

# BARCELONA barri a barri

# Acelobert®

Revista mensual **GRATUÏTA**  
Any IX · núm. 108 · Gener 2017  
[www.acelobert.com](http://www.acelobert.com)



Foto Portada: Àngel Bravo

Entrevista en  
exclusiva

**Marina  
Gatell**

Pàg. 16

**Carta Reis Mags**

Pàg. 13

**Secció**

 **infantil**

Pàg. 10

**Programa Festa  
Major Sant Antoni**

Pàg. 20





# CLÍNICA DENTAL vallespir



Un somriure, la millor targeta de presentació  
*Odontologia familiar i d'excel·lència*

**www.clinicadentalvallespir.com**

C/ Vallespir, 81-85, local 4  
info@dental-vallespir.com

**T. 933 308 846**



**T'esperem**

# coBERTIS

Corredoria d'assegurances

**25 anys d'experiència**

C/ Roger de Llúria, 44 - 5e

08009 BARCELONA

Tel: 934 883 487

barcelona@cobertis.com

**www.cobertis.com**



**Serveis:**

- Empresa
- Autònoms
- particulars
- Rams Tècnics

*Us desitgem  
Bon Any!*

**COBERTIS**  
**Al teu costat!**



# ENTRENA I DIVERTEIX-TE PER 26,90 €/mes

**DUET  
FIT**



Libertat total  
d'horaris



Programes de Fitness  
i assessorament



Més de 200 activitats  
dirigides a la setmana



Vestuaris amb  
dutxes privades



Lunch club + àrea wifi

**BODY PUMP™ / BODY COMBAT™ / CYCLING / ZUMBA® / IOGA / SUSPENSION TRAINING / PILATES / ABDOMINALS ...**



**TOT INCLÒS EN LA QUOTA, SENSE LIMITACIONS**

**DUET  
FIT**  
BRUC

Bruc, 49  
08009 Barcelona  
(cantonada Gran Via)

**DUET  
FIT**  
VIA AUGUSTA

Via Augusta, 17  
08006 Barcelona  
(tocant Avinguda Diagonal)

**DUET  
FIT**  
UNIVERSITAT

Gran Via, 584  
08011 Barcelona  
(tocant a Plaça Universitat)

**DUET  
FIT**  
SAGRADA FAMÍLIA

Mallorca, 508  
08011 Barcelona  
(tocant a 2 de Maig)

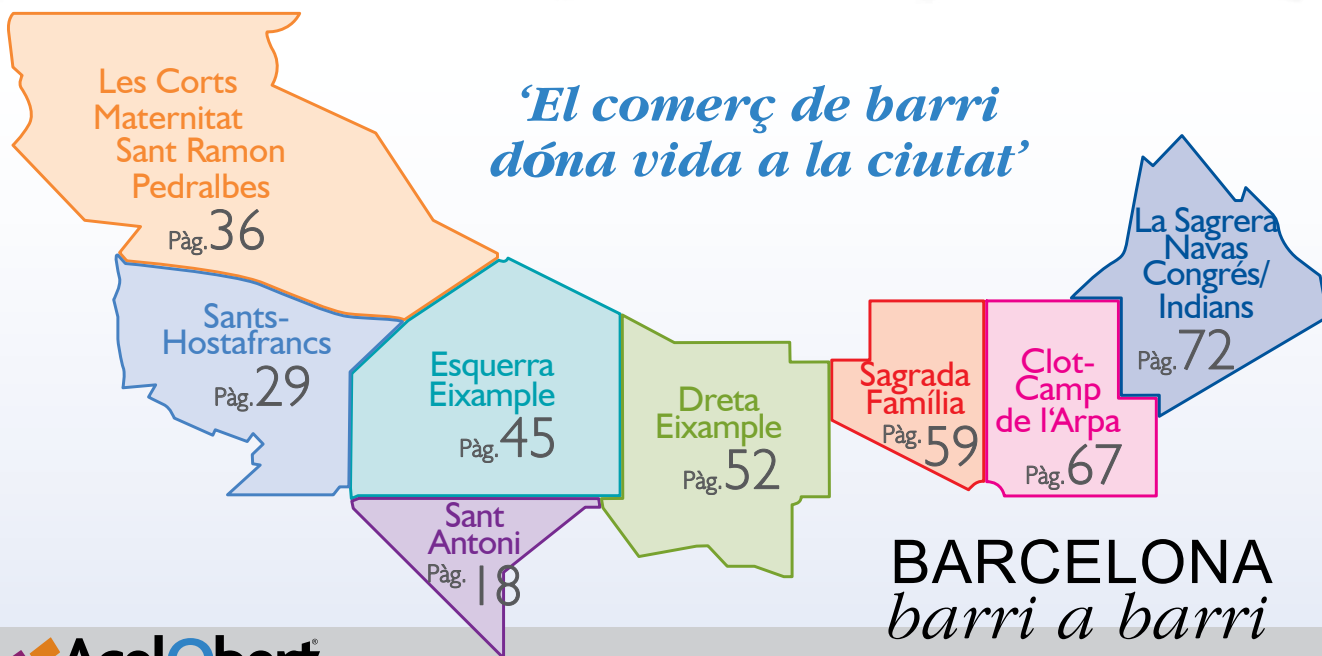
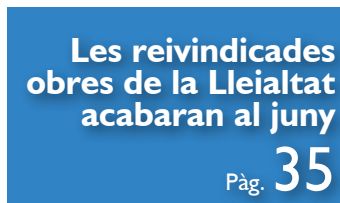
invitació

**Vine i prova'ns!**

Presenta aquest anunci i gaudeix d'un dia sencer a qualsevol Duet Fit  
Vàlid fins el 28 de febrer de 2017 i un únic accés

**WWW.DUETFIT.ES**





STAFF



C/. Indústria, 137-141, entl. 4a, esc. D. • 08025 Barcelona • T. 93 140 10 37 • 605 813 098 • [www.acelobert.com](http://www.acelobert.com) • D.L.: B-4177-2008

• Direcció: Antonia Utrera - [directio@acelobert.com](mailto:directio@acelobert.com) • Disseny Gràfic i maquetació: Imma Mambillas - [disseny@acelobert.com](mailto:disseny@acelobert.com) • Administració: [info@acelobert.com](mailto:info@acelobert.com)  
• Redacció: [redaccio@acelobert.com](mailto:redaccio@acelobert.com) • Col·laboradors: María Jesús Mirón, Àngel Bravo, Century 21, i Vicente Zambrano (imatges de portades de barri),

cedides per l'Ajuntament de Barcelona.

Publicitat: Contactar directament amb el departament comercial. Tel. 93 140 10 37 - 605 813 098 ó [publicitat@acelobert.com](mailto:publicitat@acelobert.com)

ACELOBERT no es fa responsable de les opinions que els seus lectors i col·laboradors exposin a les seves cartes i articles.



Publicació  
associada a: pressenza

**second**  
comprem i venem



**Deixa de fer màgia amb  
els teus diners...**

**Fem "Empeños" d'or,  
smartphones, televisors,  
ordinadors, consoles  
i molt més**



**C/ València, 662-664 ☎ 932 452 099 • [www.secondcompanyshop.com](http://www.secondcompanyshop.com)**

**M L1 L2 Clot • [secondbarcelona@secondcompany.es](mailto:secondbarcelona@secondcompany.es) • H. di-ds 10-13:45/16:45-20:30h**



# Disfruta entrenando y comienza una saludable vida

Si piensas que realizar ejercicio físico es algo sencillo de organizar, planificar y llevar a cabo para encontrar resultados simplemente por moverte un poco o asistir a actividades esporádicamente, siento decirte que te equivocas.

Desde la perspectiva de un profesional del deporte y la salud, la actividad física es cualquier actividad que implique movimiento y conlleve cierto gasto energético. ¿Cuál es la diferencia entonces con el ejercicio físico? Sencillo, el ejercicio físico es algo muy diferente, es la suma de conocimientos teóricos y prácticos orientados de la manera correcta para conseguir determinados objetivos que deben ser optimistas, pero no idílicos. Esos objetivos puedes marcarlos tú como practicante y deportista pero deben estar orientados por un profesional de la actividad física y del deporte.

Ocurre, que en muchas ocasiones nos planteamos unos retos personales y metas que deseamos cumplir con mucho interés pero no son en absoluto alcanzables en el periodo fijado, pueden ser incluso opuestos o simplemente imposibles. Para que ello pueda hacerse realidad, se requiere de una planificación que detalle como primer punto de partida en qué situación se encuentra el deportista; es decir debes tener información de tu estado de salud y nivel de condición física antes de comenzar tu periodo deportivo. Esto con normalidad se trabaja con una valoración inicial en la instalación deportiva y si tus necesidades van más allá del control de los técnicos deportivos en una consulta médica. Cuando tenemos esos datos iniciales comenzaremos a abordar y examinar qué opciones poseemos para realizar un entrenamiento correctamente adaptado a necesidades, supuestos tiempos de desempeño, intereses, pequeños objetivos marcados dentro del periodo, evaluación continua del entrenamiento, etc.

Bien, si ya observamos cómo debe ser la orientación del entrenamiento de manera previa ahora vamos a establecer un plan de acción para conseguir esos objetivos compartidos con nuestro asesor deportivo, para que nos garantice unos resultados óptimos y sobre todo saludables durante todo el periodo de entrenamiento que desempeñemos. En primer lugar, estableceremos unas fechas en las que deseemos ver los resultados obtenidos y con ese objetivo final iremos concretando durante el transcurso del entrenamiento una planificación por objetivos, en esta planificación marcaremos fechas concretas y fijaremos unos objetivos que nos deben motivar y ofrecer seguridad en que lo que estamos realizando es lo correcto.



Es posible, querido deportista que te preguntes *cómo, qué y cuándo*; normal, son dudas que todos mantenemos, por ello, el entrenador y técnico deportivo debe ayudarte a establecer esas fechas, su evaluación, seguimiento y monitoreo. Tú y tu salud prevalecéis siempre sobre los resultados, no olvides que todo aquello que se desea mantener con garantía y calidad lleva su tiempo; un, dos, tres, cuatro...entrena.

Una vez que tenemos ya nuestro programa estructurado y fijado es el momento de ponernos a entrenar con motivación y compromiso, para ello lo mejor es tener un buen calendario de objetivos y consecución de logros, cumplir fechas y asistir al gym. Un buen entrenador es el que se preocupa de que sus clientes obtengan resultados y puedan mejorar cada día con satisfacción y salud.

Realiza ejercicio físico saludable y comprometido.

José Ignacio Hernández - Director Altafit Diagonal  
[altafitgymclub.com](http://altafitgymclub.com)



## SALA DE FITNESS

cardiovascular, tonificación, àmplia zona de pes lliure, entrenament personal...



## ACTIVITATS DIRIGIDES

Gbody, Gbox, zumba, ciclo indoor, gac, balls llatines, pilates, logs...

Vestidors, duxes i guixetes



  
**ALTA FIT**  
GYM CLUB

**ALTA FIT DIAGONAL**

C/ Mallorca, 318  
08037 - Barcelona

[diagonal@altafit.es](mailto:diagonal@altafit.es)

L'ACADÈMIA DE LES CORTS  
IDIOMES · REFORÇ · INFORMÀTICA

**Reforç totes  
les Assignatures**

☎ 93 321 36 59  
www.lacademiadelescorts.com

**Diapasó**  
Centre Musical

**ESCOLA DE MÚSICA  
CLÀSSICA I MODERNA**

Centre Autoritzat  
per Ensenyament **MATRÍCULA OBERTA  
TOT L'ANY**

Roger, 17-19, baixos ☎ 93 490 81 48  
www.diapasocentremusical.com

**la meva**  
AUTOESCOLA

**PERMÍS DE COTXE (B)**  
Amb aquest anunci  
**1 classe gratis**

C/ Vilamarí, 130 ☎ 93 488 50 24  
www.lamevaautoescola.cat

**punt creatiu**

- Cerámica • Tapiz • Restauración
- Pintura • Estampación
- Seda y nuestro Taller Infantil

*Infórmate de los cursos y talleres para todas las edades y adaptados para ti*

Plaça Osca, 1-3 ☎ 932 967 662  
www.puntcreatiu.com

# Nous propòsits pel 2017

Donem la benvinguda al nou any,  
desitjant que sigui un any venturós i pròsper per a tots!



Sempre que tanquem un cicle se'ns desperta la necessitat de fer balanç de mirar enrere i valorar tot el que ha passat durant l'any que acomiadem. És un moment de síntesi i de renovació, de neteja, de prendre decisions, de llançar tot allò que no volem a la nostra vida, però també d'obrir-nos al que és nou, obrir-nos a noves possibilitats. Posem la mirada cap al futur i ens preguntem com volem estar, quines coses volem incorporar en la nostra vida.

Temps per canviar o millorar coses del nostre dia a dia. Temps per decidir-nos per una vida més saludable, deixar de fumar, incorporar nous hàbits alimentaris o esportius. Però també temps per incorporar o enfortir intangibles, com és passar temps amb la família, els amics, amb un mateix, començar estudis nous o fer activitats creatives, artístiques o lúdiques, coses que ens fan feliços, i ens omplen d'alegria el cor.



## CENTRO DE TERAPIAS INTERNACIONAL

Enero 2017 Inicio de la Formación en  
**"TERAPIA HUMANISTA INTEGRADA"** (Diploma)  
Dirigido por Carme Tuset · [www.terapiaintegrativa.eu](http://www.terapiaintegrativa.eu)  
Inscripciones: [info@terapiaintegrativa.eu](mailto:info@terapiaintegrativa.eu) · Tel. 625 168 265

Charla -Taller gratuito:  
**"LA OSTEOPATÍA EN LO COTIDIANO"**  
A cargo de: Julien Alba · [www.osteobarcelone.com](http://www.osteobarcelone.com)  
Tel. 617 249 086



C/ Enric Granados, 111 - 1º 2ª ☎ 93 250 41 18 ☎ 696 393 329  
[centrodeterapiasinternacional@gmail.com](mailto:centrodeterapiasinternacional@gmail.com) · [www.centrodeterapiasinternacional.com](http://www.centrodeterapiasinternacional.com)



# Especial Formació

Us proposem algunes idees que us ajudaran a fer aquesta valoració:

Fer una pluja d'idees i escriure un llista, tenint en compte que tenim tot un any per endavant, fer plantejaments per tant, no massa ambiciosos que després no acabariem duent a terme. Per això és essencial pensar en objectius a curt termini, sent conscients de la nostra situació i de les nostres limitacions.

Hi ha intangibles que són molt difícils de quantificar. Demostro suficientment l'amor que sento per la meua família i els meus amics? Em sento a gust i content amb mi mateix? Si detectem que la resposta a aquestes i altres preguntes no ens satisfà, alguna cosa hem de canviar. Potser plantejar-nos aquestes qüestions més sovint, i no només un cop l'any, ens pot ajudar a dur a terme accions per fer aquests canvis.

Millorar la nostra situació laboral o augmentar els nostres coneixements també acostumen a ser propòsits habituals pel nou any. En aquest sentit, hi ha un ampli ventall d'ofertes de formació adaptades a les nostres necessitats i interessos.

Per últim, analitzar el nostre estat físic també és un punt important. Una petita variació en la nostra dieta, modificar progressivament algun mal



costum (com ara anar a dormir més d'hora) o incloure una mica d'exercici en el nostre dia a dia ens pot ajudar a millorar el nostre estat físic. Per tal de determinar accions concretes hem de tenir en compte les activitats que ens agraden, perquè si fem exercici alhora que gaudim això ens permetrà mantenir la constància.

Per tant, siguem realistes amb els nostres propòsits de cara al nou any i siguem constants en la seva pràctica. Aprofitem l'inici d'un nou any per començar a renovar-nos i apropar-nos a totes aquelles coses que veritablement necessitem i que poden fer-nos més feliços en el nostre dia a dia.



HOLMES PLACE

FITNESS | WELLNESS | SPA

## EL TEU PROPÒSIT D'ANY NOU.

ACONSEGUEIX-LO A  
[WWW.HOLMESPLACE.ES](http://WWW.HOLMESPLACE.ES)

*Condicions especials d'inscripció*  
ABANS DEL 25 DE GENER.

**HOLMES PLACE LES CORTS**  
Trav. de Les Corts, 252, Barcelona  
93 363 29 92  
[info.lescorts@holmesplace.es](mailto:info.lescorts@holmesplace.es)

Ajuntament de  
Barcelona



# Nada Yoga, el yoga del sonido

La palabra sánscrita NADA, se suele traducir como vibración sonora. Toda vibración, produce un sonido. Hablar del NADA, es hablar del sonido eterno, el sonido divino que está presente en toda la creación y que también es sinónimo de silencio, vacío o absoluto.

Muchas tradiciones, incluida la nuestra, creen que el universo ha evolucionado a partir del sonido, y en la tradición del Yoga, también. La primera gran vibración cósmica, tuvo lugar con el Big-Bang, la gran explosión a partir de la cual el universo se expandió y continúa expandiéndose. Si contemplamos esta expansión como vibración y la vibración como sonido, podemos afirmar que el universo ha evolucionado a partir del sonido.

Detrás de la aparente solidez de la materia, incluido nuestro cuerpo, existe un campo vibratorio de energía muy completo que sostiene la vida material. Los Yoguis de la India lo descubrieron hace miles de años, mientras que la ciencia occidental lo ha descubierto recientemente, que en el interior de la materia aparentemente tan sólida, hay energía vibrando. Esta energía que vibra, produce sonido; donde hay vibración hay sonido y viceversa.

Las prácticas de Nada Yoga, nos preparan y afinan para poder gradualmente escuchar el Nada, el sonido original, el patrón sonoro de donde surge toda la creación incluyendo cada uno de nosotros.

El Nada Yoga, es un sistema muy antiguo, originario de los Tantras, que usa el sonido como una herramienta muy útil para alterar de una forma positiva la frecuencia vibratoria de nuestro cuerpo-mente.

La práctica de Nada Yoga, es una práctica de meditación sonora, que crea equilibrio en las diferentes áreas del cuerpo, ya que comenzarán a vibrar los músculos, órganos, tejidos, aportándonos salud, ayudando a despertar áreas dormidas del cerebro. Aporta equilibrio emocional, estimula y armoniza el funcionamiento de los chakras, aumenta la creatividad, la memoria, la capacidad de atención y concentración y ayuda a sentirnos más plenos y felices.

Nada Yoga es un sistema diferente que puede practicarlo cualquier persona sin que sea necesario tener conocimientos musicales ni tener buena voz.

Pablo Blanc  
www.camidellum.es



# L'art en l'educació

Arreu de diferents països, sobretot europeus, està ben assimilada la importància que tenen les arts en l'aprenentatge i el creixement intel·lectual i personal dels infants. Si bé en els darrers anys aquesta idea ha anat guanyant terreny en el nostre territori, encara queda molta feina per fer.



vegades la única via per treballar aquestes arts és fer-ho fora de l'horari lectiu dels nens. Tot i això, tant la demanda de les famílies, com l'àmplia oferta que hi ha són una mostra de què mica en mica som conscients dels aspectes positius que implica practicar altres arts com la música, la dansa o el teatre.

Així doncs, la música, moltes vegades desplaçada a un segon pla en l'àmbit escolar, aporta innumerables beneficis, sobretot si es comença a practicar des de ben petit. D'una banda, permet el complet desenvolupament intel·lectual de l'infant. De l'altra, afavoreix la capacitat de memòria, la concentració i l'atenció, així com la coordinació. La pràctica d'aquest art millora les habilitats comunicatives i tot plegat repercuteix positivament en la resta d'assignatures i en la vida personal.

Dintre de l'ensenyament de la música s'inclou la pràctica de la dansa. Aquesta activitat posa a tots els nens al mateix nivell, ja que no necessiten coneixements previs, perquè només s'utilitza el propi cos. La dansa també permet treballar el ritme i la coordinació a partir del moviment. Aquesta, al igual que altres activitats, és una bona eina per fomentar la socialització, ja que permet establir vincles diferents als de l'escola.

Finalment, un altre complement als llibres de text pot ser la pràctica del teatre. La dramatització, a més de l'autoconeixement del cos, com també implica la música i la dansa, afavoreix l'autoconfiança i aporta més autonomia. En aquest punt, és una bona eina per superar la timidesa i perdre la por a parlar en públic. Amb aquest art també es desenvolupa l'empatia, en la mesura que el nen es posa en el lloc d'una altra persona.

Tenint present els beneficis que suposen aquestes i altres arts, és important fomentar la seva pràctica entre els més menuts. Iniciar-los ben aviat en aquestes pràctiques els comportarà beneficis personals i, a la vegada, repercutirà positivament a la nostra societat.



**Tu espacio para la practica de Yoga**

Centre de ioga i teràpies naturals  
**CAMÍ DE LLUM**

**Te invitamos a probar GRATIS todas las clases que quieras, durante una semana**

- Yoga físico • Yoga mental
- Yoga del sonido • Yoga integral

**Alpens, 20 ☎ 934 228 915**

[www.camidellum.es](http://www.camidellum.es)





## CUENTAME UN CUENTO

**En Enero se inicia el curso de confección de AMIGURUMIS, y por su gran acogida se prolonga el taller de muñecas**

Las clases de patchwork, punto, frivolite, punto de cruz, etc., continuaran con el mismo horario.

Travessera de les Corts, 29 ☎ 93 252 68 70 • 08028 Barcelona • magdetasi@gmail.com  
 Blog: magdetaformigueta.blogspot.com  www.facebook.com/magdetapatchworkimes

# PC **ABIERTO AL MEDIODÍA**

## instant

De Lunes a Sábado  
de 9 a 20:30 h.

## INFORMÁTICA-REPARACIÓN Y VENTA

Llévate tu funda  
de **REGALO**

Con un consumo mínimo de 19€  
(venta o reparación)



✓ Más de 4000 fundas de  
móviles en exposición



¿Qué le pasa a  
mi PC y cuanto  
me costará?

C. Comercial Encants Nous C/ Enamorats, 85 · local A5

☎ **93 53 092 53**



secció  
infantil



Especial reis



# Els Reis Mags d'Orient arriben a Barcelona

*Les portes de la il·lusió ja estan obertes per a LL. MM. Melcior, Gaspar i Baltasar, els Reis Mags d'Orient per a una nit màgica que esperen tots els nens i nenes de la ciutat.*

## Cavalcada • Central

16.30 h Arribaran al Moll de la Fusta  
18.00 h Av. Marquès de l'Argentera  
18.10 h Pla de Palau  
18.15 h Pg. Isabel II  
18.25 h Via Laietana  
19.00 h Pl. Urquinaona  
19.05 h Fontanella  
19.10 h Pl. Catalunya  
19.25 h Pl. Universitat  
19.35 h Rda. Sant Antoni  
19.45 h Sepúlveda  
20.25 h Av. Paral·lel  
20.35 h Pl. Espanya  
20.45 h Av. Reina Maria Cristina

## Cavalcada • Poble - Les Corts

17 h: Rebuda dels Reis a la Pl. Comas  
**Recorregut a les 18 h:** Pl. Comas, Joan Güell, Trav. de les Corts, Vallespir, Pg. Sant Antoni, Galileu, Can Bruixa, Joan Güell i Jardins de Can Mantega

## Cavalcada • Clot • Navas • Camp de l'Arpa

18.45 h. Pl. Ferran Reyes, Freser, Navas de Tolosa, Ripollès, Muntanya, Mallorca, Dos de Maig, València, Rogent, Aragó i Clot.

## Cavalcada • Sant Andreu i La Sagrera

**Recorregut a les 18 h:** Passeig Torras i Bages, carrer de Palomar, Gran de Sant Andreu, Gran de la Sagrera i Plaça Massana

## Cavalcada • Congrés i els Indians

**Recorregut a les 18 h:** Manigua, Alexandre Galí, Ramon Albó, Felip I I, Jordi Sant Jordi, Campo Florido, Matanzas, Garcilaso, Puerto Príncipe, Pl. Congrés, Cardenal Tedeschini i adoració de S.S.M.M. els Reis d'Orient al nen Jesús

## Cavalcada • Sant Gervasi

18 h. Instal·lació dels trons dels Reis a la plaça Bonanova. **Recorregut:** Pl. Bonanova, Muntaner, Marià Cubí, Amigó, Mercat de Galvany



## Cavalcada • Sarrià

**Recorregut a les 19 h:** Escola de les Salesianes (Sant Joan Bosco), Manuel de Falla, Benet i Mateu, Pl. Artós, Major de Sarrià, pl. Consell de la Vila, Pl. Sarrià, Major de Sarrià i Pg. de Santa Eulàlia (Desert de Sarrià).

## Cavalcada • Carteres Reials Gràcia

**Dimecres 4 de gener**  
**Recorregut a les 18 h:** Jardinets de Gràcia, Gran de Gràcia, Travessera de Gràcia, Sardanya, St. Antoni Maria Claret, Tordera, Milà i Fontanals, Puigmartí, Torrent de l'Olla, Diluvi i Pl. de la Vila.



CENTRE CANÍ  
**CÒRSEGA**  
BARCELONA

- Venda de cadells, complements i alimentació
- Consulta veterinària • Schnauzer

**C/ Còrsega, 357 ☎ 93 458 00 77**  
**www.centrecanicorsega.com**

*El teu millor amic,  
company inseparable  
de joc!*

*aniversari*  
**30 anys**



Feliç Cavalcada





# La importancia de las emociones en la infancia



Las emociones se encuentran en cada una de las actividades de nuestro día a día. Tienen un papel fundamental en como afrontamos éstas e incluso en el aprendizaje de nuevas actividades y conocimientos. En función de que emoción experimentamos en cada situación, asociaremos ese acontecimiento o ese nuevo conocimiento con algo positivo o negativo. Por lo que saber gestionar las emociones a la hora de ponernos a aprender algo nuevo (para un examen, una exposición, etc.), será fundamental para que este conocimiento quede consolidado y pueda ser recordado fácilmente.

Muchas veces vemos a nuestros hijos sumergidos en una emoción (tristeza, rabia, miedo) y lo que más nos gustaría es poder ayudarles a que se sintieran mejor. Debemos ser conscientes de que no podemos evitar el dolor a nuestros hijos, pero sí podemos enseñarles a conocer el amplio abanico de emociones y como gestionarlás, de manera que se sientan menos invadidos por ellas y que además puedan sacar un aprendizaje de la situación con la que han sentido malestar.

Por otra parte, los niños muchas veces no entienden lo que les ocurre, por ello pueden mostrar un malestar emocional a través de un mal comportamiento, falta de concentración, timidez, susceptibilidad o inquietud. Es importante estar atentos a este tipo de señales que los adultos a veces interpretamos como mala educación o rebeldía y que pueden estar mostrando, no de la mejor manera, un sufrimiento emocional.

Aquí os dejamos algunas herramientas que pueden servir para potenciar el desarrollo de la inteligencia emocional en nuestros hijos: 1. Aceptar sus emociones y ayudarles a ponerles nombre (ejemplo; se te ve triste ¿me equivoco? o parece que te sientes triste o tengo la sensación de que tienes miedo, etc.). Es importante evitar frases como; no llores que no pasa nada, no te enfades que ya se te olvidará, siempre te pasa lo mismo, etc. 2. Podemos usar el dibujo o el relato de historias para expresar algo que les ha ocurrido (incluso se puede contar la historia en tercera persona). 3. Intentar dedicar alrededor de 10 minutos de tiempo al día en el que únicamente estamos para él o ella (contar un cuento juntos, cocinar, jugar en el parque) y aprovechar para hacer alguna pregunta concreta, como por ejemplo; ¿Qué es lo que más te ha gustado del día de hoy? ¿Y lo que menos?

Para acabar, nos gustaría recordar que las emociones son una parte positiva de la vida, por las que recordamos un viaje, un abrazo, una canción, etc. Y para tener estas sensaciones tan agradables a veces también sentimos emociones menos agradables, así que nada mejor que aprender a gestionarlás de manera eficaz.

Saray Pilar Royo  
www.emotionsinmotion.es



## NictonPLUS

Fuentes de agua

- Lloguer de fonts d'aigua per a empreses
- Osmosis i descalcificadors per a la llar de baix consum
- Manteniment totes les marques
- Directe de fàbrica

### La millor aigua per el teu nadó



**Osmosis domèstica BLUE**

**CONSULTI LES NOSTRES PROMOCIONS**

Ronda General Mitre, 231 (Lesseps) · **Tel. 93 418 15 68**  
 comercial@nictionplus.com · 08023 Barcelona  
[www.nictionplus.com](http://www.nictionplus.com)



## Emotions in motion

**POTENCIANDO CAPACIDADES**

- Programa de inteligencia emocional
- Para niños de 4 a 11 años
- Le enseñamos a identificar sus propias emociones y mejorar su autoestima



C/ Enrique Granados, 111 · 1º 2º  
 ☎ **633 17 44 55**  
[www.emotionsinmotion.es](http://www.emotionsinmotion.es)



**farmàcia** Ja tenim 

## fiol



Bon Any!!

- ✦ Canastretes Nadons
- ✦ Complementes
- ✦ Estoigs de colònies per a nadons & mames (Anne Geddes)
- ✦ Llet corporal nadons pell atòpica

Carrer de Casanova, 140 ☎ **934 53 74 61** 📍 Hospital Clínic 

# Donar joc i deixar jugar



Un nen es troba un pal i... probablement en aquell moment sorgeixi el joc. És màgic. Passa com amb l'art, tots sabem que és però és de difícil definició. Llavors el que fem és classificar-ho.

Joc funcional o sensori-motriu. El bebè des dels primers mesos experimenta plaer al repetir les coses una vegada i una altra. Si has jugat alguna vegada amb un bebè a amagar-te saps que com més cops ho repeteixis més gràcia té. Sense final. Aquest tipus de joc, que permetrà al nadó entrar en contacte amb el món que l'envolta, el mantindrà durant força temps i si no el fixeu-vos en els adolescents repetint una vegada i una altra el mateix moviment amb un monopati.

Joc simbòlic. Els nens a partir dels dos anys són capaços de representar coses que no hi són. Aprofiten aquest do tant per deixar-se emportar per la seva imaginació a mons de fantasia, com per aprendre les regles del món on els ha tocat viure mitjançant els jocs d'imitació. Una capsa és pot conduir com el cotxe de la mami o com una nau espacial interestel·lar.

