 7 de juny a les 20,00h
Escola de dansa

Dimarts 7 de juny a les 21,00h
Nadons i Programa Bressol (de 0 a 3 anys)

INSCRIPCIONS 2011-2012

ANTICS ALUMNES:
CONFIRMAR LA VOSTRA PLAÇA PEL CURS VINENT
Del dilluns 24 de maig fins al divendres 3 de juny

NOUS ALUMNES:
US PODEU INSCRIURE A L'ESCOLA
A partir del dilluns 6 de juny

EL MUSICAL - C/ Ramon Llull, 16 - 08193 Bellaterra – Telf.: 93 580 42 46 - Fax: 93 586 56 76 - www.elmusical.cat

L'EMD DONA ACCÈS DEL TURÓ DE SANT PAU AL CAMÍ VERD

Fa dues setmanes que el turó de Sant Pau i Bellaterra estàn molt més units. **Ja es pot anar caminant del Turó de Sant Pau a Bellaterra**, el nou accés del Turó de Sant Pau al camí verd trenca definitivament l'aïllament peatonal del Turó. **Aquesta nova connexió connecta Bellaterra a través del Camí Verd amb el Turó de Sant Pau i amb l'Escoleta i l'Institut Pere Calders.**

Aquesta connexió es molt benvinguda per els veïns del Turó que els permet arribar al camí verd i a la plaça del Pi sense la necessitat de passar per la carretera.

L'EMD ha obert l'accès i l'ha acondicionat amb sauló i amb una barana de fusta.

EXPOSICIÓ D'ADRIANO VELASCO AMB MÉS DE VINT OLIS

El pintor, escenògraf i actor de La Inestable, Adriano Velasco, presenta una exposició de més de vint olis a Pedralbes Centre.

Pel que fa als elements de l'obra, s'adverteixen els seus característics traços amb l'espàtula i innovedores incorporacions: conceptualitat, tons més suaus i menys contrastos.

En aquesta exposició l'artista tracta objectes d'ús domèstic i la figura humana sense rostre o d'esquena.

Amb aquesta exposició, Velasco demostra una gran habilitat productora i una vocació decidida, ja que l'última que va presentar, "Paisatges reinterpretats", va tenir lloc fa només onze mesos, durant el juny del 2010.

Captivat per l'impressionisme, a Adriano Velasco li agrada Cézanne, però també el fauvisme de Matisse. "I Miró, i Kandinsky, Rothko, Freud... Barceló és curiós, però de la seva obra m'agrada allò en el que ha posat l'ànima i es nota".

L'exposició es farà del 2 al 31 de maig al centre comercial Pedralbes Centre, a l'Avinguda Diagonal 609-615 de Barcelona.

F. PAPIOL
DES DEL 1952
Passatge la Salut, 56, Sant Cugat
Tel. 93 674 17 23 • 93 675 54 51
NETEJA DE CATIFES
ESPECIALISTES EN RESTAURACIÓ DE CATIFES ORIENTALS
NETEJA DE MOQUETES, SOFÀS, BUTAQUES...
RECOLLIDA GRATUÏTA A DOMICILI

RECULL LA TEVA AUTORITZACIÓ ZONA VERDA D'APARCAMENT

A LES OFICINES DE L'EMD BELLATERRA

Per a més informació truca al 93 518 18 30
de dilluns a divendres de 9 a 13 i de 16 a 19 h.
o bé envia'ns un mail a info@bellaterra.diba.cat
www.bellaterra.diba.cat

BELLATERRA
EMD | ENTITAT MUNICIPAL

LA SETMANA SANTA DEIXA SENSE RECOLLIDA DE MATÈRIA ORGÀNICA A BELLATERRA

La falta de previsió de l'Ajuntament de Cerdanyola deixa sense recollida de residus orgànics a Bellaterra al llarg de 8 dies, fet que ha indignat a molts veïns que veien com els carrers s'anaven omplint de bosses i no sabien que havien de fer. Molts són els qui ja han decidit portar les seves escombraries a altres municipis i es queixen conseqüents problemes, i que fins hi tot aquest sistema està afectant en els hàbits alimentaris de la seva família, doncs el cap de setmana han deixat de consumir peix per evitar males olors. Alguns veïns ens informen que es comencen a veure moltíssimes rates i senglars, "fa poc temps eren molt difícils de veure, ara cada cop mes s'apropen a les zones habitades" asseguren alguns veïns.