Joc de regles. Cap als cinc anys, el pensament va agafant més importància en la vida del nen. Aquests tipus de joc es basen en unes normes i rols acceptats prèviament i afavoreixen la capacitat de raonar, la memòria i sobretot, ajuden a la socialització de l'infant. Els jocs de taula i els esports són alguns exemples.

Hem d'entendre el joc no com una activitat inútil que fan els nens per a no estar quietes. El joc en cada moment té la seva funció i nosaltres els adults no ens podem quedar de braços plegats, sinó que hem d'ajudar-los a trobar un joc. Un cop encesa la guspira, si volem podem apartar-nos i, això a mi m'encanta, observar com juguen.

Loren Tresserra  
www.el-cau.cat



# Quina joguina escollim per Reis?



Un altre dia de feina ha finalitzat i arribo a casa. Obro la bústia amb ànim de recollir el de sempre: factures i notificacions del banc. Però, oh sorpresa! Avui es troben submergides sota un munt de catàlegs de joguines. Què és això? Pujo l'escala i entro a casa. Els nens hi són al davant de la televisió. I entre dibuix animat i dibuix animat, anuncis de nines que parlen, mascotes-robot, camions que es transformen en terribles monstres, tot amb moltes llums i sorollets. Ah! I anuncis de colònies, per senyors musculats i senyorettes de treure el singlot.

És clar!, que venen els Reis de l'Orient! Ha arribat el temut moment de posar-nos les piles i organitzar el nostre temps si no volem patir l'estrès de les compres d'últim moment, just quan el que volien els nostres fills s'ha esgotat en un radi de 100 quilòmetres a la rodona.

Els nens s'han portat tots tan bé que cap d'ells pensa que mereix carbó, i ens bombardegen amb tot el que han vist a la tele i als catàlegs: gats i gossos que es belluguen sols, miolant i bordant; nines que parlen sense parar; cotxes que fan salts inversemblants... joguines que no deixen espai als nens per la imaginació, que els converteixen en subjectes passius.

De vegades el millor és tornar a la simplicitat. Unes làmines de fusta per apilar i construir tot allò que ens vingui al cap. Això és Kapla, una joguina de construcció increïble. Estimula la imaginació i la creativitat, l'habilitat, l'equilibri. I es poden fer des de construccions senzilles fins a veritables obres d'enginyeria. O els divertits blocs de construcció de tobogans de bales de Varis, una altra joguina de fusta que permetrà desenvolupar la creativitat i la lògica dels petits i no tan petits constructors.

Ara és el moment de decidir amb que sorprendrem els nostres fills, nebots i amics.

Alfred Garcia Demestres  
www.jugarxjugar.com



Més que una botiga de jocs  
Av. Gaudi, 39 - www.jugarxjugar.com



Estimats Reis  
Mags d'Orient



Signat



*Os. Mm. Melior, Gyapar i Baltasar  
Reis Mays d'Uient*



*Nom.....*

*Edat.....*

*Visc a.....*





**Troba el  
teu regal  
per als**

**Reis  
Mags**



**Valencia, 518  
BARCELONA  
T. 931 863 857**

Horario: De martes a sábado de 10 a 13:30h. y de 16:30 a 20h.  
Agrégate Reina Bcn Dance

**Calzado y vestuario de baile**

- Alta joieria i argenteria
- Relotgeria • Marroquineria
- Prêt à Porter
- Taller propi i dissenys a mida

C/ Evarits Arnús, 1-3  
Telf./Fax 93 222 76 93  
[www.yemanya.com](http://www.yemanya.com)

- Vestidos de fiesta
- Grandes descuentos en novias
- Complementos

C/ Rosselló, 398 931 125 560

**SANT PAU**  
*Joieria - Relotgeria*

**Dos de Maig, 311 · T. 93 347 61 65**

**Presenta en exclusiva su nueva línea de jeans de estilo colombiano que estiliza la figura con efecto *PUSH UP***

**Cinco tallas y siete colores diferentes**

- Calzado de mujer
- Ropa de hombre y mujer
- Accesorios y complementos

C/Rosselló, 310 93 528 50 30  
[www.maiteboutique.com](http://www.maiteboutique.com) · Venta online

**Art & Disseny**  
Sonia Soler i Bonany

- Complementos i joies de disseny
- Bijuteria: anells, arracades i collarets
- Canvi de piles i corretges de rellotges

C/ Mallorca, 157  
Mercat del Ninot, parada exterior 26  
 607 834 632

# Marina Gatell

“Arrel de “Pa Negre” i de “Terra Baixa” vaig acabar vivint enmig del bosc amb un nuvi pastor que tenia”

Marina Gatell (Sabadell, 11 de juliol del 1979) és una actriu que mai ha decidit que volia dedicar-se al món de la interpretació, sinó que tot li ha anat sortint d'una manera “molt natural”. Va començar fent teatre amateur al carrer a Monistrol de Calders, on passava els caps de setmana i els estius. Actualment està engrescada en l'obra de teatre “Sota teràpia”, en la sèrie de TV3 “La Riera” i com ella mateixa diu, té “el cor ocupat” en un llarg que fa molt temps que està preparant.



---

*“Estar davant de càmeres, per un cantó era el que més desitjava i per l'altre, el que més pànic em feia. I de fet segueix sent una mica així”*

---

**De petita passaves molt temps entre Sabadell i Monistrol de Calders.** Vaig néixer a Sabadell, quan era petita vivíem allà i els caps de setmana i els estius anàvem a Monistrol de Calders. Monistrol significava per a mi la colla, la muntanya, el bosc i les cabanes. M'agradaven molt els estius perquè la meua família té una botiga de petards a Sabadell i era una època de l'any en què tota la família veníem petards, i de fet encara hi ajudo quan puc. I també a l'estiu, a Monistrol fèiem teatre amateur al carrer dirigit per la meua mare, i em va agafar el cuquet.

**En aquell moment ja et vas interessar pel món de la interpretació.**

A l'escola escrivia obres de teatre, les dirigia i les interpretava. No és que fos el meu objectiu dedicar-me a això, sinó que em sortia molt natural, feia el que m'anava demanant el cos. Més tard, vaig venir a estudiar a l'institut a Barcelona, i ja a segon de BUP vaig buscar una escola d'interpretació, la Nancy Tuñón, i em va anar sortint feina.

**Com vas aconseguir la teua primera feina en aquest món?**

Vaig fer un càsting a l'Escola de Teatre. És graciós perquè era per a un musical i jo no canto ni ballo però em van agafar. Era un projecte del Versus Teatre, i l'obra era “El somni d'una nit d'estiu”. La tercera setmana d'assajos em va venir el director tot desesperat i jo pensava que em fotien fora, cosa que hagués entès, però em va dir que no, que havia trobat una solució al meu problema, i era que passarien totes les meves cançons a rap. Llavors tots cantàvem líric i jo era la rapera de l'obra.

**Des de petita et feien molta por les càmeres.**

Sí, de fet totes les fotos que tinc de petita són plorant, no sé com era jo sense plorar. Llavors em vaig voler apuntar a càstings i vaig començar a fer feines de model, sobretot per estar davant de càmeres, perquè per un cantó era el que més desitjava i per l'altre, el que més pànic em feia. I de fet segueix sent una mica així.



Durant la teva carrera has estat molt lligada a TV3, on has participat en diferents sèries i on ara també participes a "La Riera", i també has fet sèries a nivell nacional com "Lalola".

Jo no trio on vull treballar. Si m'agafen a una sèrie allà vaig a fer-la i si m'agafen aquí, doncs aquí. Ara fa temps que no faig sèries a Madrid. Quan vaig fer "Lalola" a Antena 3, vaig tenir un any amb un volum de feina molt bèstia, amb 20 seqüències per dia. Només tenia temps per descansar tres hores, així que quan vaig acabar de fer-la vaig necessitar repòs. Després m'he quedat per aquí i m'han anat sortint feines, i ara estic engrescada en fer més coses de direcció.



***"D'alguna manera tot és estimar, tenir conflictes, decidir i intentar fer-ho bé a la vida"***

**Et va resultar difícil ficar-te a la pell d'un home a "Lalola"?**

Va ser una feina, però com m'agraden molt els homes, els vaig estar observant (riu). M'enrecordo que un dia d'assajos vaig somiar que tenia penis i vaig pensar: "Això va bé". Era molt curiós perquè em va canviar la manera de mirar les dones. Aquesta és una de les coses maques que vaig treure d'aquell personatge, posar-me a l'altre cantó. És molt interessant, jo crec que és un exercici que l'hauria de fer tothom durant un temps.

**Al cinema, una de les pel·lícules on has treballat és a "Pa Negre", guanyadora de nou premis Goya.**

Vaig rodar-la després de "Lalola". Va ser molt xulo, amb l'Agustí Villaronga (escriptor i director de la pel·lícula) és un gust treballar sempre. És molt curiós perquè de cop et demana un petit canvi que potser és d'un mil·límetre, potser tens la mà aquí i diu que la posis allà, i aquest petit gest t'envaeix de cop en la realitat i et canvia tot. És un home molt perceptiu. I després va canviar la meua vida perquè arrel d'allà i de "Terra Baixa", que les dues coses eren rurals, vaig acabar vivint enmig del bosc amb un nuvi pastor que tenia, i no vaig voler saber res del món de la interpretació durant un temps; m'agrada fer canvis.

**Què t'agrada més fer: televisió, cinema o teatre?**

Realment són com oficis diferents però m'agraden els tres. La televisió per la immediatesa. Això de "ara i aquí" i de tenir només la possibilitat de gravar una o dues tomes et posa en realitat. Això no ho té el cinema, però té una dificultat molt més gran que és mantenir això durant molt temps perquè potser graves una escena en tot el dia des d'aquí i des d'allà, i fas molts salts, ja que passes constantment del principi al final de la història. Realment entenc per què el cinema està més respectat, és una feina molt complicada. I al teatre m'agrada el fet de mantenir la frescor, tot i que és complicat per la repetició. A les tres feines l'essència és mantenir allò que està preparat com si fos el context i com si estigués passant en aquell moment. La dificultat als tres casos és arribar a aquest punt d'autenticitat.

**De tots els personatges que has interpretat, amb quin t'has sentit més identificada?**

Amb tots, tots tenen part de tu, i d'alguna manera els aprofites per fer com una mena de catarsi de coses que potser a la teua vida t'han quedat clavades. Per exemple, m'hagués encantat ser la Carme de "Majoria Absoluta", tot i que ho vaig ser durant quatre anys. Amb la Marta de "Terra Baixa" vaig fer molt exorcisme, i ara amb la Carla a "Sota Teràpia" hi ha coses que desgraciadament entenc molt bé. Som éssers humans, d'alguna manera tot és estimar, tenir conflictes, decidir i intentar fer-ho bé a la vida. Més o menys ens passen a tots les mateixes coses, no?

**Fins el 5 de febrer et podem veure al Teatre Borràs de Barcelona amb "Sota teràpia", una comèdia on els protagonistes sou tres parelles convocades a una sessió terapèutica.**

Els sis personatges estem constantment en escena. Tenim sis realitats diferents amb les que amb una o altra segur que el públic se sent identificat. Som tres parelles que per separat ja fem teràpia i d'entrada ja estem predisposats a fer aquest viatge emocional i intern que estem indagant i buscant. I de cop l'Antònia, que és la terapeuta, ens plantifica a tots, ella marxa, no hi és i ens trobem uns sobres amb unes instruccions que hem d'anar seguint perquè aflorin certes coses i opinar els uns dels altres. És una centrifugadora emocional, on tots opinem sobre la vida dels altres. Passen moltes coses i al final passa una de molt grossa que fa que totes es col·loquin al seu lloc i es generi molt debat. És una obra que no deixa indiferent en absolut i que fa molt riure.

**Com és el teu personatge, la Carla?**

A l'obra, el Francesc Ferrer, que fa d'Esteve, és la meua parella. Portem tres anys junts i estem molt enamorats, ens divertim, i es veu que som companys però que tenim coses amagades. Si tot és aparentment tant bonic, no ho és tant en realitat. També hi ha una altra parella que és aparentment una merda però se segueixen suportant després de 20 anys, i una altra que sembla més convencional i tela marinera...

**Tens algun repte a nivell professional?**

Quan vaig anar a viure enmig del bosc, amb tot el poble de Monistrol de Calders vam fer un teaser, un extracte del guió d'un llarg que fa molt temps que estic preparant. Va anar prou bé, però com a curt només l'hem presentat al Festival Short Film Corner de Cannes i a Sitges perquè en realitat és una eina de treball. Ara estic treballant per tirar endavant el llarg, i això és en el que tinc el cor més ocupat ara.

**Si no t'haguessis dedicat al món de la interpretació, què t'hagués agradat fer?**

M'agrada molt la física i de vegades m'apunto a cursos de la Universitat. Però jo de petita volia ser-ho tot, i al final vaig ser actriu i ja ho sóc tot. Per exemple, volia ser oculista, agafava fotografies d'ulls i em quedava observant un punt, no sé encara per què. Però bé, la veritat és que m'apassiona tot el relacionat amb el món de l'art.

**Què li demanes al 2017?**

Que el dia tingui més hores, poder tirar endavant el meu llarg i seguir fascinant-me per la vida.

María Jesús Mirón

Vídeo de l'entrevista a: [www.ancelobert.com](http://www.ancelobert.com)



**PRIMERAS  
MARCAS A  
¡¡PRECIOS  
BAJOS!!**

Av. Paralelo, 186  
TIENDA OUTLET



**93 013 09 73**

 **644 086 702**

*Horario:*

de 10 a 14h y 17 a 20h.

*De martes a domingo*

# Barri de *Sant Antoni*

ES  
TASTET  
de Sant Antoni

Celebra la  
Festa Major  
amb nosaltres!!

{ Esmorzar, dinars i sopars  
Botiga de productes  
d'allò més bo }

C/ Comte Borrell, 72

☎ 934 23 59 96

 [estastetbcn](#)

Es Taste  
estastet





# Barri *Sant Antoni*



Foto: Vicente Zambrano

• 1976 •  
*CALDERON*  
PASTISSERIA

*Els millors tortells tradicionals del barri*

C/Sepúlveda, 83 · Tel. 934 237 676



*Obrim tota la nit  
del 5 de gener*



# Programa Festa Major Sant Antoni'17

Del 13 al 22 de gener

## Divendres 13 de gener

**17'30 h i 18 h Banda sonora urbana**  
Espectacle interactiu per a públic familiar

Lloc: Centre Cívic Golferichs

**18'30 h Inauguració de l'exposició Fem Companyia – 10 anys**

Amb escenes de microteatre, a càrrec de Fem Companyia, taller de creació i pràctica escènica del CC Cotxeres Borrell

Lloc: Biblioteca Sant Antoni – Joan Oliver

**18'30 h Correbars amb monòlegs**  
Inici: Ateneu Layret

Activitat per a majors de 18 anys

**19 h Inauguració de la XIII Mostra de Pintura de l'Escola d'Adults Pere Calders**

Lloc: CC Cotxeres Borrell

**20 h Undershadows - Rap a l'envelat**

Lloc: Envelat

Preu: 4 €. Aforament limitat

**21 h Totiferra**

Lloc: Marqués de Campo Sagrada/Viladomat

**22 h Espectacle: Teatro de lo Infame**

A càrrec de Carlo-Mò & Mr. Di

Lloc: Espai Escènic Tísner - CC Cotxeres Borrell

Reserva d'entrades a partir del 6 de gener al tel. 93 324 83 50. Aforament limitat.

## Dissabte 14 de gener

**De 9'30 a 14'30 h XIII Trobada d'Intercanvi de Plaques de Cava de la Festa Major de Sant Antoni**  
Es posarà a la venda una ampolla commemorativa de cava de tiratge amb placa de plata envellida al preu de 15 €

Lloc: Comte d'Urgell, entre Tamarit i Floridablanca

**De 10 a 13'30 h 8a Trobada de col·leccionisme de la Festa Major de Sant Antoni**

Lloc: Biblioteca Sant Antoni – Joan Oliver

**De 10 a 14 h Taula informativa de Mans Unides**

Lloc: Jardinet de l'Alguer

**De 10 a 21 h Mercat boig solidari**  
Els beneficis es destinaran a l'ONG

De veí a veí

Lloc: Rocafort/Floridablanca

**11 h Construeix la teva càmera estenopeica**

Lloc: Espai de fotografia F. Català-Roca

Places limitades. Cal reserva prèvia a partir del dilluns 9 de gener trucant al 93 3257787 o per correu electrònic a [info.catalaroca@golferichs.org](mailto:info.catalaroca@golferichs.org)

**11 h Itinerari històric per Sant Antoni**

A càrrec d'Androna Cultura.

Lloc de sortida: Centre Cívic Golferichs

Activitat gratuïta. Cal inscripció prèvia a partir del divendres 13 a les 10 h trucant al 933237790 o presencialment al centre cívic. Places limitades.

**11 h Taller de construcció de vaixells**

Lloc: Avda Mistral/Rocafort

**11 h Mostra dels participants a la Cercavila**

Lloc: Jardinet de l'Alguer

**11'30 h Cercavila d'inici i benvinguda a la Festa Major**

Amb Pep Callau i els Pepsicoles, Trapelles de Sant Antoni, Diables i Porca de Sant Antoni, Tabalers Toca'1 2, Escola de Dansa Núria, Capgrossos de Sant Antoni – l'Isard, el Planella i el Sampietro –, Trabucaires de Sant Antoni, Bastoners de l'Escola Maria Auxiliadora i diverses colles de gegants.

Inici: Jardinet de l'Alguer

Recorregut: Jardinet de l'Alguer / Calàbria / Floridablanca / Villarroel / Tamarit / Jardinet de l'Alguer

**11'30 h BCNopoly. El joc del monopoli de l'especulació turística**

Lloc: Avda Mistral (davant soci)

**12 h Ruta Històrica pel Sant Antoni Feminista**

Lloc de trobada: davant Calàbria 66

**De 12 a 17 h Sublime Art Fest - Mercat d'il·lustradors**

Lloc: Envelat

**13 h Pregó de Festa Major**

A càrrec de Juli Bellot, mestre de cerimònies de "El Molino"

Lloc: Jardinet de l'Alguer

Amb interpretació a la llengua de signes catalana

**De 17 a 21 h Barri Scape – Joc de rol**

Lloc: Calàbria 66

Preu: 2 €/persona. Inscripcions a [assembleajovessantantoni@gmail.com](mailto:assembleajovessantantoni@gmail.com)

**17'30 h Demostració d'aikido**

Lloc: Viladomat, 76

Aforament limitat. Reserves a

[as.aikido.bcn@gmail.com](mailto:as.aikido.bcn@gmail.com)

**18 h Gala Varietés pro Teatre Talia**

Lloc: Centre Cívic Cotxeres Borrell

Preu: 5 €

**18 h Xocolatada i tallers per infants**

Lloc: Penya Barcelonista Sant Antoni

**De 18 a 21 h VIII Trobada de Percussió Solidària**

Recorregut pel barri i lluirment dels grups als jardins de l'Alguer a les 19'45 h

**19 h Jotes aragoneses. Grup "Lo Corzo" de la Casa de Aragón**

Lloc: Casa de Castilla - La Mancha

**19'30 h Taller de cant obert i meditació**

Lloc: Calàbria 66

Preu: 2 € - contribució solidària

**20 h Music, food & beer**

Lloc: Penya Barcelonista Sant Antoni

**20 h Teatre: "Amen"**

Lloc: Calàbria 66

Preu: 7 €. Part de l'entrada anirà destinada a l'ONG De Veí a Veí

**20'30 h Concert Jazz Combos de l'Escola de Músics i JPC**

Lloc: Calàbria 66

**21 h Concert jove - El Cordill de Sant Antoni!**

Lloc: Avda Mistral / Entença

**21 h XIII Sant Antoni Reggae**

Splash

Lloc: Envelat

Preu: 9 €. Aforament limitat

## Diumenge 15 de gener

**10 h 8è Torneig de futbol tribut a Amunike**

Lloc: Pistes esportives Parc Joan Miró

Preu: 1 € per jugador. Inscripcions prèvies limitades a assembleajoves-santantoni@gmail.com

**De 10 a 12 h Sant Antoni Patina**

Activitats sobre patins

Lloc: Tamarit (entre Calàbria i Rocafort)

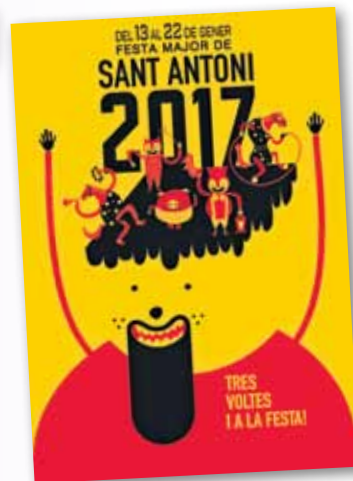
**De 10'30 a 14 h 5è Torneig de Futbol de Botons**

Lloc: Jardinet de l'Alguer

**11 h Trager de jocs**

Activitats lúdico-esportives per a infants de 3 a 10 anys i les seves famílies

Lloc: Viladomat (Floridablanca/Tamarit)



**11 h 16è Concurs de gossos**

Lloc: Av. Mistral (Vilamarí/Llançà)

Inscripcions gratuïtes i limitades a les

botigues Karibuni i My Friends

**12 h Concert de la Raval Simfònic i la Raval's Band**

Lloc: Auditori de l'ONCE

**12 h Conta contes en anglès "Storytime"**

Per a infants de 3 a 8 anys

Lloc: Envelat

**12 h Ballada de sardanes**

Lloc: Marqués de Campo Sagrada / Borrell

**12'15 h Patinada popular**

Sortida: Tamarit/Calàbria

**13 h Demostració d'aikido**

Lloc: Viladomat, 76

Reserves a [as.aikido.bcn@gmail.com](mailto:as.aikido.bcn@gmail.com)

**De 13 a 16 h Roller disco dance**

Lloc: Tamarit (entre Calàbria i Rocafort)

**16'30 h Demostració d'aikido**

Lloc: Jardinet de l'Alguer

**18 h Concert de Gospel a càrrec de Twocats pel Gospel**

Preu: 8 €. Aforament limitat

Lloc: Auditori de l'ONCE

Venda anticipada d'entrades el dimarts 10 i el dijous 12 de gener, de 18'30 a 20'30 h, al Racó de Cultura.

No es vendrà cap entrada el mateix dia de l'actuació. Auditori cedit per l'ONCE gratuïtament, l'import de l'entrada es destina a les despeses d'organització de l'acte.

**18 h Festa infantil**

A càrrec de l'Església Evangèlica

Lloc: Església Evangèlica

**19 h Cantada d'havaneres i cremat**

A càrrec de la Petita Havana

Lloc: Envelat

Preu: 5 € (inclou el cremat)

# Cuines MISTRAL

Avda. Mistral, 17-19

☎ 934 24 24 25

[www.cuinesmistrall.es](http://www.cuinesmistrall.es)

[cuinesmistrall2@gmail.com](mailto:cuinesmistrall2@gmail.com)

## Reformes de cuines, banys i integrals de vivenda

**20% dte.**  
**Promoció**  
**Festes**





# gastronòmic i d'oci

# Sant Antoni

**LA ANDALUZA**  
LOW COST  
**Nuevos en el barrio**  
Comer de lujo al mejor precio...  
Comte d'Urgell, 27  
93 681 79 13 ☎ 682 535 162  
Abierto de 12 h. a 02 h.

RESTAURANT  
**CAN LLUIS**  
des de 1929  
C/ Cera, 49 · T. 93 441 11 87

**HAMBURGUESERÍA LA LIA**  
Especialistas en Hamburguesas y Frankfurts  
**Cócteles Gíntonics**  
Ronda Sant Pau, 65  
☎ 933 158 363

Menú diari de dilluns a diumenge  
**MATEO'S**  
BAR RESTAURANT  
C/Floridablanca, 79 ☎ 935 328 655  
www.mateosbcn.com

**Llesqueria**  
**CHICKEN**  
Carns a la brasa · Menú diari  
Parlament, 9 ☎ 93 426 95 43



**MALASOMERA**  
LAS TAPAS CON MÁS GANAS Y MUCHA...  
**PRUEBE NUESTROS GINTONICS**  
C/. Viladomat, 75 · T. 93 424 39 11  
www.calalfredo.com



**Bodega i degustació**  
**Vinos, Vermuts i montaditos**  
Parlament, 27  
T. 93 442 96 57



**LA BODEGA**  
d'en Rafel  
Manso, 52 · T. 93 442 56 24

**TerraMar**  
Restaurant de Tapes  
Cuina mediterrània · Carta de Ginebres i Còctels  
Divendres i dissabtes fins les 2:30h  
Parlament, 34 · T. 93 329 68 62  
www.restauranteterramarbarcelona.es



**federal**  
Parlament, 39 · T. 931 873 607  
www.federalcafe.es

**el dinàmic**  
de ben  
PASSATGE DE PERE CALDERS, NÚM. 4  
www.eldinamicbcn.cat  
Reserves: Missatge privat a

**Sandwicheria-Hamburgueseria de Cine**  
**footsie**  
Cap de setmana fins a les 2h  
Calàbria, 29 · T. 93 423 47 68  
www.footsie.es

**Celler ART DE VINS**  
Vins, caves i licors  
Villarreal, 18 · T. 93 425 48 75



LA CASA DELS TORRONS ARTESANS  
LEGÍTIM DE XIXONA  
**SIRVENT**  
La Original!  
Úniques botigues a:  
Parlament, 56  
☎ 93 441 27 20  
Balmes, 130  
☎ 93 215 19 13  
Barcelona  
Des de 1920



**Ragú**  
COCINA BIO Y DE PROXIMITAT  
Miércoles y viernes de 18 a 21 h.  
**APERITIVO ITALIANO**  
Música, copas y buffet libre  
C/ Manso, 46-48 · www.ragubcn.com  
☎ Reservas 93 633 73 36  
f Ragú BCN



## Diumenge 15 de gener

**19 h Festival poètic amb poesia escenificada amb música**  
A càrrec del grup de teatre Amics del Centre Cultural San Andrés  
Lloc: Casa de Castilla - La Mancha  
**20 h CabaretTap - vespre de claqué**  
Lloc: Calàbria 66  
**20 h Teatre: "Amen"**  
Lloc: Calàbria 66  
Preu: 7 €. Part de l'entrada anirà destinada a l'ONG De Veí a Veí

## Dilluns 16 de gener

**18 h Espectacle de poesia i dansa "De la realitat al somni"**  
Lloc: Calàbria 66  
**18 h Taller de swing individual**  
Lloc: Centre Cívic Cotxeres Borrell  
**18 h Escudella de poemes**  
A càrrec de la Companyia l'Estenedor Teatre  
Per a infants a partir de 4 anys  
Lloc: Biblioteca Sant Antoni - Joan Oliver  
**19 h Vídeo-fòrum: La Revolució Cantada**  
Lloc: Centre Cívic Golferichs  
**19'15 h Taller de salsa cubana**  
Lloc: Centre Cívic Cotxeres Borrell  
**20 h Teatre i màgia**  
Lloc: Envelat

## Dimarts 17 de gener

**De 10 a 14 h Portes obertes de l'Església de Sant Antoni Abat**  
**11'30 h Benedicció dels animals de companyia**  
Lloc: Davant l'Escola Pia Sant Antoni  
**18 h Marató de poesia**  
Lloc: Centre Cívic Golferichs  
**18'30 h Recull de curts del taller d'audiovisuals de l'Espai de Gent Gran de Sant Antoni**  
Lloc: Calàbria 66  
**19 h Classe oberta de Chi Kung**  
Lloc: Envelat  
**19 h Gastro-rimes. Cabaret de paraules**  
A càrrec de Lali Feliu, intèrpret i Miquel Ferret, saxo i clarinet  
Lloc: Biblioteca Sant Antoni - Joan Oliver  
**20'15 h Pel·lícula d'escalada: "Homo Montserratinus"**  
Col·labora amb l'ONG de Veí a Veí portant un litre de llet  
Lloc: Calàbria 66  
**21 h Tango Queer**  
Lloc: Envelat

## Dimecres 18 de gener

**17 h Gran Ball per a la Gent Gran de Sant Antoni**  
Lloc: Envelat  
**17'30 h Room Scape i tallers**  
Lloc: Escola Maria Auxiliadora i xamfrà Sepúlveda/Calàbria  
**18'30 h Taller d'automaquillatge**  
Lloc: Escola Pia Sant Antoni  
Preu: 3'50 €. Inscripcions al telèfon de l'escola 934410605. L'import es pagarà el mateix dia  
**18'30 h Amanides al balcó - taller d'hort urbà**  
A càrrec d'Ecohorts  
Lloc: Calàbria 66  
Activitat gratuïta. Inscripció a info@aulambiental.org o trucant al 934350547 a partir de l'11 de gener  
**19'30 h Xerrada: Ens fan fora de Sant Antoni? El barri és per viure-hi!**  
Lloc: Calàbria 66  
**20'30 h Ball de gent no tant gran**  
Lloc: Envelat

## Dijous 19 de gener

**15'30 h Els més petits visiten els més GRANS**  
Visita oberta de les guarderies i escoles del barri als gegants de Sant Antoni  
Lloc: Escola Pia Sant Antoni  
Activitat gratuïta. Cal fer reserva prèvia al telèfon de l'escola 934410605  
**18 h "Wuelingate..." - El Musical de la Gent Gran de Sant Antoni**  
Taula informativa de l'ONG de Veí a Veí  
Lloc: Espai Escènic Tisner - Centre Cívic Cotxeres Borrell  
Recollida d'entrades a l'Espai de Gent Gran de Sant Antoni el 16 de gener de 11 a 13 h i de 17 a 19 h.  
**De 18'30 a 20'30 h Taller de cuina: cheesecake**  
Lloc: Escola Pia Sant Antoni  
Preu: 3'50 €. Inscripcions al telèfon de l'escola 934410605. L'import es pagarà el mateix dia  
**19 h Xerrada: la regulació del cànnabis i de les associacions cànnabiques**  
Lloc: Calàbria 66  
**19'30 h Xerrada: L'Olimpiada Popular de 1936**  
Lloc: Calàbria 66

## 21 h Sopar de Festa Major

Lloc: Envelat  
Preu: 20 €. Places limitades i numerades  
Venda de tiquets: AV del barri de Sant Antoni, de dilluns 8 a dilluns 16 de gener, de 18 a 20 h.

## Divendres 20 de gener

**De 14 a 22 h Fira d'artesans i circ**  
Lloc: Paral·lel (Viladomat/Rocafort)  
**15'30 h Els més petits visiten els més GRANS**  
Visita oberta de les guarderies i escoles del barri als gegants de Sant Antoni  
Lloc: Escola Pia Sant Antoni  
Cal fer reserva prèvia al telèfon de l'escola 934410605  
**De 16 a 20 h Fira del Corredor**  
Lloc: Calàbria 66  
**De 17 a 20 h Ludoteca de Festa Major (0 a 12 anys)**  
Lloc: Casal Infantil CC Cotxeres Borrell  
Els infants han d'anar acompanyats d'un adult  
**De 17'15 a 20 h Taller de maquillatge de fantasia infantil**  
Lloc: Mercat de Sant Antoni (roba i complements)  
**18'30 h Visita guiada Museu Institut del Teatre**  
Punt de trobada: Plaça Margarida Xirgu  
**De 18 a 1 h Fogueró de Sant Antoni amb torrada, música i ball de Bot**  
Lloc: Viladomat/Mansó  
**20 h 20è Sopar jove i concert**  
Lloc: Envelat  
Preu: 4 €  
**21 h Monòleg: "La tieta i jo" amb Mayte Carreras**  
Lloc: Espai Escènic Tisner - Centre Cívic Cotxeres Borrell  
Preu: 6 €. Venda d'entrades el mateix dia i al mateix espai  
**21'30 h Teatre: Jugant amb Molière**  
A càrrec del grup de teatre El Triangle  
Lloc: Calàbria 66  
Preu: 8 €. Venda anticipada d'entrades el 10 i el 12 de gener al Racó de Cultura de 18'30 a 20'30 h.

## Dissabte 21 de gener

**10 h Activitat esportiva: mini fútbol i bàsquet**  
Lloc: Davant Esportiu Rocafort

## De 10 a 14 h Portes obertes de l'Església de Sant Antoni Abat

**De 10 a 20 h Fira del Corredor**  
Lloc: Calàbria 66  
**De 10 a 22 h Fira d'artesans i circ**  
Lloc: Paral·lel (Viladomat/Rocafort)  
**10'30 h Cavalcada dels Tres Tombs de Sant Antoni a Barcelona**  
Lloc de trobada: Av. Mistral/Calàbria  
Recorregut: Calàbria / Floridablanca / Comte Borrell / Parlament / Ronda de Sant Pau / Comte d'Urgell / Tamarit / Villarroel / Floridablanca / Casanova / Sepúlveda / Ronda de Sant Antoni / Plaça Universitat / Pelai / Rambla (descendent) / Colom / Rambla (ascendent) / Ferran / Plaça de Sant Jaume  
**De 10'30 a 13'30 h Recapte d'aliments per a animals**  
Exposició de gats i gossos en adopció. Recollida per l'Associació Cisne Negro.  
Lloc: Jardinet de l'Alguer  
**11 h Itinerari històric per Sant Antoni**  
A càrrec d'Androna Cultura.  
Lloc de sortida: Centre Cívic Golferichs  
Cal inscripció prèvia a partir del divendres 13 a les 10 h trucant al 933237790 o presencialment al centre cívic. Places limitades.  
**11 h Inauguració del local de la UEC i de l'ONG De Veí a Veí**  
Activitats per a infants i joves: rocòdrom, inflables, competició ping pong, cursa sacs, música en directe...  
Lloc: Rocafort (Tamarit/Mansó)  
**11 h IV Trobada de corals infantils**  
Escola Ruben Dario / Escola Castella, Escola Salesianes Sepúlveda, Escola de Músics JPC, Escola Jacint Verdaguer, Coral de joves "Musical's Choir"  
Lloc: Auditori de l'ONCE  
**11 h Masterclass de Kangoo**  
Lloc: Avda. Mistral/Entença  
**De 11 a 13 h Benedicció dels animals de companyia**  
Lloc: Davant l'Escola Pia Sant Antoni  
**De les 11 a les 13'30 h XXI Trobada de Puntaires**  
Lloc: Jardinet de l'Alguer  
**De les 11 a les 21 h Supervins: els millors vins per a la millor intenció**  
Preu: 5 € (copa i 3 degustacions) o 3 € (3 degustacions)  
Lloc: Urgell (entre Floridablanca i Tamarit)  
**De les 11 a les 23 h 5a Fira de cervesa artesana del barri de Sant Antoni**  
Lloc: Urgell (entre Floridablanca i Tamarit)  
Preu del got per les degustacions: 2 €. Consumició: 2 €

**bò**  
bielsa òptics  
OPTOMETRISTES

calàbria, 52 · tel. 93 325 57 60

www.bielsaoptics.es

**Bona Vista Major!**



**Lola's Cake**

Pastissos, galetes i cupcakes totalment personalitzats

**Tallers per nens i adults!**

C/ Sepúlveda, 123  
676 07 98 00  
f LolasCake

**Bona Festa Major!**





**11'30 h** Xocolatada popular i vermut a l'Ateneu

Amb activitats per la mainada

Lloc: Davant l'Ateneu Layret

**11'30 h** Conta contes per a babies

A càrrec de Kids&Us. Per a infants d'1 a 3 anys

Lloc: Biblioteca Sant Antoni – Joan Oliver

**11'30 h** 3a Festapa: el cercatapes de Diables

Inici: Bar Tast BCN . Preu: 10 €

Venda anticipada de tiquets al Racó de Cultura els dies 10 i 12 de gener, de 18'30 a 20'30 h

**12 h** Aperitiu musical al pati de la Casa Golferichs

Amb Borja Penalba i Mireia Vives

**12 h** Espectacle infantil: "En Pere de la Plaça" – Titelles

Companyia Binixiflat

Lloc: Paral·lel/Viladomat

**12 h** Concert Orquestra Artmúsic:

Un migdia d'òpera

Direcció: Anouk Cuxart

Lloc: Envelat

**12 h** Espectacle infantil: "Ninots màgics" a càrrec del Mag Selvin

Lloc: Calàbria 66

Preu: 6 €. Venda d'entrades el

mateix dia i al mateix espai

**12 h** Masterclass de Zumba

Lloc: Avda. Mistral/Entença

**Entre les 12 i les 22 h** Correconcerts Música en viu a bars i comerços del barri

**14'15 h** Butifarrada Popular

A càrrec de Diables de Sant Antoni

Lloc: Envelat

Preu: 4 €

**16 h** Activitat infantil i juvenil del Cordill!!

Lloc de trobada: Calàbria 66 (cada grup anirà al lloc on es realitzi la seva activitat)

**19 h** Activitat infantil i juvenil del Cordill!!

Berenar i tancament conjunt de

l'activitat

Lloc: Jardins de l'Alguer

**18 h** "Wuelingate..." – El Musical de la Gent Gran de Sant Antoni

Taula informativa de l'ONG de Veí a Veí

Lloc: Espai Escènic Tísner – Centre Cívic

Cotxeres Borrell

Recollida d'entrades a l'Espai de

Gent Gran de Sant Antoni el 16 de

gener de 11 a 13 h i de 17 a 19 h.

**18 h** Conferència "La influència de la Reforma Protestant a la espiritualitat i la cultura del món occidental"

Lloc: Centre Cívic Cotxeres Borrell

**18 h** XIV Trobada de corals I

Coral Espai Gent Gran Sant Antoni,

Coral Betulia, Coral d'Arquitectura

UPC i Coral Som

Lloc: Auditori de l'ONCE

Preu: 2 €. Venda d'entrades els

dies 10 i 12 de gener de 18'30 a

20'30 h al Racó de Cultura. No

es vendrà cap entrada el mateix

dia de l'actuació. Auditori cedit per

l'ONCE gratuïtament, l'import de

l'entrada es destina a les despeses

d'organització de l'acte.

**19 h** Eucaristia de Festa Major

Lloc: Envelat

**19 h** Conferència: "Abusos i injustícies. El seu efecte en les persones i la societat"

A càrrec del Sr. Lluís Isern, psicoana-

lista i membre de Dignitat

Lloc: Calàbria 66

**19 h** Concert del Cor de Ponent i la

Coral Elisard

Lloc: Escola Pia Sant Antoni

**19 h** Cor de sarsuela i coral de la Casa de Almería

Lloc: Casa de Castilla - La Mancha

**19'30 h** Correfoc infantil i trabucada

Recorregut: Floridablanca/Rocafort, Floridablanca,

Borrell, Tamarit, Avda Mistral, Jardins de

l'Alguer

I recorda: si no et vols socarrimar, cal que et

posis roba de cotó, un mocador al coll, un barret

i sabates còmodes.

**20 h** Teatre: "Amen"

Lloc: Calàbria 66

Preu: 7 €. Part de l'entrada anirà destinada a

l'ONG De Veí a Veí

**21 h** Monòleg: "La noche de

Parrado"

Lloc: Calàbria 66

Preu: 8 €. Venda d'entrades el mateix dia i al

mateix espai

**21 h** Teatre: "Aquí no paga ni Déu",

de Dario Fo

A càrrec de La Matraca

Lloc: Espai Escènic Tísner – Centre Cívic

Cotxeres Borrell

Preu: 5 €. Venda d'entrades el mateix dia i al

mateix espai

**23 h** Ball de Festa Major

Lloc: Envelat

## Diumenge 22 de gener

**8 h** Matinades de Festa Major

**9'30 h** 39a Cursa Popular del barri

de Sant Antoni (10 Km)

Preu: amb xip groc de propietat 15 €, amb xip

de lloguer 17 €, fora de termini 19 €, inscripció

amb xip groc de propietat 25 €

Inscripcions a [www.cursasantantoni.cat](http://www.cursasantantoni.cat), a

l'Esportiu Rocafort i a Deportes Atletas - Domin-

go Catalan (Ctra.Bordeta,7)

**10 h** Galejada trabucaire

Recorregut: Rocafort, Avda Mistral, Viladomat,

Parlament, Rda. Sant Pau, Tamarit, Jardins

de l'Alguer.

**10 h** El Karaoke de Sant Antoni

Lloc: Urgell (Tamarit/Manso)

**10 h** Trobada 2cv i botifarrada

Lloc: Urgell (Tamarit/Manso)

**De 10 a 22 h** Fira d'artesans i circ

Lloc: Paral·lel (Viladomat/Rocafort)

**10'30 h** Concurs de paelles: un

clàssic!

Preu: 2 €/grup

Inscripció prèvia a assembleajoves-

santantoni@gmail.com, premis per

categories

Lloc: Urgell (Tamarit/Manso)

**11 h** Concentració de les figures i

colles del Seguici del barri de Sant

Antoni

Lloc: Urgell/Manso

**11'30 h** Cercavila del Seguici del

barri de Sant Antoni

Amb la comparsa de l'Escola Ferran Sunyer, els

gegants del barri –el Tonet i la Rita-, la Porca,

els gegants del Mercat –el Sisquet, la Rosa,

el Mingu i l'Amador-, els Castellers del Poble-

sec, els capgrossos de l'AVV –el Joan Isard, el

Sanpietro i el Planella-, els gegants i gegants

de les Colònies Jordi Turull –en Cisco, la Pineta,

en Tano i l'Estiveta-, els Trabucs de Sant Antoni i

la gegantona de l'Ampa de l'EPSA –la Pia-.

Recorregut: Comte d'Urgell / Tamarit / Calàbria /

Jardins de l'Alguer (mostra final de balls).

En cas de pluja, es farà una mostra

de balls al pati cobert de l'Escola Pia.

**12 h** VII Concurs de Pastissos "Me-

morial Xavier Bonastre"

Podeu recollir les bases del 13 al 21

de gener a la Pastisseria Bonastre, la

Pastisseria Calderon i a l'AV del barri

de Sant Antoni.

Lloc: Avda Mistral/Viladomat



# La moda per a home que busques



**Vine a les nostres REBAIXES**  
a partir del 7 de Gener,  
i si véns ABANS, amb  
aquest anunci, tens un

**10% de dte.\***

Tamarit, 169 (Entre Urgell i Borrell)  
Tel. 93 423 18 28 - 08015 Barcelona

\*oferta no acumulable a altres promocions

## Diumenge 22 de gener

**12 h Show Danses de la Polinèsia**

Lloc: Envelat

**12 h L'estenedor amb vermut**

Lloc: Urgell (Tamarit/Mansó)

**Entre les 12 i les 22 h Correcon-certs**

Música en viu a bars i comerços del barri

**14 h Fideuada popular**

Lloc: Urgell (Tamarit/Mansó)

Activitat amb preu

**16 h ConKursa de Karretons (sense motor)**

Lloc: Urgell (Tamarit/Mansó)

Inscripció prèvia a assembleajoves-santantoni@gmail.com i premis per diferents categories

**17 h Espectacle familiar: "Llepafils", el nen que només menjava patates fregides**

Cia. Teatre al detall

Espectacle dotat amb mesures

d'accessibilitat

Lloc: Envelat

**18 h XIV Trobada de corals 2 i entrega del premi del concurs de composició coral**

Orfeó La Lira, Coral Sant Medir, Cor Coral.lli,

Vadegospel i Coral Xaragall

Lloc: Auditori de l'ONCE

Preu: 2 €. Cal retirar les entrades els dijous 10 i 12 de gener de 18'30 a 20'30 h al Racó de Cultura. No es vendrà cap entrada el mateix dia de l'actuació. Auditori cedit per l'ONCE gratuïtament, l'import de l'entrada es destina a les despeses d'organització de l'acte.

**18 h Lectura dramatitzada: "El Pati**

**Blau" de Santiago Rusiñol**

A càrrec de Teatronionis

Lloc: Parròquia de la Sang

Preu: 6 €

Aforament limitat. Venda anticipada d'entrades

**18 h Teatre: Jugant amb Molière**

A càrrec del grup de teatre El

Triangle

Lloc: Calàbria 66

Preu: 8 €. Venda anticipada

d'entrades el 10 i el 12 de gener al Racó de Cultura de 18'30 a 20'30 h.

**19 h Cine de Birria**

Lloc: Centre Cívic Cotxeres Borrell

**19 h Teatre: "El arcón de las sorpresas"**

Lloc: Casa de Castilla - La Mancha

**19 h Tabalada infernal**

Inici: Avda. Mistral/Llança. Fins Jardins de l'Alguer

**19'45 h Correfoc infernal**

Recorregut: Jardins de l'Alguer - Calàbria -

Floridablanca - Villarroel - Tamarit - Jardins

de l'Alguer

Lectura dels versots en finalitzar el correfoc

Recordeu que per participar-hi cal portar roba de cotó i calçat adequat, així com mocadors al coll i barret.

Veïns! No ens tireu aigua quan passem per davant vostre, podríem prendre molt mal!

**20 h Teatre: "Amen"**

Lloc: Calàbria 66

Preu: 7 €. Part de l'entrada anirà destinada a l'ONG De Vei a Vei

Aforament limitat a 30 persones

## Altres activitats

**21è Concurs Fotogràfic Popular del barri de Sant Antoni**  
A partir del 13 de gener.

No cal inscripció prèvia. Consulta les bases a <http://www.golferichs.org/catalaroca/>

**Concurs del Cartell Anunciador de la Festa Major de Sant Antoni 2018 i concurs de dibuix infantil**

Podeu recollir les bases al Centre Cívic Golferichs, de dilluns a divendres de 10 a 20 h i a l'Associació de Veïns de Sant Antoni, de dilluns a divendres de 17 a 20 h o consultar el web [www.golferichs.org](http://www.golferichs.org).

Els cartells cal lliurar-los al Centre Cívic Golferichs entre el divendres 13 de gener i el divendres 3 de febrer de 2017.

Premi del concurs d'adults: 350 € i publicació de la proposta guanyadora com a imatge anunciadora de la Festa Major 2018. Premi del concurs infantil: lot de productes de pintura i publicació d'una selecció de dibuixos a l'informatiu Sant Antoni.

**Del 13 al 20 de gener, de dilluns a divendres**

**Assajos oberts dels gegants de Sant Antoni**

Més informació a [gegantoni@gmail.com](mailto:gegantoni@gmail.com)

Lloc: Escola Pia Sant Antoni

Activitat gratuïta

**Del 13 al 22 de gener**

**XIII Mostra de Pintura de l'Escola d'Adults Pere Calders**

Lloc: CC Cotxeres Borrell

De dilluns a divendres, de 9 a 22 h i dissabte, de 10 a 14 h i de 16 a 20 h

**Del 13 al 22 de gener**

**Exposició**

**Fem Companyia - 10 anys**

Retrospectiva del taller de creació i pràctica escènica del Centre Cívic Cotxeres Borrell

Lloc: Biblioteca Sant Antoni - Joan Oliver

**Del 13 al 30 de gener**

**Exposició de cartells**

**Festa Major 2018**

Lloc: Escola Pia Sant Antoni

L'exposició es pot visitar en horari escolar. Es poden votar els cartells a presentar al concurs de cartells de la Festa Major de 2018

**Del 13 al 30 de gener**

**Mostra de curmetratges**

**ambientats al barri**

Lloc: Escola Pia Sant Antoni

La mostra es pot veure al vestíbul de l'escola en horari escolar

**Del 13 al 29 de gener**

**Fira d'atraccions**

Lloc: Floridablanca (Entença/Rocafort)

**CASA FÍGOLS**  
Carnisseria · Xarcuteria

*Entenem la professionalitat i l'actitud de "bon fer" amb les ganes de donar, Regalant-li un somriure.*

**Donant Servei i Qualitat al Barri**  
Floridablanca, 93 ☎ 93 426 33 74

**VACIAMOS PISOS Y/O**  
COMPRAMOS LO QUE HAY EN SU INTERIOR

Ropa · libros · discos · objetos  
maletas · gafas · bolsos  
instrumentos musicales · plumas  
relojes · bisutería · antigüedades  
juguetes · muebles · cuadros  
espejos · lámparas  
coleccionismo, etc.

☎ **653 532 375**

La revista  
**Acelobert**  
BARCELONA barri a barri

*Us desitja  
Bona Festa  
Major!*

**autoescola pallars**

**Poble Sec:**  
Avda. Paral·lel, 155 · 1-4

**APROVARÀS RÀPID, CONDUIRÀS SEGUR!!**

Les Corts: C/Marqués de Sentmenat, 80    Sant's: Rambla del Brasil, 1-3    Hospitalet de Llob.: Avda. Catalunya, 79  
Esplugues de Llob.: C/Eduard Toldrà, 11    [www.autoescolapallars.com](http://www.autoescolapallars.com)    [www.facebook.com/autoescuela.pallars](https://www.facebook.com/autoescuela.pallars)



# MARDEMAR

BARCELONA



REBAIXES

**C/parlament, 38**  
**08015**  
**Tel. 93 441 80 74**

**Mercat de Sant Antoni**  
**Parada nº 3**  
**Tel. 93 425 57 19**

[instagram.com/mardemarbarcelona](https://www.instagram.com/mardemarbarcelona) · [facebook.com/mardemarbarcelona](https://www.facebook.com/mardemarbarcelona)

## Alimentació

**Juani**  
PEIX DE PLATJA  
Mercat Sant Antoni · Parada 14  
T. 93 426 19 58



**AUTOSERVEI NAVARRO**  
Av. Mistrall, 6 - T. 93 424 20 12  
**ART DE VINS**  
C/ Villarreal, 18 - T. 93 425 4875  
www.artdevins.blogspot.com.es

**LA LLEGUM D'EN...**



**MOLINE**

Mercat Sant Antoni · Parada: 29  
T. 646 49 29 09

**CASA FIGOLS**  
C/ Floridablanca, 93 - T. 93 426 33 74

**CONSERVAS LATORRE**  
C/ Comte Borrell, 41 - T. 93 441 81 24  
**EL REBOST DE SANT ANTONI**  
C/ Comte d'Urgell, 19 - T. 93 325 57 95  
**ESCOFET I OLIVER**  
C/ Comte d'Urgell, 12 - T. 93 329 32 25  
**FRUITES L'ANTIGA UREÑA**  
C/ Parlament, 39 - T. 93 611 55 78

**ESPACIO DEL TÉ**  
Ronda Sant Pau, 75 · local  
© 93 424 37 12  
www.spainchina.org



**LAMBICUS**  
C/ Tamarit, 107 - T. 611 233 091  
**LA LLAR DE L'ANXOVA**  
C/ Calàbria, 57 - T. 93 424 42 59  
**LA VALENCIANA**  
C/ Parlament, 23 - T. 93 441 08 54  
**MERCAT DE SANT ANTONI**  
C/ Comte d'Urgell, 1 - T. 93 423 42 87  
www.mercatdesantantoni.com  
**EL PAGÈS D'OR**  
C/ Comte d'Urgell, 16 - T. 93 426 02 94  
**EXTREMEÑO**  
C/ Comte Borrell, 58 - T. 649 99 90 66

**VILADRICH**  
Miquel PEIXATERIES Enri  
Peix i Marisc de Platja  
Viladomat, 80 Tel. 93 426 90 11 · Mòbil 638 838 232  
Mercat Sant Antoni, Parades 15 - 16 - 17  
Tel. 93 325 61 85 www.peixateriesviladrich.com

**HERBOLARI**  
Bona Botiga Dietètica  
Viladomat, 98  
T. 935 25 01 75

**JO TAMBÉ SÓC AL·LÈRGIC**  
C/ Vilamarí, 26 - T. 93 426 49 48  
**XARCUTERIA CASANOVA**  
C/ Sepúlveda, 41 - T. 93 325 02 95  
**XARCUTERIA EL JABALÍ**  
C/ Parlament, 5 - T. 93 425 08 98  
**XARCUTERIA SUBIRATS**  
C/ Sepúlveda, 167 - T. 93 454 70 27  
www.annasubirats.com

## Assessories i Assegurances

L'experiència d'una gran corredoria  
d'assegurances al teu servei



**& Ferrer & Ojeda**  
Tamarit 155-159 | T. 93 280 59 59  
www.ferrerojeda.com | ferrerojeda@ferrerojeda.com

**COLAS RIBA ASSESSORS**  
C/ Tamarit, 150 · baixos - T. 93 289 21 43  
www.colasriba.com

**FERRER & OJEDA**  
C/ Tamarit, 155 - T. 93 280 59 59  
www.ferrerojeda.com

**COLAS RIBA ASSESSORS S.L.**  
Assessoria Laboral · Fiscal · Comptable  
Herències · Assegurances · Jubilacions

**30 anys assessorant**  
1985 - 2015  
"30 anys al servei del barri"

Tamarit, 150 baixos  
☎ 93.289.21.43  
Fax 93.289.22.12  
administracion@colasriba.com  
www.colasriba.com

**FRAMU ASESORES**  
C/ Sepúlveda, 143 · 1r-2a. T. 93 451 02 95  
www.framu.es

## Cursos i Formació

**ESCOLA PERRUQUERIA MIGUEL GRIÑO**  
C/ Tamarit, 151 - T. 93 426 66 09  
www.miguelgrino.com  
**ESPACIO INTERCULTURAL**  
Rda. Sant Pau, 75 - T. 93 424 37 12

**CEIR ARCO**



www.ceir-arco.org  
"Cicles Formatius  
Grau Mitjà i Superior"  
Tel.: 93 423 30 86 - 93 323 35 23

**MIGUEL GRIÑO**  
BARCELONA  
Millor escola de Perruqueria d'Europa 2015-2016  
C/ Tamarit, 151 ☎ 93 426 66 09

**KIDS & US, ESCOLA D'ANGLÈS**  
C/ Comte Borrell, 8-11 - T. 654 163 840  
www.kidsandus.cat

**artmúsic**  
AUTORIZADA PER LA GENERALITAT  
**Escola de Música i Dansa**  
MÚSICA - DANSA - TEATRE  
Totes les edats  
C/ Rocafort, 79 Tel. 934 236 885

**RITMIC BCN, ESCOLA DE BALL**  
C/ Vilamarí, 37 - T. 619972119  
www.ritmibcn.com

## Esoterisme

**Museo del Tarot**  
Santeria Milagrosa  
Todo para el Mundo Esotérico  
Consulta a nuestros videntes  
☎ 662 675223  
c/Comte d'Urgell, 40 ☎ 934 253 488

## Esports

**SPORTS RAMELLS**  
Rda. de Sant Antoni, 29 - T. 93 423 40 36

## Estètica i Bellesa

**ART UNGLES I ESTÈTICA**  
C/ Comte Borrell, 117 - T. 93 451 12 09  
www.artungles.com

**FRANCESC MARÍ-PERFUMERIA**  
C/ Comte Borrell, 65 - T. 93 424 01 50  
**HELLO BEAUTY**  
C/ Comte Borrell, 72 - T. 93 423 85 56  
www.hellobeauty.es

**KALO'S**  
C/ Viladomat, 72 - T. 93 423 80 18  
www.centroskalos.com

**MIGUEL GRIÑO**  
C/ Tamarit, 151 - T. 93 426 66 09  
www.miguelgrino.com

**Centre d'Estètica,  
Ungles  
i Perruqueria**  
Floridablanca, 85  
T. 93 424 64 11

**UB**  
UNGLES i BELLESA

**PELUQUERIA JUANI AGÜERA**  
C/ Sepúlveda, 41 - T. 93 325 70 47  
www.peluqueriajuaniaguera.com  
**PERFUMERIES SAN REMO**  
C/ Comte Borrell, 62 - T. 93 325 49 37  
**PERRUQUERIA SONIA**  
C/ Viladomat, 26 - T. 93 329 71 50  
**PERSONAL ESTÈTICA T. Q.**  
C/ Entença, 22. Tel. 93 425 15 16  
**SANTOS**  
C/ Viladomat, 96 - T. 93 426 41 31  
**TINTERELLO BARCELONA**  
C/ Villarroel, 31 - T. 93 528 79 97  
**UB UNGLES I BELLESA**  
C/ Floridablanca, 85. T. 93 424 64 11

## Forns, Patisseries i Dolços

**FLECA BAROT**  
C/ Parlament, 58. T. 93 441 27 34  
**FORN D'EN PAU**  
C/ Calàbria, 23 - T. 93 531 45 50  
**FORN MISTRAL**  
Rda. de Sant Antoni, 96 - T. 93 301 80 37  
www.fornmistrall.com  
**PASTISSERIA BONASTRE**  
C/ Tamarit, 136 - T. 93 423 51 88  
www.bonastre.eu  
**PASTISSERIA CALDERÓN**  
C/ Sepúlveda, 83 - T. 93 423 76 76

## Gelateries

**GELATERIA BONASTRE**  
Av. Mistrall, 10 - T. 93 423 81 27  
**GELATERIES SIRVENT**  
Rda. de St. Pau, 3-5 - T. 93 441 76 16  
www.turronessirvent.com

## Immobiliàries

**LA INMOBILIARIA**  
C/ Manso, 60 - T. 93 324 83 61  
www.lainmobiliariabcn.com  
**TECNOCASA**  
C/ Comte Borrell, 59 - T. 93 441 72 20  
www.tecnocasa.es

## Informàtica, Imatge i So

**CASH CONVERTERS**  
C/ Floridablanca, 145 - T. 93 423 99 00  
www.cashconverters.es

**CONSUMIBLES SALVANY**  
CARTUTXOS I TONERS  
www.consumiblesalvany.com  
C/ Entença, 30 ☎ 93 425 43 87

**METRO ELECTRÒNICA**  
C/ Sepúlveda, 106 - T. 93 424 38 32  
www.metroelectronica.com  
**MICROFUSA**  
Rda. de St. Antoni, 134 - T. 93 455 36 95  
www.microfusa.com  
**VODAFONE**  
C/ Manso, 78 - T. 666 45 47 33

## Joieries i Relotgeries

**VILADOMAT, 97**  
Tel. 93 423 99 17

**DONNA** — joieria —

**BAMBÚ, BIJUTERIA**  
C/ Tamarit, 111 - T. 93 426 28 82  
**IGLESIAS JOIERS**  
Rda. de St. Antoni, 61 - T. 93 323 34 53  
www.iglesiasjoiers.com  
**JOIERIA DONNA**  
C/ Viladomat, 97 - T. 93 423 99 17  
**JOIERIA FINA GARCIA**  
C/ Comte Borrell, 56 - T. 93 442 68 69  
www.finagarcia.com  
**JOIERIA RELLOTGERIA J. ROS**  
Rda. St. Antoni, 14 - T. 93 329 84 04  
**JOIERIA JADES**  
C/ Floridablanca, 89 - T. 93 426 30 59

**MORÉ**  
JOIERS RELLOTGERS  
TAG Heuer TISSOT TOUS PANDORA  
Comte Borrell, 39 · Tel. 93 442 35 67



## Joieries i Relotgeries

**N. ROCA** SERVEI TÈCNIC  
RELLOTGER  
Floridablanca, 90  
Tel. 93 424 08 67

**MORÉ JOIERS**  
C/ Comte Borrell, 39 - T. 93 442 35 67  
**NARCÍS ROCA RELLOTGER**  
C/ Floridablanca, 90 - T. 93 424 08 67  
**RONDAS JOYERÍA**  
Rda. de Sant Antoni, 20 - T. 93 186 12 03

## Llar

**AIRTV, INSTAL·LACIONS**  
Sepúlveda, 102 - T. 93 247 71 46  
www.airtvplus.es

**SERRALLERIA**  
**soyma**  
SERRALLERIA  
**10% Dte.** presentant aquest anunci  
**C/ Parlament, 35**  
**93 441 08 66**  
**93 443 99 77**  
serralleriasoyma@hotmail.com  
www.serralleriasoyma.com  
**URGÈNCIES**  
**629 31 65 11**