Hem rebut també queixes de gent que passa els cap de setmana i festius a Bellaterra i ens demanen què cal fer amb la brossa, per ara se l'enduen a altres poblacions .

Per altra banda, les escombraries que queden al carrer al llarg de moltes hores provoquen també problemes de mobilitat a les aceres.

Aquest problema s'ha repetit el cap de setmana del Roser de Maig, on tampoc van treballar els operaris del servei de neteja i escombraries.

Hem demanat més informació a l'EMD i mitjançant el seu president Ramon Andreu ens informa que s'estàn tramitant les queixes tant a l'ajuntament com a l'empresa que gestiona la recollida. Si això persisteix en un futur es demanarà el traspàs integre de la competència d'escombraries a l'EMD.

LES PILONES DEL CAMÍ ANTIC JA FUNCIONEN

Fa uns dies i sense inauguració es va obrir l'accés a la rotonda del Polígon de Can Sant Joan, fent possible la utilització de les pilones.

Les pilones ja es poden utilitzar malgrat que tampoc s'han pogut inaugurar per estar en període electoral.

S'han repartit mes de 400 targes, i els veïns ja gaudeixen del privilegi d'aquest nou pas sense afectar la mobilitat ni la vida dels veïns del Camí Antic.

Les fases de senyalització viaria està prevista que s'acabin en breu si la pluja ho permet.

Us recordem que les targes d'accés estan a la disposició dels veïns empadronats a Bellaterra a les oficines de l'Emd a la Plaça Maragall.

PUBLI 2000
Articles de publicitat empresarial

www.publi2000.com
Luís Antúnez,13 Local 1
08006 Barcelona
T. 93 415 06 60
F. 93 415 37 01
publi2000@publi2000.com

FESTA MENOR 2011

Un any mes la festa Menor es seguida pels Bellaterrencs amb alegria i il.lusió. Una gran quantitat d'activitats socials i culturals que s'han desplegat per Bellaterra.

Com ja es una norma, el Musical obre la Festa Menor, amb un fabulós recital de violí i piano ofert per Heribertio Fonseca al violí i Simon Passmore al piano.

Dissabte a la plaça Maragall els més petits van gaudir i participar d'una tarda d'animació i tallers.

Mentre al Centre Cívic l'exposició de la pintora Lidia Sabater servia de marc per l'entrega dels Premis del Primer concurs de literari.

1er Premi Prosa Adults
Ex aequo.
La pregària
Jaume Cela i Ollé
El bosc dels gemecs
Maria Rosa Garcia Sena

Prosa Infantil
Un problema en una escola de música
Clàudia Iglesias Puigvert

1er premi poesia
A mi doneu-me ...
Enriqueta Rodas Rosich

PAPER'S BELLATERRA
MOLT MÉS QUE UNA PAPERERIA
llibres, premsa, revistes, papereria, servei de copisteria
Plaça del Pi, 3 Local 8 - 93 592 10 93 De dilluns a divendres de 7 a 13.30 i de 16.30 a 20 dissabtes, diumenges i festius de 8 a 13.30

Mentre tant al Turó de Sant pau, Ignasi Roda i Marta Soña van oferir un recital cantat de poemes de Joan Maragall.

El Club Bellaterra va acollir diverses activitats esportives i diumenge al bar del Club, el Vermut literari de l'escriptora Lluïsa Forrellat aquest cop de la mà del veí Joaquim Sala.

Diumenge el Camí Verd s'omplí de petits i grans ciclistes que van poder gaudir d'una activitat oberta a totes les edats.

Mentre que a la Plaça del Pi, hi havia una exposició fotogràfica amb les millors fotografies dels participants del taller de fotografia subvencionat per l'Emd i tothom va poder gaudir del famós aperitiu que van oferir alguns dels restaurants de Bellaterra.
Pet finalitzar els actes, una l'obra de teatre al Centre Cívic va fer gaudir a tots els espectadors.

SOM A BELLATERRA PER AJUDAR-LO.

AXiS
Gestió Immobiliària

Plaça del Pi, 3 Local 4
T. 93 725 44 33
F. 93 726 09 11
axis@axisgi.com
www.axisgi.com

- ✓ Per vendre o llogar casa seva, local o nau industrial
- ✓ Per comprar o llogar casa seva, local o nau industrial
- ✓ Per la gestió del seu patrimoni
- ✓ Per les petites o grans obres a casa seva o a la seva empresa
- ✓ Per les solucions energètiques a la seva empresa

Teatre infantil

CIA. SIM SALABIM

EL FOLLET I EL SABATER

28/05

17h. c.c. Maragall

Un bosc en perill.
Un arbre, un mussol i un follet han de lluitar per aconseguir que les màquines contaminants no malmetin el seu bosc. El follet, anomenat Leprechaun, ha d'ajudar a els artesans.

Un vell sabater que no hi guipa gaire. Ja no reb encàrrecs de la gent del poble. La seva sort canvia de sobte quan comença a trobar sabates meravelloses cada matí.

Preus: 5€ Adults 8 € nens

Sabadell
Diputació Barcelona
BELLATERRA
EMD | ENTITAT MUNICIPAL

El jardí de Maig

GARDEN CENTER MAS DURAN recomana les tasques del jardí pel mes de Maig:

Ens trobem ja en plena primavera i tenim un l'esclat de flors als jardins, balcons i terrasses. Heu de estar alerta amb la papallona africana que ataca els Geranis. Si veieu forats en les tiges, flors pansides o fulles amb picades, són els símptomes de l'atac de les erugues. Aquestes, mesuren uns 2 cm de llarg i tenen color verdós que es torna més fosc a mesura que creixen.
Heu de fer tractaments periòdics cada quinze dies de manera preventiva, si ja teniu instal·lada la plaga, costa una mica mes de erradicar. Nosaltres recomanem el INSECTICIDA GERANIOS DE MASSO.
Per tal d'ajudar a que els Geranis siguin mes forts i resistents a aquesta plaga o be per tal de recuperar-los un cop infectats també recomanem que adobeu amb el ABONO GERANIOS DE MASSO, un adob liquid, aliment complet amb fòsfor, ferro i potassi, que estimula la floració dels geranis, millorant el seu aspecte i vitalitat.
Augmenteu la freqüència del regs, sobretot de les gespes, que ja ha de ser de dos o tres cops per setmana.
Penseu que podeu instal·lar un reg senzill gota a gota per els testos de les terrasses i els parterres, nomes cal que disposeu d'una aixeta exterior i nosaltres us subministrem el material i expliquem com muntar el reg de manera molt senzilla, de manera que qualsevol persona ho pot fer amb poca estona.
Podeu retallar o pinçar els brots de les plantes que ho necessitin aixi aconseguireu unes plantes mes tupides i ben formades.