**AMAZING GRACE**  
Av. del Paral·lel, 122 - T. 630 959 943  
**BAŠAR VIDAL**  
C/ Tamarit, 156 - T. 93 442 20 18  
**BRICOLATGE SUBIRATS**  
Av. Místral, 14 - T. 93 325 60 10  
www.cifec.es  
**EL PLAER DEL DESCANS**  
C/ Comte Borrell, 77 - T. 93 424 11 84  
**ELECTRODOMÈSTICS RONDA**  
Rda. de St. Antoni, 46 - T. 93 324 80 99

**Persianes**  
"ELS AMICS"  
Tendals • Alumini • Reparació  
Comte Borrell, 84 - T. 93 325 51 98

**FERRETERIA VALLS**  
C/ Comtes d'Urgell, 5 - T. 93 424 18 90  
www.cofac.es  
**INSTAL·LACIONS BOQUÉ**  
C/ Floridablanca, 125 - T. 93 423 54 22

**TINTORERIA**  
**SANT ANTONI**  
Cuidem la seva roba  
SERVEI A DOMICILI  
**TAMARIT, 149** **93 425 29 39**

**LA ALGODONERA**  
C/ Tamarit, 179 - T. 93 423 63 91  
www.laalgodonera.net  
**LA CASA DEL PINTOR**  
C/ Parlament, 42 - T. 93 441 28 19  
**MOBLES LA BARCELONESA**  
C/ Tamarit, 175 - T. 93 423 59 17

**Cuines MISTRAL** key  
Avd. Místral, 17-19  
Tel. 93 24 24 25  
www.cuinesmistrall.es  
cuinesmistrall2@gmail.com  
**10% Descompte**  
Reformes de cuines, banys i integrals de vivenda

**MARC VIDAL "TAULA I CUINA"**  
C/ Tamarit, 162 - T. 93 441 89 76  
**MIRALLES MOBILIARI**  
C/ Tamarit, 147 - T. 93 325 71 37  
**MOBLES GARRIGA**  
C/ Comte d'Urgell, 30 - T. 93 424 19 26  
**MOBLES JULIACHS**  
C/ Comte d'Urgell, 16 - T. 93 423 54 13

**COMPRA - VENDA**  
de mobles i objectes  
antics i vells  
**NETEJA DE Pisos i Locals**  
Josep Boix  
T. 636 95 83 30

**QXI, CONFORT I DESCANS**  
C/ Floridablanca, 108 - T. 93 410 29 81  
www.qxicode.com  
**RANGO, MOBILIARI**  
C/ Comte d'Urgell, 43 - T. 93 451 85 32  
www.rango.es  
**SERRALLERIA SOYMA**  
C/ Parlament, 35 - T. 93 441 08 66  
www.serralleriasoyma.com  
**SUBMINIS. ELÈCTRICS DALMAU**  
C/ Viladomat, 108 - T. 93 453 92 76  
**TINTORERIA SANT ANTONI**  
C/ Tamarit, 149 - T. 93 425 29 39  
**UNICOR**  
Rda. de St. Pau, 69 - T. 93 441 00 56  
www.unicor.es

## Mascotes i Plantes

**CLÍNICA FELINA BARCELONA**  
C/ Marqués de Campo Sagrado, 12 - T. 935 244 854

**des de l'any 1939**  
**floristeria**  
**OLIMPIA**  
Ronda de Sant Pau, 17-19  
T. 93 441 40 75  
www.floristeriaolimpia.com

**MAI FRIENDS**  
C/ Viladomat, 26 - T. 93 441 07 89  
**OLIMPIA ART FLORAL**  
Rda. Sant Pau, 17-19 - T. 93 441 40 75  
www.floristeriaolimpia.com

**CONSULTA VETERINÀRIA**  
**Dr. ESCORIHUELA**  
Horario:  
Lunes a Viernes  
Mañanas: de 10 a 12  
Tardes: de 17,30 a 20,30  
C/ Sepúlveda, 41  
T. 93 424 03 90

## Moda i Complementes

**ADA'S BCN**  
C/ Comte Borrell, 95 bot. I - T. 93 667 56 32  
**ANGUÍ SABATERIA**  
C/ Manso, 37 - T. 93 325 05 61

**TURO**  
BOLSOS  
**REBAIXES**  
C/. Manso 76 - telf. 93 329.60.61  
www.bolsosturo.es

**BLAZER HOME**  
C/ Sepúlveda, 41 - T. 93 425 34 60  
**BOLSOS TURO**  
C/ Manso, 76 - T. 93 329 60 61  
www.bolsosturo.es  
**CALÇATS PONSÀ**  
Rda. de St. Antoni, 21 - T. 93 423 41 05  
**CALÇATS SIR**  
Rda. de St. Antoni, 23 - T. 93 423 45 75  
www.calzados-sir.com  
**CASA GALLOFRE**  
C/ Manso, 68 - T. 93 519 80 16  
**CO...**  
C/ Tamarit, 187 - T. 93 426 90 97  
**CONFECCIONS EL RELLOTGE**  
C/ Comte Borrell, 89 - T. 93 426 81 84  
**CONFECCIONS BERNAUS**  
C/ Manso, 48 - T. 93 441 12 46  
**CROKIS**  
C/ Rocafort, 68 - T. 93 425 46 38  
**DELTA MODA I LLENCERIA**  
C/ Floridablanca, 100 - T. 93 325 39 77  
www.deltamoda.com  
**ESPADENYERIA**  
C/ Manso, 45 - T. 93 325 99 76  
**EL CAPRICHIO, MODA DONA**  
C/ Comte d'Urgell, 10 - T. 93 442 20 38  
**ELPON**  
C/ Entença, 12 - T. 93 512 25 60  
www.elpon.eu  
**GASCA MODA HOME**  
C/ Tamarit, 169 - T. 93 423 18 28  
**GRAMA MODA HOME**  
C/ Tamarit, 169 - T. 93 423 03 26  
**LAVINIA CALÇATS**  
Av. Místral, 22 - T. 93 423 29 66  
**L'ESPAI TEXA**  
C/ Tamarit, 160 - T. 93 423 49 88  
**LUXPIEL**  
Rda Sant Antoni, 6 - T. 93 442 35 28  
**MARDEMAR**  
C/ Parlament, 38 - T. 93 441 80 74  
**MAS - VESTUARI LABORAL**  
C/ Sepúlveda, 109 - T. 93 425 53 93  
www.masuniformes.com  
**MODES TORNER**  
C/ Comte Borrell, 74 - T. 93 423 17 14  
**N6**  
C/ Manso, 33-35 - T. 93 016 92 24  
**PASS, CALÇATS**  
C/ Comte Borrell, 61 - T. 93 424 71 36  
**P. BALLESTER**  
C/ Tamarit, 183 - T. 93 423 18 60  
**SASTRERIA DURAN**  
C/ Tamarit, 165 - T. 93 423 22 95  
**SCALA DEI**  
C/ Comte d'Urgell, 12 - T. 93 324 90 15  
www.davidbessas.com  
**SET CALÇATS**  
C/ Comte d'Urgell, 7 - T. 93 423 36 85  
**TAMARIT, 164**  
C/ Tamarit, 164 - T. 93 661 46 91  
**TEMPRADO**  
C/ Manso, 49 - T. 93 423 43 27  
www.temprado.com  
**VALERI HOME**  
C/ Tamarit, 183 - T. 93 424 33 18

Anuncii's aquí... **Acelobert**  
T. 93 140 10 37 • 605 813 098  
www.ancelobert.com • publicitat@ancelobert.com  
...perquè els millors sempre destaquen

## Motor

**AAV RENT**  
A · CAR ·  
**Alquiler de Vehículos**  
T. 93 510 29 68  
C/. Urgel, 56 (dentro parking Villur)  
www.aavrentacar.com  
reservas@aavrentacar.com  
5% Dte. Present. este anuncio

**Autopasa, S.L.**  
Servicio Oficial  
**REPARAMOS todas la Marcas**  
C/. Sepúlveda, 164 · T. 93 423 85 57/8  
taller@autopasa.es

**MOTOR**  
**VILARDELL**  
BCN  
**Sepúlveda, 76**  
**93 425 05 11**  
www.autovilardell.com

## Oci

**ARMERIA IZQUIERDO**  
C/ Parlament, 19 - T. 93 441 08 58  
**ROCAFORT MODELISME**  
Gran Via C. C., 436 - T. 93 425 25 50  
www.rocafort.com  
**ZAFIRO TOURS**  
C/ Rocafort, 50 - T. 93 423 50 97  
www.zafiro-tours.es

## Papers i Llibres

**FENIX COMICS**  
C/ Floridablanca, 130 - T. 93 179 51 95  
Tu tienda de cómics en Barcelona

**LLIBRERIA PAPERERIA MISTRAL**  
C/ Tamarit, 116 - T. 93 424 03 52  
**RE-READ**  
Gran Via Corts Catalanes, 564 - T. 93 453 53 09  
**TONI RÓDENAS, PAPERERIA**  
C/ Floridablanca, 127 - T. 93 423 45 97  
**TORRADAS, LLIBRERIA**  
C/ Manso, 62 - T. 93 441 88 49

## Petits

**CLICK PARTY**  
C/ VILLARROEL, 50 - T. 699 66 16 44  
www.clicksparty.com

## Restaurants i Bars

**Veure Bars i Restaurants a la pàg. 21**  
**24 FOTOGRAMAS**  
C/ Floridablanca, 108 - T. 93 277 87 01  
**ANARDI**  
C/ Parlament, 48 - T. 93 667 21 96  
www.anardi.com

## Restaurants i Bars

**BRACAFÈ**  
C/ Comte d'Urgell, 37 - T. 93 423 36 92  
www.bracafe.com

**BODEGA CHIQUE**  
C/ Vilamar, 29 - T. 93 325 08 33

**CAFÈ PARÍS**  
C/ Floridablanca, 102 - T. 93 325 14 86  
www.cafeparis.org

**CA LA JADI**  
Marquès Campo Sagrado, 25 - T. 93 528 77 05  
www.calajadi.com

**CALDERS**  
C/ Parlament, 25 - T. 93 329 93 49

**CA L'ALFREDO-MALASOMBRA**  
C/ Viladomat, 75 - T. 93 424 39 11

**CAN CARGOLET**  
C/ Comte d'Urgell, 17 - T. 661 174 316  
www.cancargolet.com

**CAN - VILARÓ**  
C/ Comte Borrell, 61 - T. 93 325 05 78

**CATAVINS**  
C/ Sepúlveda, 159, T. 665 115 882

**EL 20 METROS**  
C/ Calàbria, 39 - T. 675 39 47 96

**EL DUENDE**  
C/ Comte Borrell, 35 - T. 674 53 27 70

**EL JABALI DE RONDA**  
Rda. de St. Pau, 15 - T. 93 441 10 82

**EL MIMAT**  
C/ Floridablanca, 79 - T. 639 27 36 60

**EL MUSEU DE L'EMBOTIT**  
C/ Floridablanca, 131 - T. 93 325 48 89

**ELS OCELLETS**  
Rda. de Sant Pau, 55 - T. 93 441 10 46  
www.elsocellets.com

**ELS SORTIDORS DE PARLAMENT**  
C/ Parlament, 53 - T. 93 441 16 02  
www.elsortidors.com

**ES TASTET**  
C/ Comte Borrell, 72 - T. 93 423 59 96  
www.estastet.cat

**HAMBURGUESERIA LA LIA**  
Rda. Sant Pau, 65 - T. 607 418 169

**IDÓ D.O. BALEAR**  
C/ Viladomat, 43 - T. 93 423 96 27  
www.idobalea.com

**IMPRFECTO**  
Avg. Paral·lel, 104 - T. 93 222 98 01

**LA DESAYUNERIA**  
C/ Comte Borrell, 75 - T. 608 341 601

**LA TATA**  
C/ Calàbria, 69 - T. 93 426 22 87  
www.latatabarcelona.com

**LA TERRASSA DE L'AIGUAJOC**  
C/ Comte Borrell, 21-33 - T. 93 329 87 46

**LAUREL**  
C/ Floridablanca, 140 - T. 93 325 62 92  
www.laurelbarcelona.blogspot.com.es

**JOVANI & VINS**  
C/ Comte Borrell, 30 - T. 93 539 40 02

**MALOCA**  
C/ Villarroel, 26 - T. 93 519 12 20

**MERCAT CAFÈ**  
Rda. Sant Pau, 59 - T. 685 523 017

**MERQUÉN**  
C/ Viladomat, 36 - T. 93 441 47 33  
www.merquen.es

**MONO RISTO**  
C/ Calàbria, 80 - T. 93 179 41 60

**MORITZ**  
Rda. de Sant Antoni, 39 - T. 93 423 54 34  
www.moritz.com

**NYDEA**  
C/ Calàbria, 98 - T. 93 008 55 28

**NOSTÀLGIC**  
C/ Viladomat, 38 - T. 633 88 75 02

**NOSTREBAR**  
C/ Tamarit, 112 - T. 659 909 638

**PADDOCK MOTARD BAR BCN**  
Av. Paral·lel, 92 - T. 93 329 51 42

**PETIT BALLET**  
C/ Viladomat, 28 - T. 93 443 16 08

**PIZZERIA "BURGUER"**  
C/ Viladomat, 104 - T. 93 451 68 95  
www.pizzeria-burger.com

**PIZZERIA TRES I NO RES**  
C/ de la Cera, 53 - T. 93 441 30 16

**PONY SANT ANTONI**  
C/ Entença, 35 - T. 605 490 698

**POTHOS**  
C/ Marquès Campo Sagrado, 29 - T. 93 441 57 25

**RACÓ DE MANSO**  
C/ Calàbria, 23 - T. 93 532 86 51

**RAGÚ**  
C/ Manso, 46-48 - T. 93 633 73 36

**REKONS**  
C/ Comte d'Urgell, 32 - T. 93 424 63 83

**ROKELIN**  
C/ Comte d'Urgell, 7 - T. 606 679 549

**SIRVENT BARCELONA**  
C/ Rda. Sant Pau, 67 - T. 93 829 22 63

**TAPES JULIA**  
C/ Vilamar, 15 - T. 93 424 50 91

**TERRAMAR**  
C/ Parlament, 34 - T. 93 329 68 62  
www.restauranteterramarbarcelona.es

**TOOTSIE**  
C/ Calàbria, 29 - T. 93 423 47 68  
www.tootsie.es

**VINATERIA "ROSALUNA"**  
C/ Floridablanca, 5 - T. 622 261 703

**VINÓDROM**  
C/ Tamarit, 111 - T. 93 325 48 89

## Salut

**Centre mèdic Manso**  
CERTIFICATS MÈDICS DE CONDUIR I D'ARMES  
C/ Calàbria, 17 Entl. 5è - T. 93 424 03 37

**AMPLIFON**  
C/ Manso, 58 - T. 93 424 87 19  
www.amplifon.com

**BIELSA OPTICS**  
C/ Calàbria, 52 - T. 93 325 57 60

**BOUTIQUE NATURAL COS-SA**  
C/ Comte Borrell, 32 - T. 93 441 10 53  
www.ancelbert.com/cos-sa

**C. DENTAL FLORIDABLANCA DR. BAGÁN**  
C/ Villarroel, 17-1r. 2a. - T. 93 425 24 10  
www.infomed.es

**Dra. M<sup>a</sup> Isabel Beltrán Margarit**  
• Nutrició • Obesitat  
• Fibromiàlgia  
C/ Sepúlveda 125, baixos  
☎ 93 454 12 21 • 607 73 28 29  
www.doctorabeltran.com

**CLÍNICA DENTAL MERINO**  
C/ Rocafort, 68 - T. 93 424 85 22  
www.clinicadentalmerino.com

**CLINICA DENTAL RONDA**  
C/ Rda. Sant Antoni, 31 - T. 93 425 23 13  
www.clinicarondadental.com

**DIETÈTICA CONDAL**  
C/ Comte d'Urgell, 8 - T. 93 442 20 40  
www.dieteticacondal.com

**Dr. Rafael Arenas**  
CLÍNICA DENTAL  
Servei Dental Integral  
Cuidem del teu somriure, cuidem de tu  
Nº Registre E08569654  
C/ Sepúlveda, 125 Baixos ☎ 616 08 18 58

**FARMÀCIA ALMUDENA MARTÍNEZ**  
C/ Parlament, 17 - T. 93 423 48 55

**FARMÀCIA HERRERO**  
C/ Comte Borrell, 68 - T. 93 423 58 46

**FARMÀCIA P. BALANÀ**  
C/ Comte Borrell, 43 - T. 93 441 02 11

**FARMÀCIA VIVES FERRER**  
C/ Manso, 64 - T. 93 441 02 77

**NOVOLENT**  
C/ Comte d'Urgell, 14 - T. 93 325 48 69

**ÓPTICA SEGARRA**  
C/ Tamarit, 149 - T. 93 441 13 61

**ORTOGIM**  
C/ Floridablanca, 80 - T. 93 423 13 92  
www.ortogim.com

**TERÀPIA I COACHING PERSONAL**  
Tractament d'ansietat, depressió,  
baixa autoestima i gestió emocional  
Gran Via Corts Catalanes, 444 ☎ 645 368 714  
terapiagestalbarcelona.com

**ORTOPEDIA GENERAL**  
ortogim S.A.  
Floridablanca, 80 - T. 93 423 13 92

**PARAFARMÀCIA EMEBE**  
C/ Tamarit, 164 - T. 93 442 29 57  
www.parafarmacia-emebe.com

## Segona mà

**DARTHY**  
Compra - Venda · Col·leccionisme  
Floridablanca, 114  
T. 93 424 55 29  
www.darthy.com

**DARTHY**  
C/ Floridablanca, 114 - T. 93 424 55 29  
www.darthy.com

## Serveis

**AIGUAJOC**  
C/ Comte Borrell, 21-33 - T. 93 443 03 35  
www.aiguajoc.com

**ESPAI PENEDÈS,**  
C/ Muntaner, 21 - T. 93 890 35 81  
www.tastavinspenedes.cat

**IMPRESSIONANT**  
C/ Sepúlveda, 136 - T. 93 280 57 97

**MABEL COPY**  
C/ Parlament, 51 - T. 93 324 94 84

**P PARKING**  
TARIFES ESPECIALS  
NOCTURNA: de 20 h a 9 h.....10€ IVA inclosa  
SETMANAL: 1 setmana.....50€ IVA inclosa  
PER DIES: truqui o vingui a veure'ns.  
Tarifa a mida.  
PARKING WINDSOR ☎ 93 218 87 88  
Via Augusta, 2 bis  
PARKING URGELL ☎ 93 424 82 64  
Floridablanca, 119-121 · Urgell, 36  
PARKING GRAN VIA ☎ 93 423 15 88  
Gran Via, 415-417  
www.coen.es



sant antoni  
comerç

## A Sant Antoni, l'any comença amb rebaixes i festa

El dia 7 de gener comença el període de rebaixes i als establiments comercials de Sant Antoni Comerç hi podreu trobar infinitat de productes a uns preus molt rebaixats per començar l'any d'estrena.

I el dia 13 de gener comencen dues setmanes de festa a Sant Antoni amb un programa ple d'activitats i propostes per celebrar la primera de les festes major que se celebren a la ciutat de Barcelona. Entre totes les activitats us volem recordar la més pròpia del barri que és la tradicional Cavalcada dels Tres Tombs de Sant Antoni. que enguany se celebrarà el dissabte dia 21 de gener al matí.

Al cap de deu dies, el 17 de gener, Sant Antoni Abad, comença la Festa Major del nostre barri que durarà fins al dia 26 de gener.

Així doncs, us convidem a participar i gaudir de tots els actes que s'han preparat per aquesta Festa Major de Sant Antoni del 2013, la primera de les festes majors que se celebren a la ciutat de Barcelona.

Enguany en el marc de la festa major, el divendres 24 de gener a 2/4 de 7 del vespre Sant Antoni Comerç es tornarà a celebrar la Rifa del Porc, una tradició que es va recuperar l'any passat. Durant el mes de gener els cansaladers i xarcuters de Sant Antoni Comerç, tant del Mercat com dels carrers, regalaran números per al sorteig de lots de menjar ofert per ells mateixos.

Aquesta activitat es fa en col·laboració amb Xarx@ntoni Calaix Desastre i Flabiolaires de Sant Antoni.

### 18è. Concurs Fotogràfic Popular del Barri de Sant Antoni

En el marc de la Festa Major de Sant Antoni, Sant Antoni Comerç amb la col·laboració de l'Espai de Fotografia Francesc Català-Roca de Golferichs torna a organitzar el Concurs Fotogràfic Popular de Sant Antoni.

Les fotografies es poden fer durant tota la Festa Major de Sant Antoni i la inscripció, que es gratuïta, es podrà fer el dia 18 de gener a la seu de l'Associació de Veïns del Barri de Sant Antoni d'11 a 14 h. (Avgda. Mistral, 30) i del 20 al 24 de gener a l'Espai de Fotografia Francesc Català-Roca de Golferichs de 17 a 20 h. (Gran Via de les Corts Catalanes, 491).

Els temes del concurs d'enguany són:

Fotografia: De Tapes a Sant Antoni.

Fotografia: L'activitat comercial al barri: el comerç és vida.

Fotografia. La festa major 2014.

Hi haurà 3 primers premis de 350 euros cadascun per a les 3 temàtiques, 3 accèssits de material fotogràfic també per a les 3 temàtiques i un accèssit a la millor imatge de les festes, que s'utilitzarà per a presentar el concurs de l'any vinent.

Us convidem doncs a agafar la càmera de fotos per presentar les vostres obres a aquest concurs.

Sant Antoni Comerç



# Barri Sants· Hostafrancs



Servei de planxa, amb recollida a domicili

## MONTSE PLANXA

*Mimem la teva roba ...i la teva butxaca!*

Aprofita el  
teu temps lliure!

OFERTA  
Rentar i planxa  
2,5 €/u  
mínim 10 camises

Recollida  
i entrega  
48/72h  
ràpid

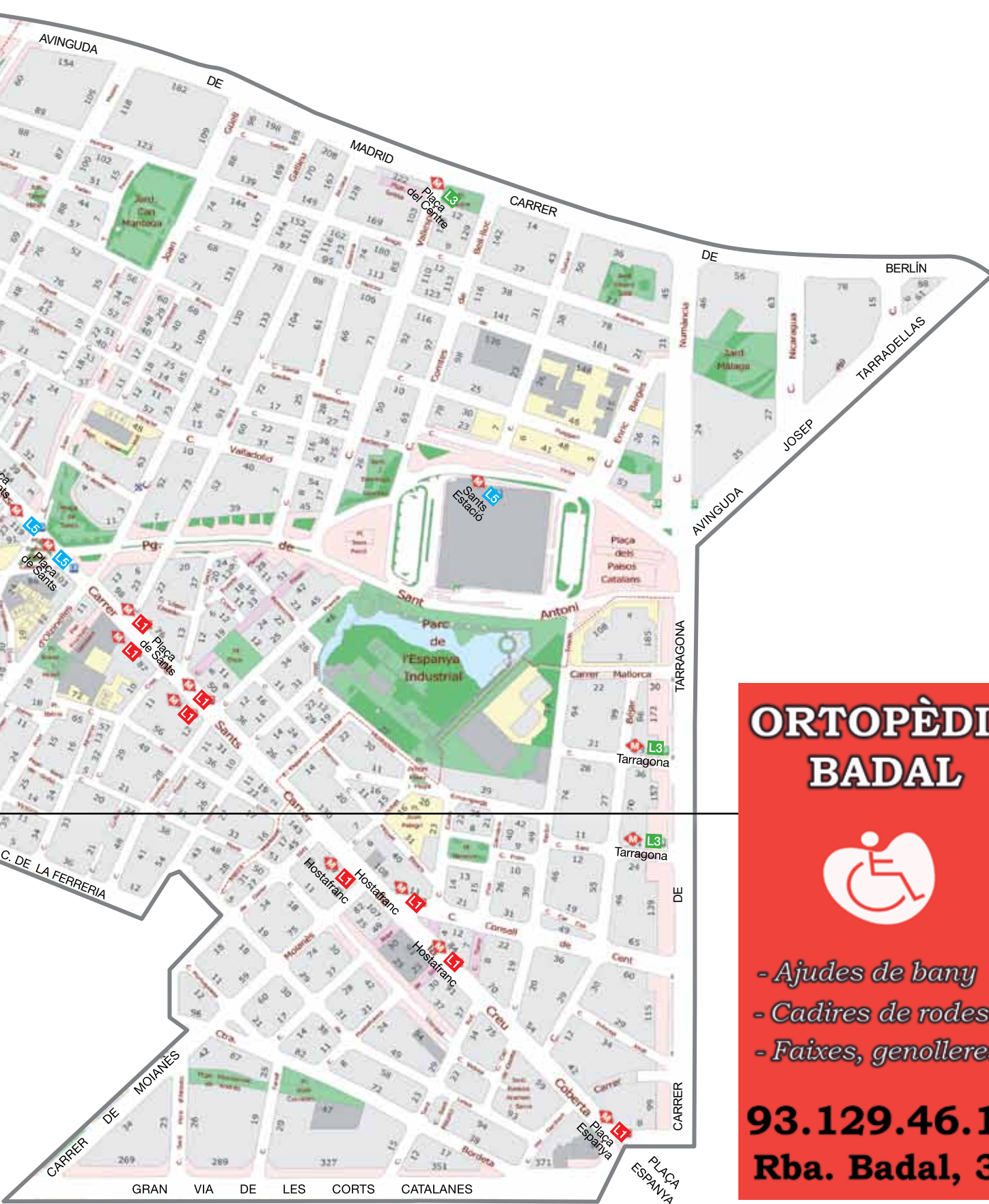
OFERTA  
CAMISES  
1'99 €/u  
mínim 10 camises



Atenció al client **Tel. 636 278 899** [www.montseplanxa.es](http://www.montseplanxa.es)

[illegible]





# ORTOPÈDIA BADAL



- Ajudes de bany
- Cadires de rodes
- Faixes, genolleres...