Garden Center MAS DURAN
C/ Vila Romana, 8 Polígon Industrial Can Feu, 8192 Sant Quirze del Vallès
93 712 28 94 / 647 97 87 64 / 647 97 87 65
Itinerari recomanat:
Sortida St. Quirze centre, darrera de Barcelona Moda Centre

maheco
promotora constructora www.maheco.es

· ASSESSORAMENT **CREATIU**
· PROJECTE DE **DISSENY** D'ESPAIS
· MATERIALS DE **1ª QUALITAT**
· **VISUALITZACIÓ** ESPAIS 3D
· SERVEI DE **GUARDAMOBLES**
· HABITATGE DE **"SUBSTITUCIÓ"**

· **SOLUCIONS INTEGRALS**
· **L'AMBIENT QUE DESITJA**
· **QUALITAT D'ACABATS**
· **SERIETAT I EXPERIÈNCIA**
· TRACTE **PERSONALITZAT**
· **CONSTRUÏM** DES DE 1967

935942044
www.maheco.es

TATAKI DE ATUN CON SOJA Y SESAMO ACOMPAÑADO DE HELADO DE MIEL Y ROMERO

INGREDIENTES (4 PAX):

-atún, rectángulo de 10 cm de largo y 2 cm de ancho
-1 cl. de aceite
-10 cl. de soja
-2 grs de sésamo blanco y de sésamo negro
-1 bola de helado de miel y piñones
-2 flores comestibles

ELABORACION:

Marcamos en una sartén o plancha muy caliente el atún, sellándolo por los 4 lados. Colocamos la soja en un bol donde introduciremos el atún marcado, lo dejaremos macerando un total de 20 minutos, 10 por cada lado.
Sacaremos el atún de la soja, lo rebozamos en la mezcla de los 2 sésamos y fileteamos en trozos de 1 cm. Extendemos en pizarra, ponemos un bol con el helado de miel y piñones y otro con un poquito de la misma soja de macerar el atún. Añadimos como decoración las flores en pétalos.

Recepta cortesia del restaurant IN Sant Cugat

MI DECÁLOGO DE LA CELULITIS

Dra.Rosa Pérez-Bibián

Llega el buen tiempo y con él una de nuestras preocupaciones estéticas esenciales patrimonio del sexo femenino: la celulitis y su aspecto poco deseado como la piel de naranja… y ¿que hacemos ya?

¡Manos a la obra!

1. ¡No te gusta tu celulitis! te repites en tu cabeza
2. Vas a luchar cada día contra la aparición y/o evolución de la celulitis. No podemos bajar la guardia ni un día.
3. Conocer la celulitis en toda su amplitud es la forma más inteligente de comprenderla, aprender a evitarla y combatirla con eficacia.
4. El metabolismo celular y la microcirculación sanguínea intervienen en la aparición y evolución de tu celulitis.
5. Sólo obtendrás auténticos resultados en el tratamiento de la celulitis si la atacas por dentro (con la nutricosmética) y por fuera.
6. Si adoptas unos hábitos de vida saludables podrás prevenir o retrasar la aparición de la celulitis. Sólo son 5 hábitos de vida saludables: IMC debajo de 30, no fumar, no beber alcohol, dieta mediterránea y hacer deporte.
7. No hay alimentos milagrosos para eliminar la celulitis. Sí hay alimentos aliados que te ayudan a eliminar toxinas y líquidos retenidos. Recordemos que la lechuga, el apio, las espinacas, el pepino, los calabacines y los puerros tienen propiedades diuréticas que favorecen la eliminación de toxinas y líquidos retenidos. También la piña, los espárragos, la alcachofa, el melón, la pera, la manzana y la uva nos ayudan. Menos consumo de grasa y más consumo de vegetales y frutas.
8. La gimnasia moderada y periódica activa la circulación y además favorece y tonifica la musculatura.
9. Tu índice de masa corporal IMC debes mantenerlo siempre cerca de 25
10. Aumenta la cantidad de agua que bebes a un mínimo de 2 litros por día

Si seguimos todas estas medidas lograremos retrasar la aparición de la celulitis y obtener mejores resultados en todos los tratamientos aplicados para combatirla.

Dra.Rosa Pérez-Bibián
Especialista en Nutrición y Dietas
doctoraperezbibian@hotmail.com

CONSULTORI MÈDIC
MEDICINA INTERNA i MALALTIES DE LA SANG

Albert Grañena
Doctor en Medicina
Professor Titular de Medicina
Universitat de Barcelona
C. Ramón Llull, 3
08193 Bellaterra
Tel. 93 580 96 47
670 29 26 97
HORES CONVINGUDES

MONTSERRAT FIGUERAS I JAUME PLA REBEN LA CREU DE SANT JORDI

Sandra Bortolotti

El passat 27 d'abril, es va concedir la Creu de Sant Jordi a les 29 personalitats que el govern de la Generalitat va acordar. Aquesta distinció és el màxim honor que atorga el govern català a personalitats i entitats del país.

L'actor Jaume Pla i Pladevall (1928) és una de les personalitats premiades amb la Creu de Sant Jordi pel seu ferm compromís i trajectòria de més de mig segle amb el teatre català. Va tenir una gran dedicació especialment durant els anys del franquisme, que auguraven un difícil context per al creixement de la cultura catalana.

Des de la Generalitat n'han destacat "la seva implicació en diverses iniciatives que han contribuït al prestigi i a la renovació de l'escena catalana".

Pla ha explicat "encara em dura l'emoció per aquesta distinció tant alta. Sóc l'actor de més edat de Catalunya i l'únic que queda de l'època de Franco". El 1950 va fundar l'Agrupació Dramàtica de Barcelona (ADM), que traduïa obres al català. Més tard la dictadura va provocar la seva clausura i Pla va formar el Grup de Teatre Independent (GTI).

També és un dels fundadors de La Inestable de Bellaterra: "Tinc molts bons records de Bellaterra. Hi vaig viure 30 anys i allà vam crear els Amics de Bellaterra, com a agrupació per al desenvolupament cultural i lúdic. Hi participaven veïns de Bellaterra per fomentar el caliu i d'allà va nèixer la Companyia de Teatre La Inestable". Quant al nom de la companyia, Jaume Pla ens explica que prové del convenciment de que "duraria quatre dies". Des de La Inestable van organitzar diverses activitats i obres de teatre anuals, en les que participava gent bellaterrenca i que encara ara es duen a terme.

La soprano Montserrat Figueras i Garcia (1942), també és veïna de Bellaterra i un altra de les personalitats guardonades amb la Creu de Sant Jordi. El seu marit, Jo rdi Savall també destaca per ostentar aquesta distinció.

Figueras té un gran prestigi arran de la seva gran tasca per la recuperació de la música antiga. Des la Generalitat han considerat "la seva exigència, sensibilitat i talent artístic que han merescut reconeixement internacional".

A més de ser fundadora del segell discogràfic Alia Vox a gravat més de 50 discos dins un repertori basat en música d'origen llatí i renaixentista, entre d'altres.

Entre altres premis, Figueras ha obtingut guardons internacionals com l'Edison Klassiek i el Grand Prix du Disque, el Gran Premi de la Nova Acadèmia del Disc (1992), el Gran Premi de l'Acadèmia Charles Cros (1993), el títol d'Oficial de l'Ordre Francesa d'Arts i Lletres del govern francès el 2003 i el premi UNESCO artistes per la pau el 2008 juntament amb el seu marit Jordi Savall. L'any 2001 va estar nominada als premis Grammy.

Construccions CERERÓLS
Construïm i reformem a Bellaterra
93 580 39 78 - www.cererols.com
pressupostos sense compromís

Caminada popular

Dissabte 14 de Maig de 2011

Apunta-t'hi!