**93.129.46.18**  
**Rba. Badal, 33**

## Alimentació

**BIO BENTO**  
Desayunos y Menú diario,  
Cocina vegana, con ingredientes ecológicos y de proximidad  
Opción Take Away  
C/ Ermengarda, 34 ☎ 654 828 535

BODEGA MONTFERRY  
C/Violant Hongria, 105 - T. 93 162 96 36  
CANSALADERIA JOAN VIDAL  
C/ Vallespir, 55 - T. 93 339 25 55  
CAPITÀ ENCIAM  
C/ Galileu, 139 - T. 93 166 74 28  
CARNISSERIA ROSA  
C/ Joan Güell, 105 - T. 93 409 72 25  
CARNS SELECTES  
C/Vallespir, 116 - T. 93 339 52 32  
CELLER DE GELIDA  
C/Vallespir, 65 - T. 93 339 26 41  
CUIT I CRU  
C/Vallespir, 46 - T. 93 490 90 04  
EUGAMARE  
C/ Galileu, 132 - T. 93 411 94 60  
HELADERIA VALLESPIR  
C/ Vallespir, 75 - T. 93 339 35 79  
PEIXATERIA FITÉ  
C/ Galileu, 83 - T. 670 69 34 26  
PEIXATERIA NURIA  
C/ Vallespir, 100 - T. 93 490 75 85  
ROTLLAN  
Pge. Serra i Arola, 16 - T. 93 339 31 37  
SUPER-CARN  
C/ Galileu, 79 - T. 93 339 27 09  
SUPER-FRUITA  
C/ Galileu, 78 - T. 93 706 95 27

## Animals i Plantes

FLORISTERIA P. CENTRE  
Plaça del Centre, s/n - T. 630 466 549  
QUATRE POTES VETERINARIA  
C/ Papin, 22 - local 3 - T. 93 491 07 30  
SALUS VETERINARIA CLÍNICA  
C/Vallespir, 77 - T. 93 491 23 67

## Cursos i Formació

CREATIC ACADEMY  
C/ Alcolea, 116 - T. 646 63 78 50  
ESCOLA DE CARME  
C/ Vallespir, 79 - T. 93 339 62 77  
JUDIT LA RESTAURADORA  
C/ Galileu, 62 - T. 627 663 230

## Esports

ESCOLA BUDO SENSEI  
C/ Melcior de Palau, 149 - T. 93 490 62 09  
www.budosensei.net

ESPORTIU BADRENA  
C/ Galileu, 142 - T. 93 490 56 44

## Estètica i Bellesa

CAMACHO PELUQUEROS  
C/ Galileu, 152 - T. 93 339 61 84  
DONA D'ARA  
C/ Galileu, 17 - T. 93 491 29 13  
DROGUERIA PERFUMERIA ARROYO  
C/ Galileu, 89 - T. 93 339 14 88  
ESPAIV59  
C/Vallespir, 59 - T. 93 503 15 16  
GRUP JOTA  
C/ Galileu, 84 - T. 93 411 00 83  
GRUP XIROI  
C/Vallespir, 23 - T. 93 339 17 42

IPELUSHOP  
C/Vallespir, 33 - local 6 - T. 93 142 89 15  
NARU ESPAI D'ESTÈTICA  
C/ Galileu, 111 - T. 93 330 51 52

PELUQUERIA BÁSICO-UNISEX  
C/ Vallespir, 118 - T. 93 490 29 89  
www.peluqueria-basico.es

PERFU. HNOS. MARTÍN  
C/Vallespir, 91 - T. 93 490 81 71  
VALENTIN GOMEZ PELUQUEROS  
C/Vallespir, 94 - T. 93 339 61 82

**camden** unisex  
perruqueria  
C/ Béjar, 79 ☎ 934 267 906

## Esoterisme

ILLE ELEGUAS  
C/ Galileu, 72 - T. 630 928 321

## Forns, Pastisseries i Dolços

**ILÉ ELEGUAS**  
Flor · Espiritista  
  
**TIENDA ESOTÉRICA**  
Todo tipo de productos  
Afrocubanos  
• Cartas Tarot • Caracoles  
• Cursos de Tarot  
• Curación por imposición de manos  
C/ Galileu, 72 - BCN  
L1 L5 Plaza de Sants  
93 017 02 55 ☎ 630 928 321

BERLIN 1963, PA I PASTISSOS ARTESANS  
C/Vallespir, 95 - T. 93 422 21 05  
FORN DE L'AVI  
C/Joan Güell, 74  
FORN VALLESPIR  
C/Vallespir, 65 - T. 93 411 02 48  
GRACIE MILLE  
C/ Violant d'Hongria, 120-126 T. 628 35 26 62  
LLAMINADURES VILMA  
C/Vallespir, 106 - T. 635 986 162  
TOT LLAMINADURES  
C/Joan Güell, 70 - T. 606 55 21 11

## Immobiliàries

CENTURY 21  
C/ Berlín, 4 Bis - T. 93 490 59 95  
FINCAS DUEÑAS  
C/ Galileu, 97 - T. 93 490 06 07  
FINCAS JORDAN  
C/ Vallespir, 57 - T. 93 339 74 94

Anuncii's aquí... **Acelobert**  
T. 93 140 10 37 - 605 813 098  
www.acelobert.com publicitat@acelobert.com  
...perquè els millors sempre destaquen

FINQUES JOSEP  
C/ Vallespir, 18 - T. 93 411 22 42  
www.conyserinternacional.com  
FINQUES MIRET  
C/ Vallespir, 48 - T. 93 409 10 81

## Informàtica, Imatge i So

PACIÈNCIA INFORMÀTICA  
C/ Vallespir, 120 - T. 93 490 86 36  
RICARD LÓPEZ PHOTOGRAPHY  
C/ Galileu, 101 - T. 93 179 41 71  
V. V. FOTO  
C/ Violant Hongria, 120 - T. 93 490 86 35

## Joieria i Rellogeries

JOIERIA SALVADOR  
C/ Vallespir, 33-37 - T. 93 330 00 86  
JOIERIA TIC-TAC  
C/Joan Güell, 95 - T. 93 339 47 88

## Llar i Reformes

CUINES TRIANGLE  
C/Joan Güell, 37-39 - T. 93 491 42 10  
LA G. D'ELECTRODOMÈSTICS  
C/ Vallespir, 75 - T. 93 490 08 77

**Fusteria TRIANGLE** 25è - ANIVERSARI  
Ebenisteria  
▲ Tot tipus de treballs en fusta a mida  
▲ Taller propi ▲ Atenció personalitzada  
Distribuidors oficials de mobles de cuina: **noite Burger**  
C/ Joan Güell, 37-39 • T. 93 491 42 10  
www.fusteriatriangle.com

LAVANDA LA BUGADERIA DE SANTS  
C/ Càceres, 9 - T. 618 788 621  
www.ancelobert.com/lavanda-bugaderia-sants/

**AGEM** disseny integral reforma  
EXPERTS EN arquitectura, interiorisme i disseny  
**Canvi banyera per plat de dutxa**  
**EL MILLOR PREU!!**  
C/ Feliu Casanova, 4 ☎ 93 331 94 42  
www.agem-disseny.com

M. ELÈCTRIC MESTRES  
C/ Vallespir, 114 - T. 93 490 62 46  
MILAR BRUNET  
C/ Galileu, 75 - T. 93 330 13 00  
MOBIL CUINA  
C/Joan Güell, 82-84 - T. 93 339 02 62  
MOBLES GABARRO  
C/Vallespir, 90 - T. 93 490 11 53

**MINGUILLA** reforms  
Vallespir 108 ☎ 93 491 08 56  
640 029 082  
www.minguillareformes.com

NONETES  
C/Vallespir, 92 - T. 93 490 18 31  
TAPISSERIA FAN 2  
C/ Vallespir, 51 - T. 93 339 25 31

DE COCINA Y BAÑO  
**MOBIL CUINA**  
Reformes en general  
Joan Güell, 82 - Tel. y Fax 93 339 02 62  
mobilcuina@gmail.com

VIDRES COLLADO  
C/ Galileu, 163 - T. 93 339 73 84

## Moda i Complements

**ESPADENYERIA JAIWA** 100 anys venent espadanyes  
C/ Sants, 439 ☎ 934 498 142

CALÇATS ALVARO MOLINA  
Avda. Madrid, 178 - T. 665 97 96 51  
CALÇATS GASOL  
C/ Joan Güell, 64 - T. 93 013 63 04  
CALZADOS REFOR'TS  
C/ Vallespir, 89 - T. 93 339 63 22  
CARLOTA/AGATA MARTÍN  
C/ Roses, 58-60 - T. 666875155  
GARDEL  
C/ Galileu, 144 - T. 655 03 27 88  
LENCERIA ESCORPIÓN  
C/ Galileu, 131 - T. 933 391 5111

MODA DONA DOBLE G  
Plaça de Sants, 4-5 - T. 93 491 19 09  
www.doble.g.cat

MITJA D'OR  
C/Vallespir, 118 - T. 670 88 81 25  
VIA STEFANO  
C/Vallespir, 37 - T. 93 491 27 37  
YASMIN  
C/Vallespir, 110 - T. 661 137 620

## Motor

FAP REPARACIO COTXES  
C/ Galileu, 140 - T. 93 339 13 28  
MOTOS PUNTO COM  
C/ Vallespir, 76 - T. 93 490 10 69

## Oci

ESTANK-9  
C/ Joan Güell, 70 - T. 656 61 41 14  
HOBBY MODELS  
C/ Galileu, 93 - T. 93 339 15 94  
KIOSCO PRENSA IRIA  
Plaça del Centre s/n - T. 93 490 43 06  
LLIBRE SOLIDARI  
C/ Galileu, 11 - T. 654 353 344

## Papers i Llibres

JUGUETES TIO SAM  
C/ Galileu, 106 - T. 93 339 57 04  
POTXIKIDS  
C/Vallespir, 43 - T. 93 411 14 94

## Restaurants i Bars

BAR CARGOL  
C/ Violant d'Hongria, 134 - T. 93 490 76 81  
BAR RESTAURANTE ASADOR DE LUGO  
C/ Comtes de Bell-lloc, 63 T. 93 409 01 20  
www.grupoelreloj.com  
BAR TREBOL  
C/Joan Güell, 70 - T. 93 533 14 90  
BODEGA BARTOLI  
C/Vallespir, 41 - T. 93 339 10 21

CUCUT BIZ&BAR  
Vilardell, 23 - T. 93 421 97 35  
cucutgourmet.com



## Restaurants i Bars

**BAR-RESTAURANTE CAN RIBERA SANTS**  
C/ Galileu, 1-3 ☎ 937 688 062  
Cuina ecològica i de proximitat

EL LLIMONER  
C/ Vallespir, 96 – T. 93 533 12 62  
EL PETIT PRÍNCIP  
C/ Galileu, 97 – T. 652 700 094  
EL TEU MOMENT  
C/ Joan Güell, 66 – T. 693 47 02 98  
RESTAURANTE ÀTICA  
C/ Galileu, 159 – T. 605 90 02 07  
RESTAURANTE BRÉTEMA  
Violant Hongria, 123 – T. 93 409 30 17  
RESTAURANTE CABANEROS  
C/ Vallespir, 17 – T. 93 490 52 97  
TAVERNA LA BAUXA  
C/ Vallespir, 23 – T. 93 491 19 46

## Salut

**GBÉJAR**  
des de 1983  
CLÍNICA DENTAL  
Confia en les persones  
Confia en nosaltres  
C/ Béjar, 18  
☎ 93 325 55 43 · 93 325 34 41

CLÍNICA ABCDENTAL  
C/ Enric Barges, 19 · baixos T. 93 490 77 47  
CLÍNICA DENTAL VALLESPÍR  
C/ Vallespir, 81-85 en. 1º 2ª – T. 93 330 88 46  
FARMÀCIA FAURA  
Av. Madrid, 222 – T. 93 339 63 32  
FARMÀCIA FERRO  
C/ Contes de Belloch, 140 – T. 93 490 77 46  
FARMÀCIA GUANABENS  
C/ Galileu, 104 – T. 93 339 12 88  
FARMÀCIA MONT  
C/ Joan Güell, 91 – T. 93 339 45 14

**PUJA LIFT**  
Supressió de barreres arquitectòniques  
Distribuidor Oficial a Catalunya VIMEC  
C/ Muntadas, 20-22 · loc. 2 ☎ 93 000 64 27 · www.pujalift.cat

FARMÀCIA PIFARRÉ  
C/ Vallespir, 45 – T. 93 339 34 56  
IN. MÈDIC OLIVÉ PIFARRÉ  
C/ Vallespir, 45 – T. 93 330 09 85  
INSTITUT TNDR BARCELONA  
C/ Galileu, 161 – T. 93 409 49 60  
ISFARMA  
C/ Galileu, 23 – T. 93 490 32 50  
JANETH SOLÀ AYURVEDA MASSATGES  
C/ Galileu, 82 – T. 655 56 01 62

**ORTOPÈDIA BADAL**  
93.129.46.18  
Rambla Badal, 33  
Entrega a domicili\*

**Manantial de Salud**  
Des de 1923  
Plantas medicinales • Complementos alimentarios  
Productos apícolas • Alimentación ecológica  
Cosmética natural  
C/ Vallespir, 49 – T. 93 339 72 28  
www.manantial-salud.com

MANANTIAL DE SALUD  
C/ Vallespir, 49 – T. 93 339 72 28  
www.manantial-salud.com

**NEUROAMUNT**  
Centre de dia assistencial i terapèutic per a gent gran  
Ens adaptem a les teves necessitats, diferents horaris i preus  
Travessera de les Corts, 31 · T. 934 481 154  
neuroamunt@gmail.com  
www.facebook.com/neuroamunt

OPTICA GANTZER  
C/ Badalona, 11 – T. 93 339 34 97  
RESIDENCIA CENTRE PARK  
Av. Madrid, 210 – T. 93 330 11 35  
TOT ÒPTICA  
C/ Vallespir, 81 – T. 93 490 72 32

## Serveis

ANDRES MALDONADO S.A  
C/ Galileu, 15 – T. 93 330 20 00

**¿AGOBIAO POR TUS DEUDAS?**  
Ley De La Segunda Oportunidad,  
informate y vuelve a empezar de nuevo.  
¡Consúltanos!  
¡Podemos ayudarte!  
www.reparatudeuda.es  
**LEVANTATE SIN DEUDAS**  
ReparatuDeuda  
resuelve tus impagos  
C/ Castella, 12 · L'Hospitalet  
93 667 51 18 ☎ 610 46 46 78

ATLANTIS MARA  
Av. Madrid, 222 – T. 93 330 48 20

**Quick RENT A CAR**  
LLOGUER DE COTXES I FURGONETES!!  
SERVEI 24H  
☎ 933 229 008  
C/ Robrenyo 49 · 08014 Barcelona

CERRAJERIA MARONAS  
C/ Joan Güell, 87 – T. 93 339 20 99  
COPISTERIA SANTS  
S. Arola / entrada por Galileu, 5 – T. 93 124 96 19  
GOCCIA VERDE  
C/ Galileu, 111 · local 5 – T. 637 933 486  
VIDEO CLUB  
C/ Galileu, 117 – T. 93 174 32 62

## Sants-Hostafrancs

PER MARÍA JESÚS MIRÓN

# Les reivindicades obres de la Lleialtat acabaran al juny



Imatge: www.sants.coop

Les obres de la vella cooperativa de la Lleialtat, situada al número 31 del carrer Olzinelles, està previst que acabin el proper mes de juny d'aquest 2017. Es tracta d'unes obres reivindicades pel teixit associatiu de Sants des del passat any 2010, ja que l'edifici de la vella cooperativa portava molts anys abandonat. Ara, a més, es reclama la gestió de l'espai, que actualment és de propietat municipal.

La Lleialtat Santsenca va ser una de les primeres cooperatives creades a l'actual barri de Sants de Barcelona. La seva fundació data del 22 d'octubre de 1891, sota la figura de cooperativa de consum, ja que un conjunt de treballadors es van unir per tal d'aconseguir aliments. Fins l'any 1936, la Lleialtat Santsenca va ser la seu de la cooperativa obrera de consum amb aquest mateix nom, i que va esdevenir un referent del barri a principis del segle XX. Després de què la Guerra Civil espanyola arrasés amb la cooperativa, el local va esdevenir una fàbrica de torrons, una discoteca i un centre okupa, fins que després de l'últim desnonament, va quedar durant molts anys taptat l'edifici.

Posteriorment, l'Ajuntament va adquirir la vella cooperativa i després de moltes reivindicacions veïnals, van començar les obres, però l'any passat va haver-hi un incident quan l'empresa constructora les va abandonar al·legant problemes econòmics. Ara, però, tot sembla indicar que aquest mes de juny estaran acabades.

Amb aquestes obres, doncs, la Lleialtat recuperarà les dues sales principals que configuraven l'edifici original, i tot el conjunt es tornarà a organitzar a partir d'aquestes, per tal de recuperar i conservar la memòria històrica de la construcció. En total, a la Lleialtat hi ha un total de 2.000 metres quadrats de superfície útil que s'utilitzaran per a diferents activitats.

Pel que fa als usos que se li poden donar a la Lleialtat, els veïns del barri volen que estiguin basats en tres aspectes: el veïnal, el cooperatiu i el cultural. En aquest sentit, les tres entitats que estan lluitant pel futur de la Lleialtat són el Centre Social de Sants, l'Economat cooperatiu i els espais i caus del barri. El motiu d'aquesta reivindicació, en resum, neix de la necessitat d'espai per al teixit associatiu del barri.

Més informació: <http://sants.coop/lleialtat-santsenca/>

## Infantil

### Humor en blanc i negre

Un petit homenatge als del cinema en clau d'humor i per tota la família. Aquest any el cicle d'Espectacles infantils incorpora una sessió de cinema amb la projecció de tres sensacionals curtsmetratges de la mà de dos mites del cinema mut: Charles Chaplin i Buster Keaton. Les absurdes històries d'aquests dos clàssics de l'humor, carregades d'acrobàcies, pantomimes i trompades d'allò més imaginatives, faran les delícies dels més



petits a la vegada que aprenguin qui eren aquests dos grans personatges. Una jornada singular en la qual sols els riures dels nens trenquin el silenci. Serà el diumenge 29 de gener, a les 12h. Al Casinet d'Hostafrancs (Rector Triadó, 53).

### Princeses blaves i prínceps encantadors

Creieu que les princeses sempre han de ser rescatades pels seus prínceps blaus? I que els prínceps sempre han de ser valents i forts? Doncs la Lúcia Clua assegura que ella, de petita, muntava el seu propi castell i lluitava contra dracs i monstres, i en els seus jocs va poder conèixer princeses valentes i prínceps ben sensibles. Una sessió de contes basada en *La caça del petó*, de David Melling; i *Roses i dracs*, de Núria Albertí. Serà divendres 13 de gener, a les 18h. Biblioteca Vapor Vell (Ptge Vapor Vell, 1). Activitat gratuïta. Per infants majors de 4 anys.

### Els personatges esbojarrats de Roald Dahl, a càrrec d'Olga Cercós

Recorregut trepidant per alguns dels personatges que trobem a les obres de Roald Dahl per donar a conèixer la vida i obra d'aquest fantàstic escriptor en el centenari del seu naixement. Descobrirem algunes de les seves obres més famoses i no tan famoses però tendres i divertides. Així com algunes anècdotes que van donar peu a obres com *Charlie i la fàbrica de xocolata* o personatges com la Trunchbull. Divendres 20 de gener, a les 18h. Biblioteca Vapor Vell (Ptge Vapor Vell, 1). Activitat gratuïta. Per infants majors de 4 anys.

### Concert d'animals viatgers, a càrrec de Carolina Pereira i Mecha Leavy

Un ocell i un peix empenen un meravellós viatge pel món per explicar-nos històries amb les que descobrir les diverses famílies d'instruments. Sortiran d'Europa cap a Sud-Amèrica i després a l'Àfrica, faran amics i junts tocaran instruments de vent, corda i percussió i descobriren el fantàstic i màgic món de la música. Serà dissabte 21 de gener, a les 12h. Sala d'actes de la Biblioteca Vapor Vell (Ptge Vapor Vell, 1). Activitat gratuïta. Per infants majors de 4 anys.

## Tallers

### El teatre i la nostra vida quotidiana

Per què ens fascinen les històries? Què ens atreu dels personatges? Amb què ens identifiquem? Per què ens agraden els protagonistes encara que siguin "malvats"? Com la vida influeix en el teatre? I el teatre en la nostra vida? Serà dimarts 24 de gener, a les 19 h. A la sala d'actes Cotxeres de Sants, plaça Bonet i Muixí, 7, 4a planta. Activitat gratuïta.

### Impressió 3D amb filament

Taller per aprendre el funcionament bàsic de les impressores 3d de filament, podran veure els principals avantatges que té la impressió 3D respecte a altres mètodes de fabricació. Serà dimarts 31 de gener, de 19 a 21 h. Al al Punt Multimèdia - Casa del Mig (Muntadas, 1-5). Gratuït.

## Exposicions

### 'La pau sense treva'

Exposició Grup Juvenil: Curs 2016- 2017 - Institut Lluís Vives, ens porta la exposició 'La pau sense treva'. Els participants de l'exposició són: Hanaa Alaoui, Aina Bach, Arnau Blasco, Iris Jorba, Adrià Junquera, Tawfik Daghmoumi, Blanca Macipe i Jana Valls. Imatge: JAZZ de Víctor Martínez i Elisabet Rossell (professorat). Del 2 al 5 de gener a l'Auditori de Cotxeres de Sants (Sants, 79).

### 'Espais ocupats'

Una exposició de Josep Queralt Sanromà. De les tècniques que el gravat li proporciona, l'artista en treu un llenguatge pictòric. Paisatges interns i vivencials, pensaments abstractes o imatges reals, amb un to poètic i espiritual. Del color i la forma simplificada, en surt un diàleg. L'exposició romandrà oberta Del 3 al 22 de gener a l'aparador del Casinet d'Hostafrancs (Rector Triadó, 53). Activitat gratuïta. Inauguració el 3 de gener a les 19h. Dissabte 14 de gener a les 18 h, cafè-tertúlia sobre la meua obra i les tècniques que utilitza.





# 'Hasta El Último Hombre'

**Títol original:** Hacksaw Ridge

**Any:** 2016

**Durada:** 131 min.

**País:** Estats Units

**Director:** Mel Gibson

**Guió:** Robert Schenkkan, Randall Wallace,

Andrew Knight

**Música:** Rupert Gregson-Williams

**Fotografia:** Simon Duggan

**Repartiment:** Andrew Garfield, Vince

Vaughn, Hugo Weaving, Teresa Palmer, Sam

Worthington, Luke Bracey, Rachel Griffiths,

Richard Roxburgh, Matt Nable, Nathaniel

Buzolic, Ryan Corr, Goran D. Kleut, Firass

Dirani, Milo Gibson, Ben O'Toole

**Productora:** Lionsgate / Pandemonium

Films / Permut Productions / Vendian

Entertainment / Kylin Pictures

**Gènere:** Drama bèl·lic



Mel Gibson torna a la càrrega. I tots sabem que quan s'hi posa, el director de *Brave Heart* no es talla ni un pèl, o, millor dit, se'ls arrenca tots d'una estrebada. Aquest cop, tenint presents les seves cintes anteriors, avancem una mica més en la història de la humanitat fins arribar als darrers batecs de la Segona Guerra Mundial. *Hasta El Último Hombre* -que com es pot apreciar i ja va sent un incomprensible costum, es tracta d'una traducció perfectament literal de l'original *Hacksaw Ridge*-, ens narra la particular gesta de Desmond Doss, un jove contrari a la violència però a la vegada convençut en defensar el seu país durant el conflicte bèl·lic. Així, aconsegueix allistar-se a l'exèrcit dels Estats Units com a metge militar tot i negar-se en tot moment a carregar qualsevol tipus d'arma, i entra al bell mig de la Batalla d'Okinawa on, després de salvar desenes de soldats ferits, arriba a guanyar-se el respecte dels seus companys i esdevenir el primer objector de consciència de la història nord-americana condecorat amb la Medalla d'Honor.

Parlar d'idees pacifistes tot recurrent a la violència més explícita és quelcom tant contradictori com sensacionalment possible si al darrere de les càmeres tenim Mel Gibson, qui va decidir retratar en pantalla gran i sense censura la tortura més cruenta que va patir el mateix Jesucrist. Certament, en aquest nou film, el director australo-estatunidenc recupera aquell mateix estat de forma, desplegant tot el seu potencial de fe i fetge i llançant-lo sense pietat sobre l'illa d'Okinawa.

Això sí, tot i l'èpica dels fets, la brutalitat de les seqüències i la magnífica interpretació d'un Andrew Garfield llunyíssim d'aquell innecessari *Amazing Spiderman*, no hi ha res de nou sota la capa del sol. Gibson no és Eastwood i aquí no hi haurà un "Cartes des d'Okinawa". El prisma és plenament americà, l'heroicitat, tot i que real, és plenament americana i la història és la que és. I no per contra, sinó en aquest sentit, acontentarà als mateixos de sempre, que som ni més ni menys aquells als qui, després de veure *Salvar al Soldado Ryan*, encara ens deixem fascinar sense complexos pel gènere.

Així mateix, i tot i que també li han plogut crítiques perquè a la guerra dels gustos n'hi ha per tothom, *Hasta El Último Hombre* ja ha rebut notables reconeixements com per exemple la inclusió al *Top Ten* de l'any per part de l'American Film Institute, o la nominació al Globus d'Or pel que fa al millor film, premi que, a data del tancament d'aquestes línies, segueix vacant. Restarem espectants, doncs, a la butaca fins a veure com acaba tot plegat, i Mel, mira al cel i demana forces per fer-ne una més, "i una altra més", "i una altra més"... fins que no en quedi cap.

Per Àngel Bravo  
Audiovisuals i fotografia  
[www.angelbravo.cat](http://www.angelbravo.cat)

# Tauler d'anuncis

**ARQUITECTE**, Cèdules,  
Inspecció Tècnica d'Edificis,  
Certificats Eficiència Energètica  
**Des de 85€+IVA ☎ 657989467**

## Demandes d'ocupació

S'ofereix noia de 39 anys per neteja, i cura de persones, experiència i referències. Total disponibilitat horària i preu a convenir. No tinc problemes de desplaçament. T. 693809949

## RECUPERACIÓ DE DADES

C/ Còrsega, 567 ☎ **628 581 902**  
Local MOVILCLÍNIC  
[contacte@juliars.cat](mailto:contacte@juliars.cat)

## Inmobles

Lepant 230. Pis molt lluminós de 90m2, saló menjador de 20m2 amb sortida a balcó, cuina amb safareig, 4 habitacions, 2 bany complets. 1150€. T. 93 450 41 43.

Guatlà 23. Casa a 4 vents en lloguer a l'Ametlla del Vallès. Bon estat, 1000m2 de parcel·la dividida entre jardí i 150m2 vivenda, 4 h., 2 banys, saló-menj. Jardí, piscina i barbacoa. 1000€. T. 93 450 41 43.

Jardi 44. Pis en molt bon estat, totalm. moblat i equipat, ext. 60m2., 2 hab., 1 bany complet, saló-menj. 15m2 i cuina equipada amb nevera, rentadora i forn. 650€. T. 93 450 41 43.

Rambla Muntanya, 89 3º2º. Pis totalm. ref., a estrenar! 65m2, 2 hab., saló menjador de 15m2, cuina totalment reformada, safareig i un bany complet amb dutxa. 700€. T. 934504143.

Independència, 263. Pis totalm. ref. a estrenar, ext. 67 m2., saló-menj. 20m2 amb cuina amer. equip. Bany complet, 2 h. Terra de parquet. Tribuna exterior. 900€. T. 93 450 41 43.

## REPARTO ECONÓMICO DE SU PUBLICIDAD

Mano-mano, buzoneo y coches  
**☎ 667 22 17 44**

Piso en calle Cerdeña de 92m 4h 1 baño, reformado, parquet, calefacció para entrar a vivir. precio 368.000 €. T. 93 667 17 99.

Piso en calle Camelias, alto soleado con vistas espectaculares a toda la ciudad, de 83m 4h 2b reformados a estrenar, cocina y resto conservado. Precio 340.000 €. T. 93 667 17 99.

Piso en Llorens i barba de 70m 3h 1b cocina con galeria terracita a patio de manzana, soleado y tranquilo, reformado para entrar a vivir. precio 255.000 €. T. 93 667 17 99.

Local en venta en calle Provenza zona Sagrada Familia, a pie de calle de 35m espacio diafano, ideal para empezar tu negocio. Precio 65.000 €. T. 93 667 17 99.

Local en venta en Consejo de Ciento en el corazón del exámple con Roger de Lluria, reformado de 40m de dos plantas. Precio 120.000 €. T. 93 667 17 99.

## Ara el seu anunci GRATUÏT

Afegeixi el seu anunci gratuït enviat un e-mail a [info@acelobert.com](mailto:info@acelobert.com)  
No s'accepten anuncis professionals en aquesta secció.

**LA PRIMERA ESCUELA DE ITALIANO EN GRACIA**  
**LA MIA SCUOLA**  
CURSOS DE ITALIANO, VIAJES A ITALIA, EVENTOS GASTRONÓMICOS  
C/Mossèn de Masdexart, esquina con Escorial, 151 ☎ 625 724 721  
[www.lomiascuola.es](http://www.lomiascuola.es)

## Ofertes de treball

Buscamos SUPERVISOR/A para gestionar un equipo de personas. Te ofrecemos formación de alto nivel a cargo de nuestra empresa. Llama al 690 036 540 pregunta por Teresa.

Editorial busca Escritors. Vols publicar els teus Escrits? Tenim coleccions en quatre idiomes de diversos generes. Correccions d'estil, i edicions de llibres. Contacta amb nosaltres. T. 662948371.

**Transportes y Mudanzas Económicas JUAN COCA**  
Furgoneta y Camión  
**☎ 671 991 317**  
Nacional y Internacional  
[juanhonoriococa@gmail.com](mailto:juanhonoriococa@gmail.com)  
[www.transportescoca.com](http://www.transportescoca.com)  
Empresa colaboradora con **Acelobert**

## Relacions

Robert. A mujer muy atractiva para encontrar. T. 638 44 65 91.

Amistades entre 60-70 años. Para compartir actividades culturales. Interesados, contactar con Maria. T. 93 352 92 29 de 15-17 horas.

Amistad y pareja. Soltero 49 sin cargas, me gustaría conocer mujer adulta para salir, ir al cine, teatro y compartir aficiones. T. 689 37 12 36.

**645701840**  
**INFO@ARTEEXTRA.COM**  
**PERSIANAS DECORADAS**  
**PINTURA MURAL**  
**GRAFFITI ARTISTICO**  
**ARTEEXTRA.COM**

## Varis

Compro tebeos antics, albums de cromos i cobres d'scalextric. passo a domicili. T. 654 154 765

Compro discos anys 60, 70 i 80 i revistes musicals. Passo a domicili. T. 626 016 641

Llog parking al carrer Mallorca-Puigmadrona. Fàcil accés. Planta baixa. Plaça per cotxe petit 4,70 x 1,70 m. Preu 60 euros. T. 608 343 400

Motor: se vende Honda Sky, en muy buen estado, ITV recién pasada, muy poco utilizada, precio a convenir. T. 663352168. email: ccape-lutrerat@hotmail.com

Xavier Carmona, soci fundador de Coocció

## Ajudes per als nous emprenedors gastronòmics

Coocció és una incubadora gastronòmica que va obrir les seves portes al maig del 2016 al barri de Les Corts de Barcelona com a solució i mitjà d'ajuda als nous emprenedors gastronòmics.



Imatge: Ferran Izquierdo

### Com va néixer Coocció?

La idea neix a partir del moviment que hi ha als Estats Units de menjar de qualitat fet per gent jove amb moltes ganes, fora del circuit dels restaurants. Productes gastronòmics elaborats per vendre després a supermercats. Nosaltres ens vam interessar per aquest tipus d'emprenedors, i cobrim la necessitat de *coworking*, de compartir espai per reduir costos i trencar les barreres d'entrada al món gastronòmic.

### A la pràctica, com s'aconsegueix això?

Nosaltres som una incubadora gastronòmica. Els emprenedors que ho desitgen vénen aquí, lloguen hores i comencen a treballar des del dia següent amb totes les necessitats cobertes: equipament professional, de magatzem, i registre sanitari per vendre fora. Amb això, les barreres d'entrada per començar un negoci gastronòmic queden absolutament trencades.

### A banda de llogar l'espai, a Coocció provoquen sinèrgies.

La nostra cuina és compartida simultàniament, alhora hi ha diversos cuiners. Amb això provoquem sinèrgies entre ells, sinèrgies internes i també provoquem sinèrgies amb l'exterior. Tots els esdeveniments que organitzem els fem amb els nostres productes, amb gent que forma part de la incubadora.

### També doneu assessorament.

Si necessiten assessoria a l'hora de crear una empresa nosaltres els hi proporcionem. De tot tipus, des d'un pla d'empresa fins a com llançar un producte a nivell de màrqueting, o assessoria sobre sanitari o gastronòmic, el que necessitin.

Àngel Planet, president d'Azzinia

## “Fem companyia a la gent que està ingressada a l'Hospital”



Azzinia és una associació sense ànim de lucre amb seu social al barri de Les Corts de Barcelona. Va ser creada l'any 2004 amb l'objectiu de fer voluntariat als centres hospitalaris. Actualment té la seva activitat centrada principalment a l'Hospital de Bellvitge.

### Com va néixer Azzinia?

Vam començar un grup de gent que ja veníem de fer voluntariat en altres àmbits i que vam engegar un pla comú, que era fer voluntariat dins d'hospitals. El que fem és acompanyar la gent que està ingressada, o la gent que està acompanyant a la persona que està ingressada. Els hi fem companyia durant una estona i els escoltem. Bàsicament el que fem és escoltar-los, ja que la gent sempre té coses per explicar i a l'hospital, com tot va amunt i avall molt ràpid, mai ningú té temps per aturar-se un moment per estar amb les persones.

### A l'Hospital de Bellvitge tenen el programa de voluntariat més important.

Sí, a l'Hospital de Bellvitge fem voluntariat genèric a totes les plantes i sempre sota petició de personal sanitari. Aproximadament som uns 40 voluntaris allà, que depenem directament dels serveis de l'hospital.