Envians el teu nom. cognom,DNI i edat a:

Bellamontse2011@gmail.com

Preu:15€ (12€ fent un ingrés anticipat o per a AEiG)

A les 19:00 a la pl.Maragall

Organitza:
Grup Escolta Bellaterra

AGENDA MAIG

14 I 15/ MAIG — **Caminada Polular**
De Bellaterra a Montserrat
Sortida a les 19.00h des de la pl. Maragall
Organitza Grup Escolta Bellaterra

22/MAIG — **Eleccions Municipals**
al Centre Cívic Plaça Maragall, de 9h a 20h

28/MAIG — **Teatre**
a les 17h, al Centre Cívic Plaça Maragall

JUNY

Reunions informatives curs 2011-2012 al Musical

01/JUNY — El musical dels Nens (de 3 a 5 anys) i Suzuki (a partir de 3 anys)
a les 20h al Musical

02/JUNY — Nivell Elemental i Nivell Mig (a partir de 7 anys i adults)
a les 20h al Musical

07/JUNY — Escola de dansa
a les 20h al Musical

07/JUNY — Nadons i Programa Bressol (de 0 a 3 anys)
a les 21h al Musical

GUÍA COMERCIAL BELLATERRA

Axis Gestió Inmobiliaria	93 725 44 33
Estètica Pepa Rosell	617 37 57 65
Miraqueguau	93 580 47 09
Taller de Viatjes	93 592 99 36
Paper's	93 592 10 93
Moda Camden Uab	93 591 02 66
Optica Universitaria Uab	93 594 01 72

RESTAURANTS

Marcs	93 580 85 31
Hostal Sant Pancràs	93 692 20 54
Can Edo	93 580 66 60
Can Lambert	93 592 99 47
Bar D'Klap	93 592 97 52

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

miraqueguau!
Plaça del Pi, 3
08193 Bellaterra
93 580 47 09
sagaysl.miraqueguau@gmail.com
ESPECIALITZATS EN MASCOTES

TALLER DE VIATGES
BELLATERRA
Plaça del Pi, 3
08193 Bellaterra
T: 93 592 99 36
F: 93 692 27 25

TAXIS HONRUBIA. Su taxi en Bellaterra.
* Reserva por correo electrónico
* Servicios concertados.
* Servicios de Aeropuertos.
* Facturación empresas.
* Cobro con tarjeta de Crédito.
639 72 11 11
taxishonrubia@telefonica.net

RESTAURANT CAN EDO
93 580 85 31
93 692 20 54
93 580 66 60
93 592 99 47
93 592 97 52
Josep de Vega, 5
08193 Bellaterra
93 580 66 60
restaurantecanedo@hotmail.com

HOSTAL SANT PANCRÀS
Plaça del Pi, 2
Bellaterra
93 692 20 50

pepa rosell
esteticista
617 37 57 65
HORES CONVINGUDES

El Musical
Ramon Llull, 16
93 580 42 46

Plaça Maragall,3
Bellaterra
93 592 99 47
CAN LAMBERT
PIZZERIA

CAMDEN
l'Autònoma
La botiga de moda jove al Campus de l'Autònoma
Pl. Cívica, Local A-2 UAB
93 591 02 66
Dilluns a divendres de 9:30 a 20:30
Dissabtes de 10:00 a 14:00 i de 17:00 a 20:30

PAPER'S
BELLATERRA
Premsa-Revistes-Papereria-Llibreria
Plaça del Pi, 3 Local 8
93 592 10 93

FGC.Línia S2

FGC. Bellaterra-Barcelona.

SORTIDES. Duració trajecte: 34 mín

05:20	08:18	09:38	13:20	15:32	:30*	20:57
05:47	08:23	09:52	13:32	15:44	:32*	21:09
06:11	08:26	:03*	13:44	15:56	:42*	21:21
06:25	08:35	:18*	13:56	16:08	:44*	21:33
06:45	08:38	:33*	14:06	16:20	:54*	21:56
07:01	08:46	:48*	14:08	16:32	19:32	22:18
07:15	08:50	11:49	14:20	16:42	19:36	22:50
07:26	08:56	12:08	14:32	16:44	19:44	23:26
07:37	09:01	12:24	14:44	:56*	19:56	
07:50	09:08	12:42	14:48	:06*	20:08	00:13*
07:56	09:13	12:56	14:56	:08*	20:20	00:58*
08:01	09:20	13:08	15:08	:18*	20:33	01:38*
08:12	09:26	13:18	15:20	:20*	20:46	

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 mín

05:21	08:44	10:06	14:07	21:46
05:46	08:49	10:25	14:19	22:01
06:16	08:57	:38*	14:31	22:25
06:43	09:03	:53*	14:43	22:51
07:06	09:08	:08*	14:55	23:19
07:24	09:14	:23*	15:07	23:48
07:36	09:19	12:55	:19*	00:19
07:47	09:27	13:07	:31*	
08:01	09:33	13:15	:43*	00:30*
08:12	09:38	13:31	:55*	01:15*
08:20	09:51	13:43	:07*	02:00*
08:33	09:58	13:55	21:31	02:42*

PARADES: Univ. Autònoma - Sant Quirze Sabadell Estació - Sabadell Rambla

* Cada hora
* Divendres i vigílies festius
Horaris extrets de FGC de Maig 2010. Pot haver-hi modificacions.

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

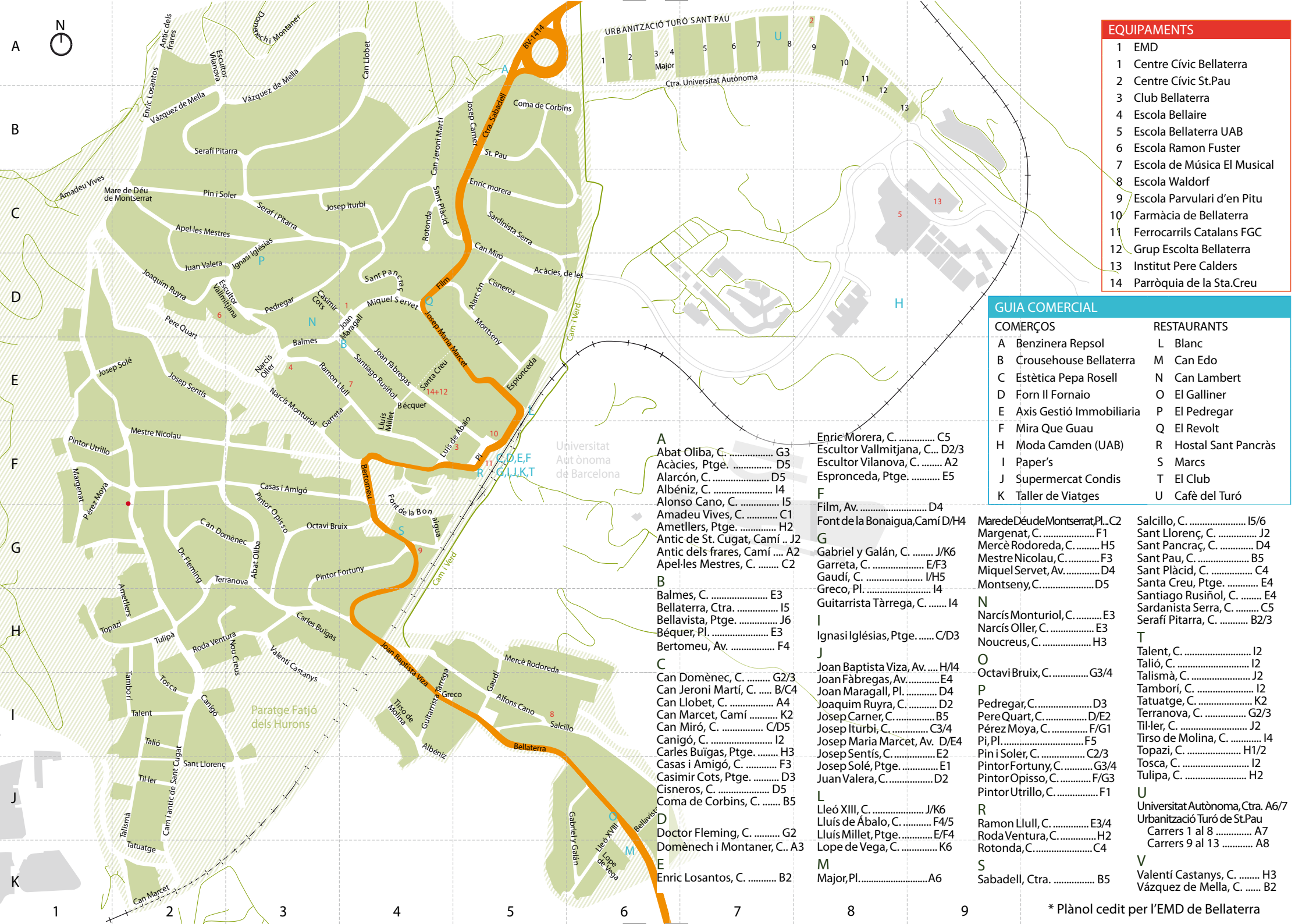
Urbà 2. Bellaterra.