### Quins són els valors de l'associació?

Nosaltres sobretot ens basem molt en l'empatia, amb el fet de poder ajudar la gent que està allà i que està passant un mal moment. Jo sempre faig la comparativa que no és el mateix estar 10 minuts al carrer passejant que estar 10 minuts en un hospital, passejant es passen els 10 minuts volant i a l'hospital es fan interminables. Altres valors que ens caracteritzen són la solidaritat, la comunicació, el respecte i la humanitat, però el que més destaquem és l'empatia.

### Necessiteu més voluntaris per fer aquests tasques d'acompanyament?

Necessitem voluntaris que tinguin dedicació d'un matí a la setmana. Tots els nous voluntaris reben formació a l'Hospital sobre la feina que es fa, per part de voluntaris experimentats, que els hi mostren com es fan les tasques a la pràctica.

### Com es poden fer voluntàries les persones interessades?

Tot aquell qui vulgui es pot adreçar a nosaltres mitjançant el correu electrònic [azinnia@azinnia.es](mailto:azinnia@azinnia.es) o el telèfon 639590929. Primer fem una entrevista personal amb un membre de la Junta, que explica què fa i com es fa. A partir d'aquí es dona l'opció de fer 3 mesos de prova, que són 12 dies de voluntariat, i en aquest temps la persona pot veure si realment el que vol fer és això.

Més informació: [azinnia@azinnia.es](mailto:azinnia@azinnia.es)



Barri

*Les Corts · Maternitat  
Sant Ramon · Pedralbes*



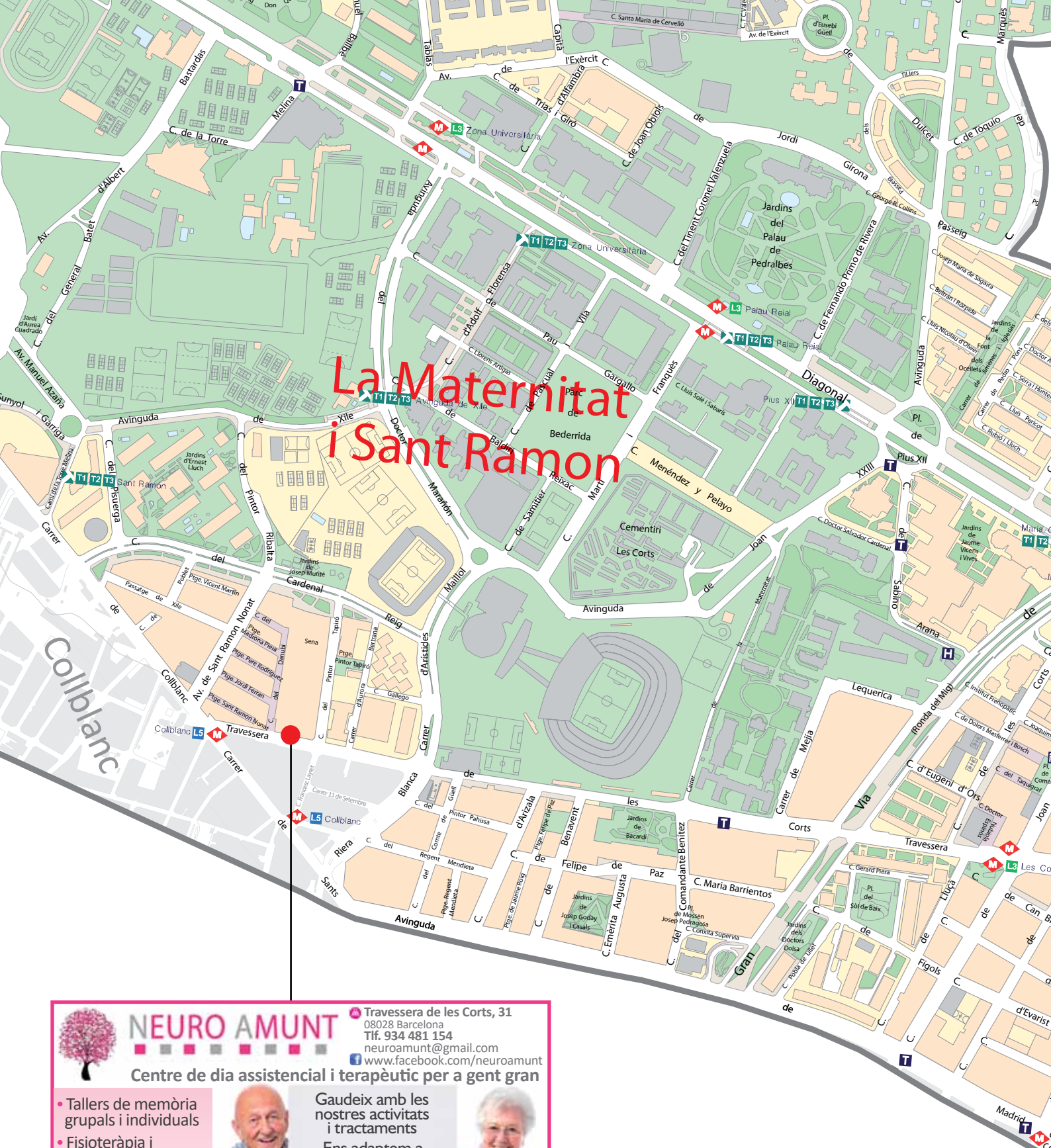
Foto: Vicente Zambrano

# BUFETE LES CORTS

ABOGADOS · PENAL · CIVIL · HERENCIAS · LABORAL

Trav. de les Corts, 249 · Entl. 2<sup>a</sup> ☎ 93 432 79 68  
[www.bufetelescorts.com](http://www.bufetelescorts.com)





# La Maternitat i Sant Ramon



**NEUROAMUNT**

Travessera de les Corts, 31  
08028 Barcelona  
Tlf. 934 481 154  
neuroamunt@gmail.com  
www.facebook.com/neuroamunt

Centre de dia assistencial i terapèutic per a gent gran

- Tallers de memòria grups i individuals
- Fisioteràpia i gimnàstica senior
- Arterteràpia
- Cura de la salut
- Noves tecnologies: Programa informàtic especialitzat en demències



Gaudeix amb les nostres activitats i tractaments  
Ens adaptem a les teves necessitats, diferents horaris i preus

1ª valoració gratuïta



*Informa't sense compromís*

## Barri Les Corts Maternitat





**Oferta especial Invierno**  
**20% de Dto.**  
en muebles de cocina



**Reformas integrales Interiorismo y Decoración a su alcance**

C/Numancia 98 local 2 · 08029 - Barcelona

**93 125 58 39** **675 75 42 71**

[www.reformesnumancia.com](http://www.reformesnumancia.com)

[info@reformesnumancia.com](mailto:info@reformesnumancia.com)



**Sant Ramon · Pedralbes**

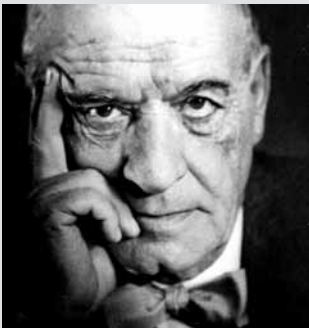
# El masclisme no és nou

Considerats savis i admirats fins als nostres dies, per la gran majoria i al llarg de la història, alguns dels homes més doctes, homes de ciències, de lletres, admirats per les seves teories, els seus escrits, les seves pintures i les seves obres, van ajudar a gestar les bases del patriarcat, amb els seus pensaments i manifestacions denigrants i misògines sobre les dones.

***“Faràs desaparèixer els teus conflictes quan els entenguis en la seva última arrel, no quan vulguis resoldre’ls.” (Silo. 1938-2010)***

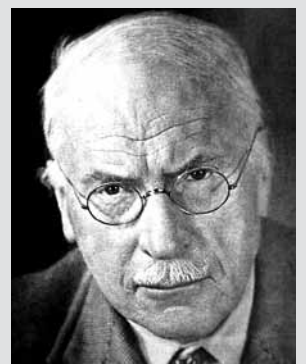
És necessari rastrejar en la història el fil d'aquests pensaments, anar a l'arrel del sofriment que genera la falsa creença que un ésser humà és superior a un altre, per raons, en aquest cas, de sexe. Descobrim així que les bases del patriarcat no es van produir per generació espontània, com no va ser per generació espontània la lluita al llarg de la història, pels drets de la dona.

No podem oblidar que aquestes eminències van adoctrinar a les gentes de la seva època i a les futures generacions, creant la base de moltes creences masclistes vigents de forma explícita i implícita en unes altres, en el substrat de l'home actual:



***“El fort de la dona no és saber sinó sentir. Saber les coses és tenir conceptes i definicions i això és obra de l'home.”***

**ORTEGA I GASSET.** Filòsof espanyol nascut a Madrid en 1883, en una família acomodada de l'alta burgesia. Doctor en filosofia de la Universitat de Madrid, exerceix també com a professor numerari de psicologia i ètica. Durant la II República és triat diputat per la província de León. Col·laborador del diari el Sol i fundador de la Revista d'Occident va ser un home progressista. La seva influència i pensament arriba fins als nostres dies. Un erudit que defensa i difon que l'activitat del pensar és exclusivitat de l'home.



***“En seguir una vocació masculina, estudiar i treballar com un home, la dona fa alguna cosa que no correspon del tot amb la seva naturalesa femenina, sinó que és perjudicial”.***

**CARL G. JUNG.** Metge, psiquiatre i psicòleg nascut a Suïssa en 1875. Col·laborador de Sigmund Freud. Pioner de la psicologia profunda va basar el seu ensenyament en els seus estudis d'antropologia, alquímia, mites, religió, art i interpretació de somnis... Un metge i científic que defensa que l'estudi i la vocació hauria de ser una activitat exclusiva dels homes.



***“La dona no necessita escriptori, tinta, paper ni plomes. Entre gent de bons costums l'únic que deu escriure en casa és el marit”.***

**MOLIÈRE.** Nascut a París l'any 1622. Dramaturg i actor va ser un home molt influent en la seva època. Va escriure més de 30 comèdies que van ser representades amb gran èxit, entre d'altres, “L'Avar”, una de les seves obres més reconegudes. En el seu pensament estan implícites i explícites les seves creences masclistes i la seva misogínia.



# Dones influents en la nostra història

## Hipatia d'Alexandria



*"Hi havia una dona a Alexandria que es deia Hipatia, filla del filòsof Teón, que va aconseguir tals coneixements en literatura i ciència, que va sobrepassar en molts aspectes a tots els filòsofs del seu propi temps. Havent succeït a l'escola de Plató i Plotí, explicava els principis de la filosofia als seus oïdors, molts dels quals venien des de lluny per rebre la seva instrucció."*

— Sòcrates Escolàstic. I I

Hipatia d'Alexandria va ser la primera dona a realitzar una contribució substancial al desenvolupament de les matemàtiques. Va ser una veritable precursora i fins a una màrtir com a dona de ciències. Va néixer l'any 370, a Alexandria (Egipte) i va morir en el 416, quan els seus treballs en filosofia, física i astronomia van ser considerats com una heretgia per un ampli grup de cristians, els qui la van assassinar brutalment. Des de llavors, Hipatia va ser considerada gairebé que com una santa patrona de les ciències i la seva imatge es considera un símbol de la defensa de les ciències, contra la irracionalitat i l'estupidesa de les envestides religioses, sempre fretuoses del mínim sentit.

## Rosalind Franklin



Rosalind Elsie Franklin va néixer a Londres (1920-1958). Va ser biofísica i cristal·lògrafa, tenint participació crucial en la comprensió de l'estructura de l'ADN, àmbit en el qual va deixar grans contribucions. No obstant això i alhora, tornem a trobar-nos amb vergonyosos actes dins de la comunitat científica, un dels seus treballs més destacats: va fer possible l'observació de l'estructura de l'ADN mitjançant imatges preses amb rajos X, tampoc va ser reconegut. Per contra i com ja sabem, el crèdit i el premi Nobel en Medicina se'l van emportar Watson (qui més tard va ser qüestionat per les seves polèmiques declaracions racistes i homofòbiques) i Crick.

## Barbara McClintock



D'origen nord-americà, Barbara McClintock (1902-1992) va deixar un important descobriment en el camp de la genètica. Barbara és va especialitzar en la citogenètica i va obtenir un doctorat en botànica l'any 1927. Tot i que durant molt de temps, injustament els seus treballs no van ser presos en compte, 30 anys més tard se li va atorgar el premi Nobel pel seu excepcional i increïble avenç per a la seva època. La teoria dels gens saltadors, revelant el fet que els gens eren capaços de saltar entre diferents cromosomes. Avui, aquest és un concepte essencial en genètica.

## Rosalía de Castro

Rosalía de Castro va néixer a Santiago de Compostel·la (1837-1885) Poetessa i novel·lista espanyola, que va escriure tant en gallec com en castellà, va ser una de les poetes més importants del segle XIX. Al costat de Gustavo Adolfo Bécquer, és una figura emblemàtica del postromanticisme. En una època en la qual ningú escrivia en gallec, va recuperar i va dignificar la cultura gallega. En l'actualitat, la figura de Rosalía de Castro i les seves creacions literàries continuen rebent una constant atenció crítica, tant a Espanya com a l'estranger, sent la seva obra traduïda a idiomes com el francès, l'alemany, el rus o el japonès.



## Alimentació



**US DESTIEM,  
BON ANY NOU**

C/VALLESPÍ, 140 (PROP PLA CENTRE)  
T. 93 339 60 89  
DE DIJOS A DINAMENGE

ART IBÈRIC LAIN  
C/ Joan Güell, 165 - T. 93 490 81 18  
www.jamonerialain.com  
CAL FORNER  
C/ Joan Güell nº 125 - T. 93 339 21 58



**LA ROCA  
carnisseries**

**Tradició i modernitat**

- Servei a domicili
- Productes de primera qualitat

C/ Vallespir, 172 ☎ 93 491 03 69  
marc@carnisserialaroca.cat

CARACAS-LESCORTS  
C/ Les Corts, 6 - T. 93 330 64 65  
EPICERIE MELANIE  
C/ Caballero, 71-73 T. 93 170 12 31  
JAMON JAMON  
C/ Europa, 23 - T. 93 322 78 58  
LA GRANJA  
C/ Vallespir, 164 - T. 93 490 93 63  
LA PECULIAR  
C/ Can Bruixa, 23-33 - T. 93 185 41 98  
LA ROCA CARNISSERIES  
C/ Vallespir, 172 - T. 93 491 03 69  
MON SEC  
Av. Madrid, 215 - T. 619 72 09 29  
POLLASTRISSIM  
C/ Vallespir, 140 - T. 93 339 60 89  
VINALIUM  
C/ Joan Güell, 160-162 - T. 670 44 13 43

## Assessories i Assegurances



**PAULA ALONSO RODRÍGUEZ  
NOTARIO**

NOVA UBICACIÓ

Travessera de les Corts, 222 · Entresòl  
08028 Barcelona  
T. 93 330 02 37 - 93 409 19 32 / F. 93 409 18 16  
palonso@notarialescorts.com  
www.notarialescorts.com

NOTARÍA PAULA ALONSO  
C/Can Bruixa, 13 17 - T. 93 330 02 37  
NT CORREDORIA ASSEGURANCES  
C/Galileu, 224 L8 - T. 93 491 38 05  
ZURICH SEGUROS  
Tr. de les Corts, 221-223 - T. 93 490 59 94

## Animals i Plantes

EL CLUB DELS TETES  
C/ Vallespir, 189 - T. 93 163 21 84  
PLANTES I FLORS JOAN GÜELL  
C/Joan Güell, 144-148 - T. 93 009 31 89

## Cursos i Formació

**L'ACADÈMIA DE LES CORTS  
CURSOS D'IDIOMES**



c/Numancia, 98 (plaça de Les Corts)  
☎ 93 321 36 59  
www.lacademiadelescorts.com

AUTOESCOLA PALLARS  
C/ Marquès de Sentmenat, 80 - T. 93 315 87 61  
www.autoescolapallars.com  
DANCE MANIACS LES CORTS  
C/ Galileu, 261 - T. 93 159 76 59

**Autoescuela** Tu autoescuela de confianza en Les Corts



**PISCIS**  
C/Entença, 320  
☎ 934301306  
www.autoescuelapiscis.com

KIDS&US  
C/ Can Bruixa, 23 - T. 649 608 234  
THE ENGLISH CORNER  
C/Lluçà, 42 - T. 93 330 46 97

**L'ACADÈMIA DE LES CORTS**  
IDIOMES · REFORÇ · INFORMÀTICA  
Reforç totes les Assignatures  
☎ 93 321 36 59  
www.lacademiadelescorts.com

## Entitats

BIBLIOTECA LES CORTS MIQUEL LLONGUERAS  
C/ Riera Blanca, 1-3 - T. 93 449 31 07  
BIBLIOTECA CAN ROSÉS  
C/ Deu i Mata, 57 - T. 93 419 19 29  
CENTRE CÍVIC CAN DEU  
Pl. Concòrdia, 13 - T. 93 410 10 07  
CENTRE CÍVIC DE LES CORTS  
C/ Dolors Masferrer, 33-35 - T. 93 291 64 62  
C. CÍVIC JOAN OLIVER "PERE QUART"  
C/ Comandant Benítez, 6 - T. 93 339 82 61  
CENTRE CÍVIC RIERA BLANCA  
C/ Riera Blanca, 1-3 - T. 93 448 04 99

## Esports

**C.E. LES CORTS  
BARCELONA**  
**T'AGRADA EL FUTBOL?**  
**VINE I PROVA-HO!!**

Nois i noies de 6 a 12 anys

**IME ARISTIDES MAILLOL**  
Carrer Martí i Franques, 19-21  
**617 323 839 ☎ 607 851 125**  
Dilluns i Dijous: 17,45h a 19,30h  
celescorts@gmail.com

EQUIP RAIDERS  
C/Joan Güell, 117 - T. 93 430 88 03  
HOLMES PLACE EUROPOLIS LES CORTS  
Trav. de les Corts, 252-254 T. 93 363 29 92  
www.holmesplace.es

## Estètica i Bellesa



**Raffel PAGES**  
BARCELONA

C/ Marquès de Sentmenat, 54-58 · Local 1  
T. 93 444 80 64

CEBADO  
C/ Joan Güell, 163 - T. 93 490 71 24  
CRISTINA'S BEAUTY MOMENTS  
C/ Vallespir, 186 - T. 687 74 93 78  
DIANA GUILL  
Av. Madrid, 169 - T. 93 411 01 00  
ENTORN  
C/Joan Güell, 131-133 - T. 93 490 07 03  
IMAGH  
C/Vallespir, 188 - T. 93 339 86 60

IR NAILS STETIC  
Camí Vell de Sarrià, 23 - T. 93 494 12 72  
www.ancelobert.com/ir-nails-stetic/

PELUQUERIA REYES  
C/Galileu, 286 - T. 93 490 86 95

## Forns, Pastisseries i Dolços

DIVINES TEMPTACIONS  
C/ Comandant Benítez, 8 - T. 607 73 8144  
PASTISSERIA AINHOA  
C/ Galileu, 335 - T. 93 439 82 32  
PASTISSERIA JAUME  
C/ Joan Güell, 135 - T. 93 339 06 96

## Immobiliàries

EL CLUB DEL PROPIETARI  
C/Can Bruixa, 4 - T. 93 411 18 99

**Anuncii's aquí... Acelobert**  
T. 93 140 10 37 · 605 813 098  
www.ancelobert.com · publicitat@ancelobert.com

...perquè els millors sempre **destaquen**

LA INMOBILIARIA  
C/Joan Güell, 188 - T. 93 749 96 30

## Informàtica, Imatge i So

NOUTRADING S.L.  
C/Vallespir, 168 - T. 93 490 47 18

## Joieries

JOYERIA EUROPA  
C/ Europa, 21 - T. 93 321 44 97  
JOIERIA YEMANYA  
C/ Evarist Arnus, 1-3 - T. 93 222 76 93

## Llar



**ESCODA  
TALLER DE MARCS**

- marcs de talla
- miralls
- restauració i neteja de pintures
- marcs
- olis
- obra gràfica

Joan Güell, 136 ☎ 93 490 17 29

DECOZALOP INTERIORISMES  
C/Joan Güell, 132 - T. 93 449 27 72  
ELECTRO.PEINADO  
C/Joan Güell, 139-145 - T. 93 330 32 07  
ESCODA MARCS A MIDA  
C/Joan Güell, 136 - T. 93 490 17 29  
FENT PUNT  
Gran via Carles III, 46-48 - T. 620 43 68 10  
FERRETERIA EL CLAU  
C/Joan Güell, 190 - T. 93 321 02 07  
FERRETERIA VALLS  
C/ Vallespir, 117-119 - T. 93 490 60 90  
INTERIORS CUINES I BANYS  
C/ Vallespir, 166 - T. 93 491 46 92  
www.interiorscuinesibany.com  
LA TIRA DE COSES  
C/Joan Güell, 165 - T. 630 34 85 49  
METALISTERIA SÁNCHEZ  
C/ Galileu, 275 - T. 93 490 15 26  
MOYCOR  
C/ Galileu, 320 - T. 93 430 72 01  
TALLER D'INTERIORS  
C/ Galileu, 275 - T. 617 43 49 44  
SEIFEC  
C/ Vallespir, 166 - T. 93 490 67 30

**Aurell** Tapisseria i cortines  
Marquès de Sentmenat, 71 ☎ 93 321 05 62  
www.aurelltapisseria.com

## Moda i Complementes

ALVARO CALÇATS  
Trav. de les Corts, 265 - T. 93 430 03 88  
www.ancelobert.com/calzados-alvaro/  
ANN SAF  
C/ Vallespir, 131 - T. 93 166 81 56  
BOUTIQUE LA PERA  
C/ Galileu, 294 - T. 93 490 35 59  
DEKASTA  
C/Joan Güell, 139 - T. 93 330 36 80  
DONNA  
C/ Can Bruixa, 24 - T. 93 490 74 11  
GRACIA  
C/ Vallespir, 117 - T. 93 339 63 39  
JUNYENT  
C/ Europa, 26 - T. 93 430 77 47  
PASS-4  
C/Joan Güell, 135 - T. 93 339 02 96



## Moda i Complements

**Alvaro** **calcats**

50 Anys d'experiència en el confort dels peus

Clarks STONEFLY NORDIKAS

Horari: de 10 a 20.30 h. no tanquem al migdia  
Dissabtes 10 a 14 - 17 a 20.30 h.

Trav. Les Corts, 265 ☎ 93 430 03 88

## Motor

MOTO PISCIS  
C/ Vallespir, 189 - T. 93 411 85 17

## Oci, Papers i Llibres

ESTANCO SAN RAMON NONATO  
Av. Sant Ramon Nonat, 28 - T. 93 440 31 71  
JOGUINES PATRICIA  
C/ Joan Guell, 131 - T. 93 409 02 42  
ORIGEN  
C/ Galileu, 257 - T. 93 566 23 01

## Petits

ELS BARRUFETS  
C/ Galileu, 224 - T. 93 339 95 6

## Restaurants, Bars i Hotels

**RESTAURANT CAFE DE GALIZA**

Especialidad en:  
Cocina Gallega y del Bierzo  
Cocina de mercado

Avenida Riera Blanca, 14-16  
☎ 93 449 82 34

CARIBBEAN COFFEE  
C/ Vallespir, 161 - T. 93 409 54 47  
BAR CAN BRUixa  
C/ Joan Guell, 168 - T. 658 97 44 26  
BAR PETIT GALILEU  
C/ Galileu, 294-296 - T. 93 490 14 59  
www.grupoelreloj.com  
BAR RESTAURANTE CIURANA  
C/ Can Bruixa, 41-45 - T. 93 339 53 96  
www.grupoelreloj.com  
L'ANDANA CAFE  
C/ Galileu, 282 - T. 647 500 749  
RESTAURANTE BENDITA HELENA  
C/ Galileu, 261 - T. 93 491 28 13  
RESTAURANTE GALIZA  
Av. Riera Blanca, 14-16 - T. 93 449 82 34  
www.acelobert.com/taberna-galiza-restaurant/

AMICS **CAFE**

Av. Madrid, 51-53  
☎ 93 118 54 89  
662 689 882

BAR RESTAURANTE LA PERLA  
C/ Numancia, 66 - T. 93 321 02 73  
www.grupoelreloj.com  
CAN BARÇA  
C/ Joan Guell, 230 - T. 93 322 37 23  
EL REBOST DE VALLESPÍR  
C/ Vallespir, 123 - T. 93 411 02 82  
HOTEL ATENEA-RESTAURANT  
C/ Joan Guell, 207-211 - T. 93 490 66 40  
LA TABERNA DEL BIERZO  
C/ Loreto, 24 - T. 93 419 34 57  
LIZARRAN  
C/ Can Bruixa 6-8 - T. 93 411 04 51  
NAGOYA  
C/ Joan Guell, 166 - T. 93 491 08 72  
PIZZERIA IL CUOCO  
C/ Galileu, 335 - T. 93 439 74 33  
RABBAR  
Plaça Concordia, 9 - T. 676 915 185  
RTÉ. CABANEROS  
C/ Vallespir, 17 - T. 93 490 52 94

**LA TABERNA DEL BIERZO**

NUESTRAS ESPECIALIDADES:  
Productos del Bierzo  
Galicia · Ibéricos y Tapas

ABIERTO DE 8H DE LA MAÑANA A 3H DE LA MADRUGADA  
C/ Loreto, 24 ☎ 93 419 34 57

## Salut

ARMAND ÒPTICS  
Plaça del Centre, 13 - T. 93 339 20 11  
ARMAND ÒPTICS  
Av. Madrid, 161  
CENTRE MEDIC DIAGNOSTIC ALOMAR  
C/ Berlín, 67 - T. 93 429 41 60  
www.centremedicalomar.es

CLÍNICA DENTAL GALINDO  
Travessera les Corts, 44 - T. 93 252 91 93  
www.dentalgalindo.com

SERVICIO DE PODOLOGÍA  
**KINESIOCLINIC**  
Patologías y afectaciones del pie  
Estudio biomecánico de la marcha

- Ortesis de silicona
- Podología pediátrica
- Podología deportiva
- Hongos en piel y uñas
- Pie diabético
- Uñas encarnadas
- Verrugas
- Plantillas personalizadas

Atención Privada y mutuas  
CITA PREVIA

Av. Madrid 191. Ent. 2º Esc. B. ☎ 93 186 74 21  
www.kinesioclinc.com/podologia/

CLÍNICA ORIS  
C/ Joan Guell, 108 - T. 93 409 06 47  
DIET CENTER  
C/ Joan Guell, 170-172 - T. 93 490 87 02  
FARMACIA ANTIGA DE LES CORTS  
Plaça Concordia, 3 - T. 93 439 79 05  
FARMACIA M. COLLADO  
C/ Joan Guell, 174 - T. 93 490 45 75  
FARMACIA MORE  
C/ Galileu, 250 - T. 93 490 43 95  
www.farmaciamore.com  
L'OLIVERA  
C/ Taquígraf Martí, 6 - T. 678 70 07 54  
MILENIUM DENTAL  
Gran via Carles III, 74 - T. 93 411 91 15

ORTOPEDIA MORÉ  
C/ Evarist Arnús 45, baixos - T. 93 330 11 86  
www.ortopediamore.com

SANITAS RESIDENCIAL  
C/ Evarist Arnús, 22-32 - T. 93 411 47 00

**NEURO AMUNT**  
Centre de dia assistencial i terapèutic per a gent gran  
Travessera de les Corts, 31 · T. 93 448 11 54

SERVIMEDIC  
C/ Galileu, 300 - T. 93 490 62 33  
ZONATERAPIA  
C/ Galileu, 306 - T. 93 410 89 20

## Serveis

**¿AGOBIAO POR TUS DEUDAS?**

Ley De La Segunda Oportunidad,  
informate y vuelve a empezar de nuevo.  
¡Consúltanos!  
¡Podemos ayudarte!

**LEVANTATE SIN DEUDAS**  
ReparatuDeuda  
resuelve tus impagos

C/ Castelao, 12 · L'Hospitalet  
93 667 51 18 ☎ 610 46 46 78

DAMAS TOURS  
C/ Vallespir, 169 - T. 93 490 68 00

EMBAGRAP  
C/ Galileu, 286 - T. 93 490 96 37  
ESTACIO DE SERVEI GALILEU  
C/ Galileu, 217 - T. 93 490 28 93  
PERSI +  
C/ Vallespir, 157 - T. 93 491 01 90  
TARANNA  
C/ Vallespir, 174 - T. 93 411 83 73  
UN MAR D'IDEES, ARTS GRÁFIQUES  
C/ Joan Güell, 142 - T. 93 768 87 42

**GRUPO SEGELIM 24 - S.L.**  
Servicios Segelim 1994, S.L.

- Comunidades
- Vaciado de pisos
- Locales y primeras limpiezas
- Camareras hotel
- Oficinas
- Limpieza parking
- Atención a domicilio personas de la tercera edad
- Responsabilidad Civil y Riesgos Laborales

**Presupuestos sin compromiso**

Nuestra experiencia y seriedad nos avalan

C/ Roger, 5 ☎ 93 624 27 13  
E-mail: segelim1994@gmail.com

## Poesia

Josep Carner i Puig-Oriol

*“Any Nou”*

Ni l'astròleg no sap, dia primer,  
u rigorós que un poc de vida ens dalla,  
quines estrenes ens darà potser:  
angoixa, amor, traspàs o revifalla.

Natura és erta, sense afany ni esquer,  
i l'aire és buit i la gelada calla.  
Un salut regalima en el cloquer;  
mor, a prop de l'encert, l'escorrialla.

¿Qui sap el que vindrà i el que em deserta?  
Nou any és nou engany; en vida incerta,  
jo sóc una ombra que s'esmuny de frau.

Oh Veritat, tu sola coronada  
ben al dellà dels tombs de l'estelada!  
Sigues-me llei i certitud i pau.

## Activitats Culturals

LesCorts · Maternitat · Sant Ramon · Pedralbes

### Conferències

## La llei del desdoblament dels temps

Introduïrem l'aplicació pràctica d'aquesta llei física, per a com abordar els conflictes quotidians. Des de la "Lògica Global Convergent", desplegarem el sistema de referències des del No Res fins la Realitat física, en què a cada instant ens comuniquem internament generant com percebem els altres, nosaltres mateixos i tot. Una lògica inversa que muta la nostra percepció, obrint-nos a noves possibilitats. Serà dimecres 18 de gener. Al Centre Cívic Josep M. Trias i Peitx (Riera Blanca, 1). Activitat gratuïta.

## Salvador Espriu i els compositors catalans

A càrrec d'Albert Ferrer Flamarich, musicògraf i historiador de l'art. Doble recorregut a l'entorn de les referències a la música que hi ha en l'obra poètica, narrativa i teatral de l'escriptor i a les composicions que empenen els textos d'Espriu. Es presenten obres de figures com Pau Casals, Valls Gorina, Raimon, etc. Es contextualitzen i s'audicionen explicant els recursos musicals i llenguatges emprats. S'hi abordon temes col·laterals com la dificultat de posar música a la poesia. Dijous 19 de gener. Al Centre Cívic Josep M. Trias i Peitx (Riera Blanca, 1). Activitat gratuïta.

### Infantil

## Karoli l'Home Roda

Un personatge incombustible, el Professor Karoli, es desplaça dins d'una sola roda amb motor. Combinant enginy amb la presentació d'artefactes amb rodes, monocicles alts amb cames, bicis nanes de 10, 20 i 30 cm, Karoli demostrarà la seva passió per les rodes fent el més difícil, i tant, sobre rodes. Un espectacle visual apte per a tots públics. Divendres 27 de gener, a les 18h. Al Centre Cívic Joan Oliver "Pere Quart" (Comandant Benítez, 6).

## Cromàtic

Cançons del repertori tradicional català passades pel sedàs dels ritmes urbans. A partir del color, la llum i la cultura urbana neix Cromàtic, un espectacle ubicat en un racó d'una plaça, d'un barri, d'una ciutat. A Cromàtic trobem dos músics que juguen a imaginar sense límits, jugant com nens, sense portes, finestres, ni sostre. Un animal es converteix en una cançó, un tamboret vell, en un cotxe, i una barra de pa, en un instrument de percussió... A Cromàtic tot és possible! Serà diumenge 22 de gener, a les 11.30h. A càrrec de: Cia. Com Sona. Al Centre Cívic Joan Oliver "Pere Quart" (Comandant Benítez, 6).



**BAR RESTAURANTE**  
**Asador de Lugo**  
Aromas de Galicia

Comtes de Bell-lloc, 63 ☎ 93 409 01 20 • asadordelugo@grupoelreloj.com

**BAR RESTAURANTE**  
**Ciurana**  
Tradición y modernidad

Can Bruixa, 41-45 ☎ 93 339 53 96 • ciurana@grupoelreloj.com

**BAR RESTAURANTE**  
**La Perla**  
Nueva imagen, cocina mediterránea

Numancia, 66 ☎ 93 321 02 73 • laperla@grupoelreloj.com



## Humor 😂

- Entra un senyor en una perruqueria i li diu a la dependenta  
- Dispensi voldria un xampú, i la noia li diu per cabell sec o cabell greixos?  
i el senyor va i li diu  
- Ah per cabell brut ja em va bé

- Maria, que feliços erem fa quinze anys  
- Pero si no ens coneixiem!  
- Per això, Maria, per això

Entra un home molt tímid a un bar i diu:  
- Un cafè si us plau ...  
- Només?  
- Bé... pose-me'n dos...

- Doctor, doctor, em sento malament.  
- Doncs segueix millor.





# Barri *l'Esquerra de l'Eixample*



## ASSESSORIA GRAN VIA

**Bon Any!!!**

**ASSESSORAMENT MÈDIC-JURÍDIC EN:**

- Pensions d'invalidesa de la Seguretat Social i mútues accidents.
- Percentatge de minusvalidesa de la Generalitat de Catalunya.
- Laboral, indemnitzacions acomiadaments.
- Pericials mèdiques d'invalidesa, accidents trànsit i minusvalia.

**Gran Via, 509, 1r-2a**  
(cant. Comte de Borrell)  
**Tel. 93 451 22 31 - 93 323 38 22**  
[laboral@asesoriagranvia.com](mailto:laboral@asesoriagranvia.com)  
[www.asesoriagranvia.com](http://www.asesoriagranvia.com)







Feliz Año!

COMPRAR • VENDER • ALQUILAR



**Century 21**  
Dux

c/ Mallorca, 101  
Telf: +34 93 453 19 54  
dux.mallorca@century21.es  
century21.es



# inmogescredit

**¿TU ENTIDAD BANCARIA TE HA DADO LA ESPALDA?  
¡TE BUSCAMOS SOLUCIONES!**

---

## HIPOTECA

**¿QUIERES COMPRAR  
UN PISO?**

- HASTA EL 100% DE FINANCIACIÓN
- LAS MEJORES CONDICIONES
- TODOS LOS BANCOS EN 1 VISITA

## REUNIFICACIÓN

**¡¡¡ PAGA MUCHO MENOS  
CADA MES !!!**

- AGRUPACIÓN DE DEUDAS
- SOLUCIONAMOS ASNEF / RAI / EXPERIAN / EMBARGOS

## PRÉSTAMO PERSONAL

**¿TU PROPIO BANCO NO  
TE DA DINERO?**

- RESPUESTA EN 72 HORAS
- HASTA 30.000 €
- MÍNIMA DOCUMENTACIÓN

**93 260 11 97**

**[www.inmogescredit.com](http://www.inmogescredit.com)**

## Alimentació

**CARNES**  
**Alegre.com**  
*tu carnicería de confianza*

- Pollo y carne ecológica
- Carne de Nebraska

**Reperto a domicilio**  
Transporte gratuito. A partir de 70 €

**C/ Llançà, 43 ☎ 932 260 174**  
**www.carnsalegre.com**

A BIO SPACE SUPERMERCAT ECOLÒGIC  
C/ València, 186 - T. 93 453 1573  
COALIMENT PROVENÇA  
C/ Provença, 57 - T. 93 430 02 20  
DELICATESSEN XARCUTERIA HOM  
C/ Provença, 79 - T. 93 439 82 35  
LLAMINADURES MÚSICA DOLÇA  
C/ Viladomat, 297 - T. 615 87 64 00  
MERCAT DEL NINOT  
C/ Mallorca, 133-157 - T. 93 323 4909  
PETIT BIO  
C/ Calàbria, 259 - T. 93 419 66 36  
POLLERIA I CAÇA MONTSE  
C/ Provença, 47 - T. 93 430 05 23  
SYLVIA'S BOX  
C/ Rosselló, 60 - T. 93 222 54 57  
XARCUTERIA ROYSAN  
C/ Rosselló, 84-86 - T. 93 430 18 12

## Animals i Plantes

CENTRE VETERINARI PROVENÇA  
C/ Provença, 59 - T. 93 419 91 53  
CLINICA VETERINARIA CALÀBRIA  
C/ Calàbria, 232 - T. 93 419 62 81  
FLORISTERIA PARIS  
C/ París, 50 - T. 93 322 78 03

## Assessories i Assegurances

AME ASSISTÈNCIA MÈDICA  
C/ València, 106-108 - T. 93 226 59 66  
AXA SEGUROS  
C/ París, 56 - T. 93 439 68 28  
AXA SALUT - AGENT ASSEGURANÇA  
C/ Rosselló, 188 2 - B - T. 603 125 524  
GESTORIA CONTADRET SL  
C/ Rocafort, 193-197 - T. 93 363 27 94  
VANCELLS ADVOCATS  
C/ Rosselló, 48 · 3r - 1a - T. 93 425 04 62

## Entitats

ASSOC. VEÏNES I VEÏNS ESQUERRA EIXAMPLE  
C/ Calàbria, 262 - T. 93 453 28 79  
CENTRE CÍVIC URGELL  
C/ Comte d'Urgell, 145 - T. 93 453 64 80  
CENTRE SERVEIS SOCIALS  
C/ Comte Borrell, 305 - T. 93 326 40 40  
EIX COMERCIAL NOU EIXAMPLE  
C/ Calàbria, 262 1a planta - T. 636 69 05 88  
HOSPITAL CLÍNIC  
C/ Villarroel, 170 - T. 93 227 54 00

## Estètica i Bellesa

DROGUERIA PERFUMERIA GRECH  
C/ Rosselló, 68-70 - T. 93 410 46 44  
HIPER EL MÓN - PERFUMERIA/DROGUERIA  
C/ Calàbria, 274 - T. 93 439 11 78  
LA FLOR DEL OLIVO  
C/ Mallorca, 172-174 - T. 93 453 17 26  
LA PELU DE LA MONTSE  
C/ Calàbria, 246 - T. 93 430 36 65

**Peluqueria Remy Style Barcelona**  
El Rey de la Queratina  
**Especializada en Queratina**  
**Orgánica 0% sin formol**  
✓ Tratamientos faciales y uñas  
C/ Còrsega, 45 ☎ 722 784 731  
■ Styles Renato

PERFUMERIA ZINNIA - PASSION BEAUTÉ  
C/ Londres, 4 - T. 93 430 54 91  
PERRUQUERIA ADELA BELMONTE  
C/ Provença, 77 - T. 93 410 52 05  
PERRUQUERIA NUBEL  
C/ Rosselló, 85 - T. 93 410 97 34

## Cursos i Formació

ESCOLA BALL "DANCE EMOTION"  
C/ Calàbria, 253 - T. 93 405 15 27  
ESCOLA JOSO CENTRE CÒMIC  
C/ Entença, 163 - T. 93 490 21 20  
HELEN DORON ENGLISH  
C/ Còrsega, 96 - T. 93 000 16 41  
KIDS & US  
C/ Aragó, 120 - T. 93 114 69 58  
TAVERNA & VALDIVIA  
C/ Còrsega, 81 - T. 93 539 43 50

## Forns, Pastisseries i Dolços

FORN PROVENÇA  
C/ Provença, 69 - T. 93 430 56 99  
PASTISSERIA LA PLA  
C/ Rocafort, 240 - T. 93 430 30 11  
PASTISSERIA RIBES  
C/ Provença, 108 - T. 93 430 10 11

## Immobiliàries

ARIA REALE STATE BARCELONA  
Av. Diagonal, 459 · 4t 4a - T. 93 430 25 05  
FINQUES MONTANÉS  
C/ Rocafort, 246 - T. 93 410 13 48  
FINCAS Y SEGUROS  
C/ París, 75 - T. 616 59 20 50  
CENTURY21 DUX  
C/ Mallorca, 101 - T. 93 453 19 54

## Informàtica, Imatge i So

ART-TRONIC INFORMÀTICA  
C/ Provença, 154 - T. 93 250 22 71  
G.D.SUMINISTROS INFORMATICOS  
C/ Rosselló, 38-40 - T. 93 410 03 21  
VM FOTO PROFESIONAL  
C/ Calàbria, 209 - T. 93 321 57 66

**INFORMÀTICA**  
Venta, reparació i manteniment  
d'ordinadors i mòbils  
C/ Villarroel 132, Local 5 ☎ 93 280 91 92  
☎ 636 390 475 · ajinformatica132@gmail.com  
**www.ajinformatica.net**

## Joieries-Relotgeries

ARNALD CLIMENT JOIES  
C/ Villarroel, 182 local 2 - T. 93 435 45 96  
PERE ARQUER JOIERS  
C/ Villarroel, 155 - T. 93 454 28 45  
TALLER DE RELLOTGERIA OSUNA  
C/ Rocafort, 244 - T. 93 419 95 78

**Graciela**  
COMPLEMENTES DISSENY'S  
D'ARGENT  
**Campanya Reis**  
**PROMOCIONS**  
**10% fins 40%**  
C/ Provença, 81 ☎ 934 196 365  
articulosderegaloenbarcelona.blogspot.com.es

**JOIERIA EL REGAL**  
Joiers des de 1914  
**COMPRO OR, ARGENT, DIAMANTS I RELLOTGES**  
C/ Mallorca, 160 ☎ 93 453 05 55  
Mòbil: 674 670 381  
joieriaelregal@gmail.com  
**www.joieriaelregal.com** Segueix-nos a f

## Llar i Reformes

ASCENSORES CAYMEL-CIMA  
C/ Viladomat, 236 - T. 93 363 44 90  
ENGITECSA ENGINYERIA INDUSTRIAL  
C/ Balmes, 123 · 4t 2a - T. 93 411 88 51

**Pintures i Drogueria Navarra**  
**El teu color al moment**  
C/ Aragó, 21, botiga 4  
☎ 935 30 77 75 (C/Entrada per Llançà)

MARCELO VILÀ MANEQUINS  
Gran Via, 531 - T. 93 454 52 33

**Anuncii's aquí...**  
**Acelobert**  
BARCELONA barri a barri  
**T. 93 140 10 37 · 605 813 098**  
**www.acelobert.com** · publicitat@acelobert.com  
...perquè els millors sempre **destaquen**

## Moda i Complementes

FONT PELL CALÇAT  
C/ Rocafort, 128 - T. 93 289 27 59  
L'ESCARPI CALÇATS  
C/ Aragó, 50 - T. 93 423 76 52

**MODA DONA DOBLE G**  
C/ Aragó, 99 - T. 93 226 07 34  
**www.doble.g.cat**

MODES ASSUN  
C/ Rosselló, 64 - T. 93 321 94 48  
MODA ÍNTIMA PIEDAD  
C/ Calàbria, 195 - T. 93 405 24 24  
NITUS MODA  
C/ Rocafort, 246 - T. 93 322 82 55  
PELL XAVIER  
C/ Provença, 53 - T. 93 410 09 35  
SABATERIA S'CARPA  
C/ París, 50 - T. 93 322 58 55  
TOT PORTER ROBA I CALÇAT ESPORTIU  
C/ Calàbria, 252 - T. 93 430 88 09  
TRADE MODA HOME  
C/ Calàbria, 228 - T. 93 439 26 92

## Motor

MOTOS A SAC!!!  
C/ Rosselló, 60 - T. 93 321 30 87

TALLER AUTOMOCIÓ MIDAS  
C/ Consell de Cent, 181 - T. 93 636 13 53  
TALLERS TRAVESSERA 80  
C/ Provença, 110 - T. 93 439 23 67  
TEAM'S MOTOR TOYOTA  
C/ París, 70-78 - T. 93 410 38 38

## Oci

ARTICLES ESOTÈRICS NOSTRADAMUS  
C/ Rocafort, 159 - T. 93 229 62 82  
ESTANC TABACS, REGALS  
C/ Provença, 92 - T. 93 439 09 88  
NATURA KUCERA MINERALS I FÒSSILS  
C/ Comte d'Urgell, 171 - T. 93 454 18 01  
PERFORMANCE, S.A DISCOTECA  
C/ Provença, 43 - T. 93 321 10 75  
SOMNI VIATGES  
C/ Rosselló, 76 - T. 93 405 22 00  
TARGUI VIATGES  
C/ Rocafort, 128 - T. 93 425 10 53  
TRAVEL PARTNERS  
C/ Provença, 122 - T. 93 451 11 05

## Papers i Llibre

LLIBRERIA AL PEU DE LA LLETRA  
C/ Calàbria, 281 - T. 93 430 66 08  
LLIBRERIA HORIZONS  
C/ València, 149 - T. 93 451 30 97

## Petits

JUST FOR YOU KIDS TALLERS, ANIVERSARIS  
C/ Casanova, 173 - T. 93 681 35 79  
SALA AL TEU AIRE, ANIVERSARIS  
C/ Mallorca, 105 - T. 654 47 74 74  
SYLVIA'S BOX GALETES PERSONALS  
C/ Rosselló, 60 - T. 93 222 54 57  
TAVERNA & VALDIVIA MANUALITATS  
C/ Còrsega, 81 - T. 93 539 43 50

## Restaurants i Bars

FRANKFURT ROSELLÓN  
C/ Rosselló, 36 - T. 93 410 06 16  
HOM MENJAR PER EMPORTAR  
C/ Provença, 79 - T. 93 439 82 35  
LA PLA - MENÚ DIARI  
C/ Rocafort, 240 - T. 93 430 30 11

**BERNABÉ GALIZA**  
**RESTAURANTE**  
**COCINA GALLEGA Y DEL BIERZO**  
Especialidad: Tapas y carnes a la brasa  
Calàbria, 224 ☎ 93 410 62 15

LA TECA MENJAR PER EMPORTAR  
C/ Calàbria, 249 - T. 93 322 42 28  
PAUSA CAFFE NINOT  
C/ Casanova, 118-120 - T. 93 163 05 13  
RESTAURANT BASSY  
C/ Calàbria, 230 - T. 93 430 01 67  
RESTAURANTE BUJ  
C/ Provença, 73 - T. 93 410 13 14  
RESTAURANTE PASCUAL  
C/ Calàbria, 254 - T. 93 439 90 75  
SANTA BEL RESTAURANT  
C/ París, 67 - T. 93 533 91 99

**Anuncii's aquí...**  
**Acelobert**  
BARCELONA barri a barri  
**T. 93 140 10 37 · 605 813 098**  
**www.acelobert.com** · publicitat@acelobert.com  
...perquè els millors sempre **destaquen**



## Restaurants i Bars

SENYOR VERMUT  
C/ Provença, 85 - T. 93 532 88 65  
TASTEM TAPES & RESTAURANT  
C/ Provença, 88 - T. 93 681 51 79

## Salut

**Institut de Salut Holística**  
Fem nos responsables del nostre propi benestar

- Massatges especialitzats, cursos i tallers
- Psicologia, Coaching i Creixement Personal
- Reiki i reconeixement - loga i QiGong
- Dansa del ventre

C/ Rosselló, 102 - ent. 1a ☎ 934 635 572  
[www.institutsalutolistica.com](http://www.institutsalutolistica.com)

AURAL CENTRES AUDITIVS PROFESSIONALS  
C/ Aribau, 169 - T. 93 362 40 99  
CENTRO DE TERÀPIA, ACUPUNTURA  
C/ Provença, 112 - T. 93 419 12 64  
ERGONOMIKA  
C/ París, 43 - T. 93 419 50 66  
FARMÀCIA DONADA  
C/ Calàbria, 242-244 - T. 93 430 08 24  
FARMÀCIA LLAMBI  
C/ Provença, 71 - T. 93 430 04 11  
FARMÀCIA NÚRIA FRANQUESA  
C/ París, 45 - T. 93 430 90 96

**VERONICA SERRANO** Cita prèvia  
MASAJE TERAPÉUTICO, RELAJANTE Y DEPORTIVO  
ACUPUNTURA • HIGIENE FACIAL • UÑAS • DEPILACIÓN  
c/ Rosselló 64 B • M. 672 845 852  
veronicabcn.serrano@gmail.com  
veronicabcn.serrano

FARMÀCIA PRECIADO  
C/ Provença, 39 - T. 93 430 12 28  
FARMÀCIA SICILIA  
C/ Diputació, 12 - T. 93 424 31 58  
GARCIA ZARCO DENTAL  
C/ Casanova, 105 - T. 93 451 10 26  
ÓPTICA CAMPO  
C/ Provença, 75 - T. 93 430 08 34  
PURAVIDA CENTRO QUIROPRACTICO  
C/ Muntaner, 87-89 - Local 2 - T. 93 496 08 93

**CENTRE LUNA ÒPTICA**  
Vidres monofocals + muntura = 49€  
Últimes col·leccions de sol 20% dte.  
I moltes més ofertes per a la gent del barri  
C/ Buenos Aires, 17 ☎ 93 363 28 04

## CENTRO DE TERAPIAS INTERNACIONAL



- Terapias Humanistas
- Dra. en Medicina Ayurveda
- Osteópata licenciado D.O.T.O.
- Cursos y Talleres

C/ Enric Granados, 111 - 1º 2º  
93 250 41 18 ☎ 696 393 329  
[www.centrodeterapiasinternacional.com](http://www.centrodeterapiasinternacional.com)

## Serveis

**GRUP RIOS**  
Aigua - Gas - Electricitat - Fontaneria  
Reformes en general

C/Valencia 21  
Tel: 93 758 77 63  
Mòbil: 678 804 881  
info@riosvalencia.com

C/Llucà 49 baixos  
Tel: 93 226 41 64  
Mòbil: 678 804 881  
info@riosroma2000.com

**TEMPORAL BOX**  
SELF-STORAGE  
Consell de Cent, 77  
Tel. 934 26 02 24

**SPITZ Alarmas Spitz, S.A.**  
desde 1982  
Instalaciones sin obra  
Servicio Técnico 24 horas  
Gran Vía de les Corts Catalanes, 493  
Tel. 93 451 75 00  
[www.alarmasspitz.com](http://www.alarmasspitz.com)

**moon MISSATGERS**  
Missatgeria i transport urgent, local, nacional i internacional  
[www.moonmissatgers.cat](http://www.moonmissatgers.cat) ☎ 93 411 82 28

**NACEX**  
C/ ROSSELLÓ, 180  
08008 Barcelona  
Tel. 93 323 88 88  
[www.nacex.es](http://www.nacex.es)

## Homes Igualitaris

# L'ampliació del permís de paternitat a un mes és totalment populista i insuficient

El govern d'Espanya ha fet públic un pacte amb C's segons el qual els pares (homes) tindrem 4 setmanes de permís de paternitat a partir de l'1 de gener de 2017.

Des del meu humil parer trobo que és una ampliació de permís totalment populista, insuficient i injusta. Considero que vol buscar l'aprovació fàcil de pares desinformatos i el govern vol posar-se una medalla de mèrit quan en realitat se li hauria de caure la cara de vergonya.

Els homes feministes que estem informats tenim el deute moral i ètic de recordar que aquesta promesa ja es va fer ara fa 6 anys. Any rere any, durant 6 anys, aquesta promesa ens l'han anat paralitzant. 6 anys després, la Llei 9/2009, d'ampliació del permís de paternitat a 4 setmanes, entrarà en vigor l'1 de gener de 2017. Però la Llei 9/2009 manté una inacceptable desigualtat de drets: a tot estirar els pares només podrem disposar de 4 setmanes per cuidar els nostres nadons, la quarta part de les 16 que dura el permís de maternitat. Torno a repetir: la quarta part que el permís de maternitat!

M'agradaria recordar que ja han passat dos mesos des que el Ple del Congrés dels Diputats demanés pràcticament per unanimitat els permisos iguals, intransferibles i pagats al 100%. Per aquesta raó demano al Govern Espanyol i a tots els grups parlamentaris que siguin conseqüents i tramitin amb urgència la Proposició de Llei de la PPIINA<sup>1</sup>, que està completament elaborada i llista per votar-se. La ciutadania no entendria que la "cambra baixa" converteixi les seves pròpies votacions en paper mullat.

En segon lloc, m'agradaria advertir que la Llei 9/2009 tindrà un efecte negatiu si s'aplica tal com està ara redactada, ja que obliga que les quatre setmanes siguin ininterrompudes. Atès que, llevat d'excepcions, els pares ens prenem ara les primeres dues setmanes a continuació del naixement o de l'adopció, l'actual redacció només ens permetria una prolongació d'aquest període, sense poder utilitzar aquestes dues setmanes addicionals per substituir la mare quan aquesta tornés al seu lloc de treball.

Així doncs, no ens permetria a les parelles fer torns per estendre el temps de la cura; no es concediria als pares l'opció de quedar-nos a càrrec dels nadons; i no s'al·leujaria la pressió sobre les mares perquè prolonguin el seu permís de maternitat amb excedències o reduccions de jornada que les penalitzaran en l'ocupació.

En definitiva, si no es canvia la redacció de la Llei 9/2009, aquesta extensió del permís de paternitat a 4 setmanes no significarà un avenç. Per contra, moltes empreses i persones consideraran un malbaratament que el pare romanguí a la llar una vegada la mare s'hagi recuperat del part.

Jo sóc, doncs, dels que promovem que els permisos siguin equiparats, que no s'estanquin en les 16 setmanes sinó que augmentin com a mínim fins a les 32 setmanes per a cada progenitor, per poder tenir la cura necessària de les nostres criatures; perquè els homes ens impliquem en la paternitat des del primer dia; perquè les mares no siguin discriminades a l'àmbit laboral i trenquem així els models tradicionals de gènere entre dones i homes.

Per Bernat Escudero  
@bernatescudero

Homes Igualitaris- AHIGE Catalunya  
[www.homesigualitaris.wordpress.com](http://www.homesigualitaris.wordpress.com)

<sup>1</sup>La PPIINA és la Plataforma pels Permisos de maternitat i paternitat Iguals i Intransferibles per Naixement i Adopció, [www.igualeseintransferibles.org](http://www.igualeseintransferibles.org)

Visita el nostre canal



amb totes les  
nostres entrevistes

**Acelobert**  
BARCELONA barri a barri  
[www.acelobert.com](http://www.acelobert.com)

Conferències

## Mites de la ciència

No és cert que fem servir únicament el 10% del cervell, que en lluna plena neixin més criatures, que els estruços amaguin el cap sota terra o que l'aigua de la pica giri al revés a l'hemisferi sud. Totes aquestes afirmacions són mites guarnits amb aparença de veritats científiques. Com tots els mites, tenen gràcia i resulten estimulants per a la imaginació, però sempre és important distingir entre mite i realitat. En aquesta xerrada desemascararem el que hi ha al darrere d'alguns d'aquests mites. Serà 17 de gener, a les 19h. A l'Auditori del Centre Cívic Urgell (Comte d'Urgell, 145).



## La ciència de l'epigenètica: no tot està als gens

L'epigenètica representa el llenguatge molecular mitjançant el qual es manifesta el potencial del genoma i ens permet entendre com el nostre estil de vida afecta la nostra salut, tant física com mental. Durant la xerrada, s'explicaran les bases de l'epigenètica amb un llenguatge senzill i accessible, i la il·lustrarà amb exemples de publicacions científiques actuals i les seves pròpies investigacions. Serà dimarts 24 de gener, a les 19h. A l'Auditori del Centre Cívic Urgell (Comte d'Urgell, 145).

Exposició

## En clau de gènere: negre i femení

Sis fotògrafes s'endinsen en el món negre criminal de sis novel·les fosques, tèrboles, que ens arriben de la mà de sis escriptores. Sis històries que no ens deixaran indiferents. L'objectiu de la càmera ens mostra l'univers femení: un univers infinit, plural i també criminal. Les dones moren, però també maten. Doncs que deixen empremta, que es dissenyen a elles mateixes. Serà del 19 de gener al 18 de febrer. Exposició comissariada per Carme Centrich amb fotografies de Jasna Buic, Laia Sala, Lola Montserrat, Maria Couto, Montse Campins i Nati Martínez. A la sala El Xalet, del Centre Cívic Casa Golferichs (Gran Via de les Corts Catalanes, 491).

## De tota la vida. El comerç emblemàtic de Barcelona

El model de comerç de Barcelona és únic, tan únic com els establiments que l'han constituït durant més de cent anys. Avui, aquests locals emblemàtics amb segell propi i personalitat són un testimoni viu de la nostra memòria històrica comercial que, sens dubte, cal conservar. Aquesta exposició, de la mà del fotògraf Esteve Vilarrúbies, vol valorar aquest tros de la nostra identitat com a ciutat. Serà del 12 de gener al 9 de febrer. A la Sala d'Exposicions Teresa Pàmies, del Centre Cívic Urgell (Comte d'Urgell, 145).



Itinerari

## Del Poblenou al 22@

Amb un peu al passat i un altre al futur, el Poblenou es debat entre la preservació del patrimoni antic i la construcció dels edificis més moderns. És, sens dubte, el barri tecnològic i creatiu per excel·lència de Barcelona, a la vegada que hi podem resseguir les traces del seu passat industrial. Des de la Torre Agbar fins a la Plaça Prim, parlarem de la singularitat del Poblenou, de les característiques urbanístiques i socials que ha tingut el barri i del seu passat industrial que encara un futur eminentment tecnològic. Dissabte 28 de gener, de 10 a 13 h. Al Centre Cívic Casa Golferichs (Gran Via de les Corts Catalanes, 491). Preu: 14,92 €

Música

## Quartet 4 fagots

El fagot és un instrument de vent i de fusta com tants d'altres, encara que segurament no és dels més populars. Aquest quartet format per quatre professors de fagot de diversos conservatoris i orquestres de Barcelona, volen ajudar a difondre els encants del fagot per tots els escenaris de la ciutat. Serà dijous 26 de gener, a les 19.30h. A l'Auditori del Centre Cívic Urgell (Comte d'Urgell, 145).

**decor ■ stil**  
des de 1981

- Carpinteria metal·lica
- Persianes ■ Tendals ■ Reixes
- Reformes integrals ■ Cuines ■ Banys
- Canviem banyeres per plats de dutxa

**Pressupost sense compromís**



C/ Mallorca, 148 · baixos · Tel: 93 323 42 62 · Mov: 627 45 45 88 · decorstil98@gmail.com · www.decorstil.es



Toni Colomina, president de l'Associació de Veïns de l'Esquerra de l'Eixample

# “Portem 20 anys reivindicant que la presó Model marxi del barri”

Toni Colomina porta 2 anys presidint l'Associació de Veïns de l'Esquerra de l'Eixample, però n'és soci des de l'any 1980. Actualment l'AAVV té uns 1.500 socis, que treballen plegats per trobar solucions a tots els problemes del barri.

## Quines són les seves principals funcions com a president de l'Associació de Veïns?

Presideixo l'Associació de Veïns amb una Junta que és escollida cada any per tots els socis. Procuo estar en contacte sempre amb els veïns, fent moltes trobades i sempre preocupat per qualsevol problema que pugui haver al barri o que puguin tenir els veïns. Intento ajudar en tot el que puc i trobar solucions.