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	Crousehouse Bellaterra	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	El Revolt
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
Carles 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

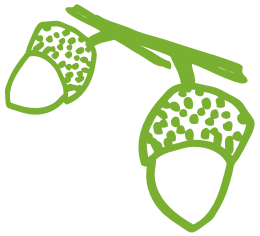
V
Valentí Castanys, C. H3
Vázquez de Mella, C. B2

* Plànol cedit per l'EMD de Bellaterra

tot Bellaterra

EMD BELLATERRA

Oficina d'atenció al Ciutadà 93 518 18 30
Plaça Maragall, 4
www.bellaterra.diba.cat



Telefons de Contacte Bellaterra

URGENCIES

Emergències	112
Ambulàncies Emergències	061
Ambulàncies	93 712 03 03
Ambulancia 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 previa 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
Residencia Geriatrica 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 11-14 hr

SERVEI MUNICIPAL CERDANYOLA -EMD

Atenció Ciutadana Cerdanyola	010
Ajuntament OAC	93 580 88 88
Ateneu	93 580 88 88 ext 870
Arxiu Municipal	94 580 88 88 ext 164
Urbanisme	93 591 41 22
Cultura	93 591 41 33
Universitat Autònoma UAB	93 581 10 00

TELEFONS D'INTERÈS

Aigües Cassa - Avaries	900 878 583
	902 290 280
Fecsa Endesa	900 770 077
	900 858 785
Gas Natural	900 750 750
	902 200 850
Butà	901 100 100
	93 725 62 77
Correus Uab	93 581 14 06
Parróquia de la Santa Creu	93 692 09 71
Deixallèria 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
	93 691 88 69
Taxi Honrubia	639 72 11 11
Taxi Cerdanyola	93 580 27 27
Taxi Mercedes	93 307 07 07
Taxi Sant Cugat	93 589 44 22

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
les 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

La Gran Diferència

FINS QUE S'EXHAUREIXIN LES EXISTÈNCIES

79€ MUNTURA amb VIDRES*
ORGÀNICS / ANTIREFLECTANTS

*Lents monofocals orgàniques 1,5 amb antireflectant en D.65 per lents positives i D.70 per lents negatives. Límit de graduació subjecte al quadre de fabricació del proveïdor.

L'ÒPTICA UNIVERSITÀRIA

UAB Bellaterra - Plaça Cívica,1 - Tel. 93 594 01 72

HORARI: De dilluns a divendres de 9 a 21 h. / Dissabte de 10 a 20 h.

minotgreen

verde sin agua

Gespa artificial d'alta gamma

QUALITY

CON ACABADO DE POLIURETANO

L'alternativa sostenible a la gespa natural

Et fem la vida més fàcil !

www.minotgreen.com

93 583 69 57