## Quines són les principals reivindicacions que fan des de l'AAVV?

D'una banda, portem uns 20 anys reivindicant amb moltes mobilitzacions que la presó Model marxi del barri perquè ocupa un espai de dues illes d'Eixample. A més, és molt important la pacificació dels carrers, intentar que hi hagi menys cotxes. També reclamem que es facin actuacions de renovació als Jardins Montserrat, ja que estan molt degradats. D'altra banda, hi ha molts problemes al Parc Joan Miró amb els gossos que no estan lligats; i a l'espai Germanetes considerem que s'han de fer ja els equipaments que estan a punt de començar-se a fer, com un institut, un edifici de pisos socials, un altre edifici de pisos tutelats per a gent gran i una llar d'infants.

## Quines altres reivindicacions tenen des de l'AAVV?

També reclamem des de fa molt de temps que els Bombers tornin al carrer Provença, demanem que el projecte tiri endavant. I una altra reivindicació és que al Xalet de la Casa Golferichs, on hi ha la Fundació Pi i Sunyer ocupant un espai massa gran per les seves funcionalitats, es faci un centre cívic com cal, ja que actualment hi ha una manca d'espai perquè la fundació porta molts anys ocupant un espai molt gran.

## El mes passat vam entrevistar al president de l'Eix Comercial de l'Esquerra de l'Eixample i ens parlava dels possibles riscos pels comerços si es fa una mala implementació de la superilla. Què en pensen a l'AAVV?

Nosaltres encara no proposem res perquè hi ha un període de mig any en què s'està estudiant per part de l'Ajuntament de Barcelona i d'associacions de comerciants i de veïns. És un tema molt delicat però nosaltres en principi estem a favor de les superilles. El que no es pot fer, però, és el que

s'ha fet a Poblenou, que és implementar-ho sense consultar i sense consens. Nosaltres, per estudiar bé això necessitem ajuda tècnica i també que els veïns diguin la seva.

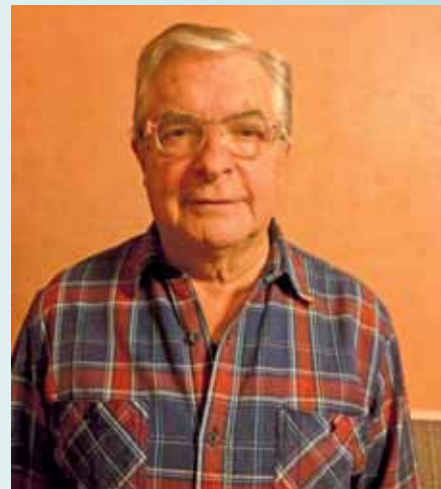
## Per tal de reduir la contaminació atmosfèrica, reclamen més zones verdes?

Les zones verdes les demanem des de fa més de 30 anys. Però el que no demanem ni demanarem és que els equipaments se substitueixin per zones verdes. En això sempre estarem en contra. I una altra demanda també passa per millorar les zones verdes que ja tenim, com per exemple la del parc Joan Miró, que està degradada; i també demanem que els Jardins Montserrat estiguin ben arreglats. En definitiva, estem a favor de les zones verdes, però el primer són els equipaments.

## Què li diria als veïns del barri perquè s'adrecin i col·laborin amb l'AAVV?

Els hi demanaria que s'apropessin al local nostre, al carrer Calàbria 262. Allà trobaran persones que sempre estan al costat dels veïns i pendents del que passa al barri. A més, si una persona és sòcia pot fer diferents cursos, com català o anglès; val la pena aprofitar aquesta oportunitat. I també derivem a les persones necessitades als serveis socials del barri, els facilitem aquesta gestió. Ser soci té molts avantatges, i a més, es paga un preu simbòlic (uns 10 euros anuals). Si hi haguessin més socis es podrien fer més coses pel barri.

Més informació: [www.awee.org](http://www.awee.org)







**INFORMÀTICA**

**Venda, reparació i manteniment d'ordinadors i mòbils**

*Li desitgem Bones Festes!!*

C/ Vilarroel 132, Local 5 ☎ 93 280 91 92 ☎ 636 390 475  
[ajinformatica132@gmail.com](mailto:ajinformatica132@gmail.com) • [www.ajinformatica.net](http://www.ajinformatica.net)

**JOIERIA EL REGAL**

*Joiers des de 1914*

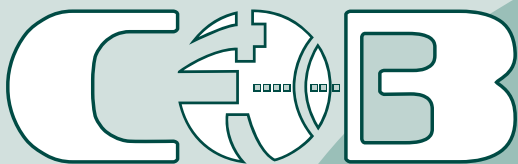
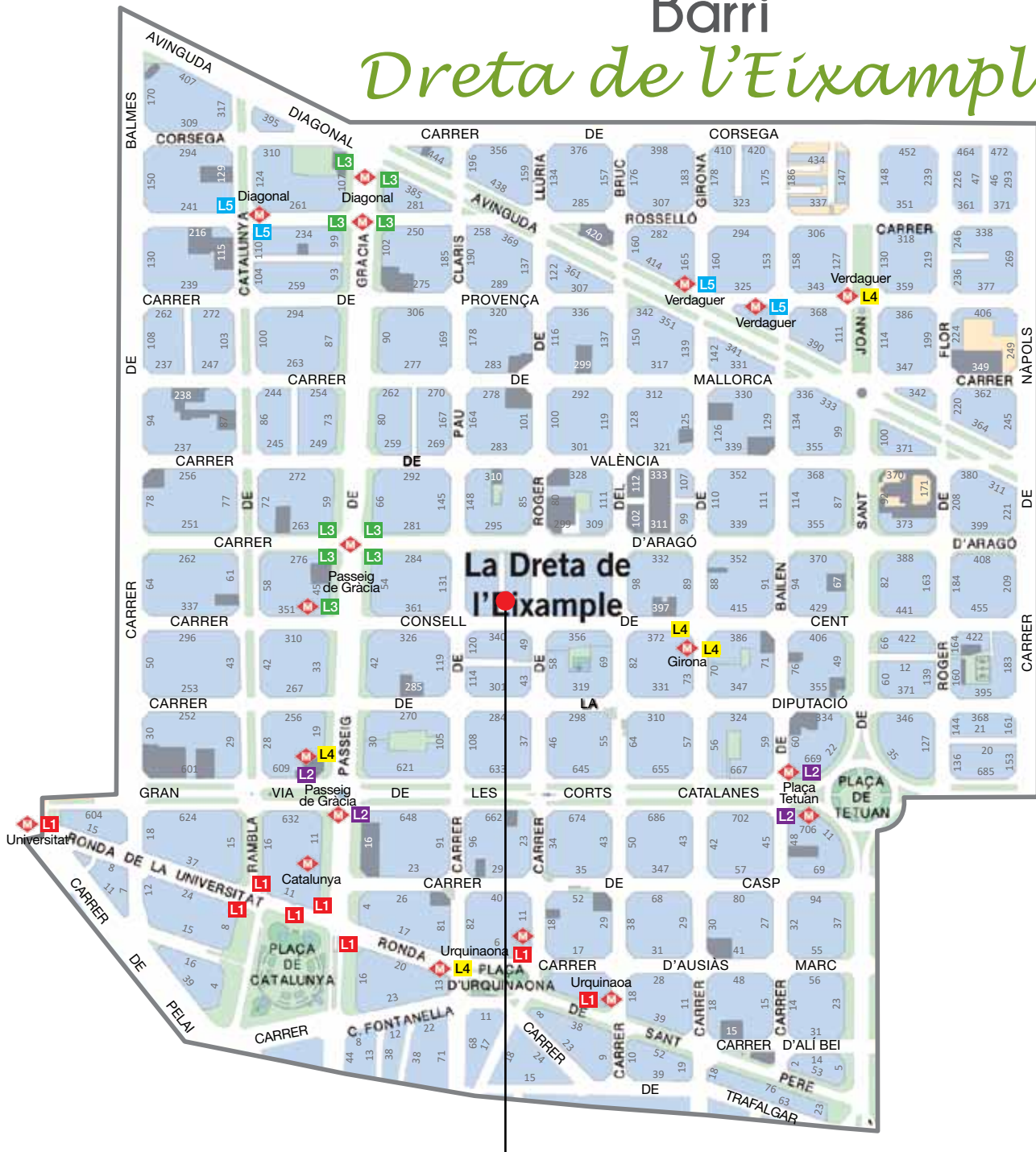
**COMPRO OR, ARGENT, DIAMANTS I RELLOTGES**

*Tot l'equip li desitgem Bones Festes!!*



C/ Mallorca, 160 ☎ 93 453 05 55 ☎ 674 670 381  
[joieriaelregal@gmail.com](mailto:joieriaelregal@gmail.com) • [www.joieriaelregal.com](http://www.joieriaelregal.com)  
 Segueix-nos a 

# Barri Dreta de l'Eixample



**CENTRO DE  
OFTALMOLOGÍA  
BONAFONTE**

**35  
Aniversario**

[www.centrodeoftalmologiabonafonte.com](http://www.centrodeoftalmologiabonafonte.com)



**Les deseamos  
Feliz Año!**

Pje. Méndez Vigo, 6  
08009 Barcelona

**934 870 015**

[info@cobonafonte.com](mailto:info@cobonafonte.com)





# Barri *Dreta de l'Eixample*



Foto: Imma Mambrillas



## ALUMINIS

*La millor garantia al seu servei*

**Més de 25 anys d'experiència · Som fabricants**

- Fabriquem i instal·lem tot tipus de finestres d'alumini, PVC i fusta-alumini
- Especialistes en alumini
- Mampares de bany • Persianes • Motoritzacions de persianes de la marca **somfy** • Tendals • Mosquiteres
- Mallorquines • Sostres mòbils • Pèrgoles bioclimàtiques...



C/ Rosselló, 321 · 08037 Barcelona ☎ 93 681 56 10 · [barcelona@aluminiosiluro.com](mailto:barcelona@aluminiosiluro.com) · [www.aluminiosiluro.com](http://www.aluminiosiluro.com)



Cinema

## Diaris de Kandahar

La història d'en Louie Palu és la d'un fotoperiodista en el front de combat a Kandahar, al sud de l'Afganistan. A través dels diaris que va escriure entre el 2006 i el 2010 descobrim la seva evolució psicològica enmig d'una violència absurda, desconnectada de la realitat. Un punt de vista articular sobre la seva percepció, incapaç de comprendre la brutal situació que l'envolta i en conflicte permanent amb la trivialitat de la seva vida quan torna a l'Amèrica del Nord. Serà dimarts 17 de gener, a les 19.30 h. A La Casa Elizalde (València, 302).



## Miradocs. Barcelona mirades documentals

Arriba la setena edició de Miradocs, una mostra de cinema documental en què els barcelonins, les barcelonines i la ciutat són els protagonistes. L'objectiu és que els autors residents a la ciutat puguin exhibir els seus films i que els documentals en què Barcelona és protagonista puguin ser vistos a la pantalla de La Casa Elizalde. Del 18 al 27 de gener, a les 19.30h. Dimecres 18 de gener A la puta strasse. 2º Acto. Direcció: Anna Cervera. Dijous 19 de gener Històries de la Rabassada Direcció: Ferran Romeu Sunyer i Sasha Direcció: Fèlix Colomer. Divendres 20 de gener Revelar Direcció: Ana Elena Tejera i Sinonimias Direcció: Katherin Delgado Franco. Dimarts 24 de gener Classe magistral. Dimecres 25 de gener Curtmetratges de l'entitat "Retines" Videocurriculum Direcció: Mercè Aranda i Alba Blase, Tiretades, salut de colors Direcció: Fora de Quadre i Protesto Direcció: Col·lectiu "La Llama" i Associació per a Joves TEB. Dijous 26 de gener Ciutat Meridiana Direcció: Maria Antonia Duque, Maite Redondo, Graziana Saccente, Bally Valdivieso i Alazne Vázquez, Cabeza de Orquidea Direcció: Violeta Blasco, Germán Andrés López, Carlotta Napolitano, Angélica Sánchez Martínez i Claudia Zegarra P. i Campaña Direcció: Andrés Alonso, Catarina Brites Soares, Alejandro Cabrera, Lara Curto i Damián Depetris. Divendres 27 de gener Més enllà del mirall Direcció: Joaquim Jordà. A La Casa Elizalde (València, 302). LA la Biblioteca Sofia Barat (Girona, 64-68).

Exposició

## Reflexiones

Fotografies de Juan Díaz. Sovint caminem absorts en els nostres pensaments, en les nostres petites preocupacions quotidianes sense tenir temps per percebre tot allò que ens envolta. Passem una vegada darrere l'altra per un mateix lloc però no ens adonem de la bellesa d'un carreró, de les peculiaritats d'un portal o d'aquella persona que eternament contempla els transeünts des del balcó. 'Reflexiones' no és més que una il·lusió òptica, però no deixen de ser menys reals que l'objecte que els dona origen. Tan sols es tracta de mirar des del lloc i el moment apropiats, perquè aquesta altra realitat sempre sigui aquí. Del 10 de gener al 3 de febrer. A La Casa Elizalde (València, 302).



Itineraris

## La Revolució Industrial a Barcelona

Anglaterra i Catalunya van viure la Revolució Industrial al mateix temps. La concentració de fàbriques i l'amuntegament de treballadors va convertir el Raval en un dels barris més insalubres, convulsos i revolucionaris d'Europa durant el segle XIX. Descobreix els canvis que va patir la ciutat i quina és l'herència que encara podem veure el dia d'avui. Dissabte 28 de gener, de 10 a 13 h. A La Casa Elizalde (València, 302). Preu: 14,92 €.

Infantil

## El molinet màgic

Engruna Teatre presenta 'El molinet màgic'. De vegades la sort et ve a buscar, d'altres et toca empaitar-la. Tant en un cas com l'altre cal saber estar-ne agraït i no voler-ne abusar. El molinet màgic parla de tot això: de la sort que tens quan tens sort, i de la mala sort que tens quan en vols tenir massa. Una adaptació del conte tradicional amb titelles, obres xineses i projeccions. Serà diumenge 29 de gener, a les 12h. A La Casa Elizalde (València, 302).

**COMPREM OR I PLATA**  
Joies, diamants, monedes, rellotges, plata...

**JOIERIA GRAN DE GRÀCIA 49**

**OUTLET DE JOIES** 25 anys d'experiència

S'aparta gènere Taller propi Encàrreg, reparacions.

Carrer Gran de Gràcia 49

☎ **93 368 48 34**

De Dilluns a Dissabte

🕒 9:30 h - 14:00 h - 16:30 h - 20:00 h

Mapa de localització: Travessera de Gràcia, Cde Vc, Cde de Gràcia, Cde de Gràcia, Cde de Gràcia, Cde de Gràcia.

**sima serveis**

MANTENIMENT I ACTUALITZACIÓ D'IMMOBLES

C/ D'En Grassot, 95 Bxs

☎ **934 940 078**

administracio@simaserveis.com

**www.simaserveis.com**

Reformem el teu pis o local amb el millor servei!!



# Barcelona congela el preu del transport públic per al 2017

Les obres de la vella cooperativa de la Lleialtat, situada al número 31 del carrer Olzinelles, està previst que acabin el proper mes de juny d'aquest 2017. Es tracta d'unes obres reivindicades pel teixit associatiu de Sants des del passat any 2010, ja que l'edifici de la vella cooperativa portava molts anys abandonat. Ara, a més, es reclama la gestió de l'espai, que actualment és de propietat municipal.

La Lleialtat Santseca va ser una de les primeres cooperatives creades a l'actual barri de Sants de Barcelona. La seva fundació data del 22 d'octubre de 1891, sota la figura de cooperativa de consum, ja que un conjunt de treballadors es van unir per tal d'aconseguir aliments. Fins l'any 1936, la Lleialtat Santseca va ser la seu de la cooperativa obrera de consum amb aquest mateix nom, i que va esdevenir un referent del barri a principis del segle XX. Després de què la Guerra Civil espanyola arrasés amb la cooperativa, el local va esdevenir una fàbrica de torrons, una discoteca i un centre okupa, fins que després de l'últim desnonament, va quedar durant molts anys tapiat l'edifici.

Posteriorment, l'Ajuntament va adquirir la vella cooperativa i després de moltes reivindicacions veïnals, van començar les obres, però l'any passat va haver-hi un incident quan l'empresa constructora les va abandonar al·legant problemes econòmics. Ara, però, tot sembla indicar que aquest mes de juny estaran acabades.

Amb aquestes obres, doncs, la Lleialtat recuperarà les dues sales principals que configuraven l'edifici original, i tot el conjunt es tornarà a organit-



Imatge: www.tmb.cat

zar a partir d'aquestes, per tal de recuperar i conservar la memòria història de la construcció. En total, a la Lleialtat hi ha un total de 2.000 metres quadrats de superfície útil que s'utilitzaran per a diferents activitats.

Pel que fa als usos que se li poden donar a la Lleialtat, els veïns del barri volen que estiguin basats en tres aspectes: el veïnal, el cooperatiu i el cultural. En aquest sentit, les tres entitats que estan lluitant pel futur de la Lleialtat són el Centre Social de Sants, l'Economat cooperatiu i els espais i caus del barri. El motiu d'aquesta reivindicació, en resum, neix de la necessitat d'espai per al teixit associatiu del barri.

Més informació: www.atm.cat

**Acelobert**  
BARCELONA barri a barri

*Us desitja a tots els lectors, comerciants  
i col·laboradors un feliç 2017*

Indústria, 137-141, entl. 4a • esc. D • Tel. 93 140 10 37 • 605 813 098

## Alimentació

COCKTAIL SHOP  
C/ Roger de Llúria, 46 - T. 93 165 16 53  
COLMADO MURRIA  
C/ Roger de Llúria, 85 - T. 93 215 57 89  
EL REBOST CATALA  
C/ Girona, 90 - 2ª 3ª - T. 658 03 94 67  
FARINA PASTA FRESCA  
Mercat Concepció, Parades 69 - T. 93 4 17 96 56  
FERRAN XARCUTERIA SELECTA  
C/ Pau Claris, 108 - T. 93 318 75 33  
KEISY  
C/ Consell de Cent, 438 - T. 93 2654624  
LA VINICOLA  
C/ Girona, 123 - T. 93 532 33 31  
MANTEQUERIA RAVELL  
C/ Aragó, 313 - T. 93 4575114  
MERCADONA  
C/ Consell de cent, 366 - T. 93 272 55 86  
PILI LA PASTA  
C/ Girona, 85 - T. 93 467 20 73  
POLL-BO  
C/ València, 319 - T. 93 458 59 52  
POLLERIA MERCÉ  
Mercat Concepció, Parades 69-74 - T. 93 458 85 05  
TALLER DE PASTA  
C/ Bruc, 85 - T. 93 4765149  
TAPS VINOTECA  
C/ Girona, 103 - T. 93 105 09 23  
TOKYO-YA  
C/ Girona, 119 - T. 93 532 19 38  
TORRUS XARCUTERIA I QUEVIURES  
C/ Consell de cent, 378 - T. 93 106 29 54  
VEROL  
C/ Mallorca, 290 - T. 93 117 29 33  
XIC - QUEVIURES + CELLER  
C/ Casp, 57 - Bis - T. 93 247 07 52

## Animals i Plantes

FLORS LLOVERAS  
C/ Pau Claris, 190 - T. 93 215 50 00  
NAVARRO FLORS  
C/ València, 320 - T. 93 457 40 99

## Assessories i Assegurances

**LLUITA**  
WWW.ADVOCATSLABORALISTES.COM  
93 458 70 92  
PRIMERA CONSULTA GRATUÏTA

BARROSO LÓPEZ ADVOCATS  
C/ Roger de Llúria, 102 - T. 93 419 47 23  
CANTO I FILLS  
C/ Roger de Llúria, 116 - T. 93 215 51 61

**Enciso Iglesias GESTORÍA**  
ASESORÍA Fiscal · Contable · Laboral · Jurídica  
Riesgos Laborales · Inmobiliaria · Extranjería  
**RENTA Y PATRIMONIO**  
Paseo San Juan, 121 · Pral. 1  
**934 579 490**  
enciso.carmen@gmail.com

COBERTIS  
C/ Roger de Llúria, 44 - 5é - T. 93 488 34 87  
GAG - GABINET D'ASSESSORAMENT I GESTIÓ  
C/ Consell de Cent, 352 - T. 93 215 70 72  
IAGO DE BALANZO  
C/ Consell de Cent, 366, 3-1 - T. 93 487 81 06

## Entitats

ASSOCIACIÓ PROINFANTS  
Pg. de Sant Joan, 97 - 1r 1a - T. 93 323 44 09  
BASILICA DE LA PURÍSSIMA CONCEPCIÓ  
C/ Aragó, 299 - T. 93 457 65 52  
CASA DE MURCIA EN BARCELONA  
C/ Bailén, 102 - T. 93 324 86 94  
CENTRE CULTURAL LA CASA ELIZALDE  
C/ València, 302 - T. 93 488 05 90

## Estètica i Bellesa

**MISSHA**  
BARCELONA  
COSMÈTICA COREANA  
C/ València, 263 - T. 934 638 422  
www.missha.es

CREATEARTE PERSONAL IMAGE  
C/ Girona, 134 - T. 93 457 32 67  
LA SAURA  
C/ Bailén, 112 - T. 93 429 42 33  
PERRUQUERIA LINA  
C/ Roger de Llúria, 64 - T. 93 4878709

**Micropigmentación**  
Micropigmentación y Microblading  
C/ Bruc 40 - 93 412 64 13 - T. 616 089 976

## Esports

**CLASES PARTICULARES DE TENIS Y PÁDEL**  
Todos los niveles  
*Tenista profesional*  
**1ª Clase GRATUITA**  
**663 352 167**

ACCURA BRUC  
C/ Bruc, 122 - T. 93 208 22 00  
ALTAFIT DIAGONAL  
C/ Mallorca, 318 - T. 93 140 78 82  
BARRABES ESQUI & MONTANA  
C/ Roger de Llúria, 77 - T. 93 611 11 11  
ESPAI BICI  
C/ Bruc, 63 - T. 93 532 31 43  
ESPORTS IGLU  
C/ Mallorca, 316 - T. 93 457 97 14  
NAF NEW AGE FITNESS  
C/ Bruc, 77 - T. 637 63 71 22  
VICTOR ESPORTS  
C/ Aragó, 375 - T. 93 2073447

## Cursos i Formació

ASS. ESPIRITUAL BRAHMA KUMARIS  
C/ Diputació, 329 - T. 93 487 76 67  
CENTRE D'ESTUDIS PRAT  
C/ Roger de Llúria, 97 - T. 93 215 58 52  
CENTRE LOPEZ VICUÑA  
C/ Consell de Cent, 397 - T. 93 487 65 94

**BRAHMA KUMARIS**  
ASSOCIACIÓ ESPIRITUAL MUNDIAL  
**Curs de Pensament Positiu i Meditació**  
Inici: 10 de gener Diferents horaris  
centreinformacio@aembk.org  
**93 487 76 67**

COL·LEGI ESCOLÀPIES LLÚRIA  
C/ Aragó, 302 - T. 93 488 21 66  
COL·LEGI LA MERCED  
C/ Provença, 283 - T. 93 215 49 53  
COL·LEGI LESTONNAC  
C/ Pau Claris, 131 - T. 93 215 99 00  
COL·LEGI SAGRAT COR-DIPUTACIÓ  
C/ Diputació, 326 - T. 93 265 63 61  
EL TIMBALET - LLAR D'INFANTS  
C/ Bailén, 108 - T. 93 458 00 30  
ESCOLA MEMORY  
C/ València, 293 - baixos - T. 93 207 52 40  
ESCOLA PIA NOSTRA SENYORA  
C/ Diputació, 277 - T. 93 488 11 66  
ESCOLA SANTA ANNA  
C/ Bailén, 53-59 - T. 93 265 42 37  
ESL IDIOMES A L'ESTRANGER  
Pg. de Gracia, 86 - 2ª Planta - T. 93 343 78 44  
KIDS & US EIXAMPLE DRET  
C/ Diputació, 351 - T. 93 611 38 55  
OXFORD HOUSE  
C/ Diputació, 279 - T. 93 174 00 62  
THE GREEN MONKEY  
C/ Aragó, 376 - T. 676 076 407

## Forns, Patisseries i Dolços

L'ART DEL PA  
C/ Girona, 110 - T. 646 871 788  
FORN SARRET  
C/ Girona, 73 - T. 93 487 43 90

## Hotels

BARCELONA FOR RENT APARTAMENTS  
C/ Bailén, 120 - T. 93 458 63 40  
COTTON HOUSE HOTEL  
G. Via Corts Catalanes, 670 - T. 93 450 50 45  
GRAN HOTEL HAVANA  
Gran Via, 647 - T. 93 412 11 15  
HOTEL EUROPARK  
C/ Aragó, 323 - T. 93 457 92 05  
HOTEL OMM  
C/ Rosselló, 265 - T. 93 445 40 00

## Immobiliàries

CENTURY21 - WELHOME  
C/ Girona, 97, local 3 - T. 93 458 15 15  
EUROFINQUES  
C/ Roger de Llúria, 116 - T. 93 476 49 69  
FINCAS EVA SERVICIOS INMOBILIARIOS  
C/ Consell de Cent, 445 -449 - T. 93 265 86 65  
FINQUES RODES  
Gran Via, 653 - T. 93 318 37 37  
ORFINCA  
C/ Bailén, 79 - T. 93 265 15 56

## Informàtica, Imatge i So

LA BOUTIQUE DEL MÓVIL VALENCIA  
C/ Girona, 110 - T. 93 487 52 08  
LOWEB  
C/ Roger de Llúria, 134 - T. 93 458 90 54  
INFORMÀTICA PARERA  
C/ Consell de Cent, 352 - T. 93 487 96 40  
ITES MEDIA - PROD. AUDIOVISUAL I MULTIMÈDIA  
C/ Bailén, 34 - T. 93 232 89 93  
PROFITABLE WEB PROJECTS  
Pg. de Sant Joan, 25 - 3ª 1ª - T. 93 802 12 78

## Joieries i Relotgeries

BERTOCCHI JOIERIA RELLOTGERIA  
C/ Bruc, 84 - T. 93 4874937

CAPDEVILA JOIERS  
C/ Consell de Cent, 320 - T. 93 2160432

## Llar i Reformes

ALAIRE BARCELONA  
C/ Aragó, 315 - T. 93 461 68 42  
ANTIGA CASA REUS  
C/ Bruc, 85 - T. 93 4576718  
BARCELONING  
C/ Mallorca, 332 - Local 3 - T. 93 4574252

**Manuel Guillén, S. L.**  
Venda i col·locació de tot tipus de vidres  
• Miralls, miralls envellits  
• Gravats a l'àcid, tot tipus de dibuix  
Marcs a mida  
Ampli assortiment de motlures i muntatges especials  
Ronda Sant Pere, 53 - T. 93 232 16 58  
mguillensl@gmail.com

JNF MY STORE  
C/ Bruc, 77 - T. 93 250 40 47  
MARC 3  
C/ Diputació, 315 - T. 93 318 19 53  
OYAMBRE  
C/ Roger de Llúria, 94 - T. 93 215 43 48

**Instal·lacions Suburenses**  
Des de 1994 al seu servei  
Lampisteria, Manteniments i Reparacions  
Llum · Aigua · Gas  
Calefacció · Aire Condicionat  
C/ Bailén, 92 - Local - T. 610 28 28 63

PALAU DEL DESCANS  
C/ Bruc, 68 - T. 93 487 37 51  
SIT DOWN  
C/ Diagonal, 335 - T. 93 2077532  
SOUVENIRS MUÑOZ  
C/ Provença, 271 - T. 93 488 27 01

## Moda i Complementes

BOUTIQUE TETUAN  
Plaça Tetuan, 30 - T. 93 232 42 55  
COTILLERIA MERCE  
C/ Girona, 76 - T. 93 265 25 47  
DONES  
C/ Girona, 73 - T. 93 487 40 25  
LA COQUETERIA BOUTIQUE ATELIER  
C/ Girona, 60 - Local 2 - T. 93 245 49 01  
L'ARC  
C/ Roger de Llúria, 49 - Bis - T. 93 488 11 80  
LA PERA  
C/ Girona, 71 - T. 93 487 01 02  
PILAR IBÁÑEZ PELETEROS  
C/ Bruc, 116 - T. 93 2074093

## Motor

**Blitz MOTO**  
Más de 50 años a su servicio  
Roger de Llúria, 88 - T. 934 585 500  
www.motoblitz.net

MOTO ARANDA  
C/ Pau Claris, 155 - T. 93 215 97 49  
MOTO FUSION  
C/ Aragó, 356 - T. 93 265 00 61  
MOTOS BLITZ  
C/ Roger de Llúria, 88 - T. 93 458 55 00



## Oci

**ATUCOM**  
Barcelona

- Venta y alquiler de vestuario Halloween • Carnaval
- Ferias Medievales • Fiestas
- Teatro • Publicidad...

[www.atucombarcelona.com](http://www.atucombarcelona.com)  
☎ 93 301 00 89

ATUCOM  
C/ Roger de Llúria, 27 - T. 93 301 00 89  
AUDENIS  
C/ València, 316 - T. 93 207 27 58  
CAL·LIGRAMA BCN  
Plaça Tetuan, 30, 1º 1ª - T. 617 152 492  
ETNIX VIATGES  
C/ Mallorca, 330 - T. 93 180 38 85  
FILATELIA L. MONGE  
C/ Diputació, 321 - T. 93 302 09 78  
GALERIA D'ART MAR·GRUP ESCOLÀ  
C/ Pau Claris, 120 - T. 93 488 18 68  
VIATGES - YOONUDIAM  
C/ València, 349, 4º 2ª - T. 93 458 42 87

## Papers i Llibres

BUREAU · VALLÉE  
C/ Pau Claris, 145 - T. 93 496 13 42  
CASA DEL LLIBRE  
Passeig de Gràcia, 62 - T. 93 2723480  
LLIBRERIA DOCUMENTA  
C/ Pau Claris, 144 - T. 93 317 25 27  
PAPERERIA CANUT  
C/ Girona, 73 - T. 93 487 8413  
PAPERERIES PARAULES  
C/ Consell de Cent, 362 - T. 93 487 77 00

## Petits

LITTLE SHOES  
C/ Bruc, 126 - T. 93 487 06 15  
HAPPY MILK  
C/ Casp, 46 - T. 667 714 430

## Restaurants i Bars

A GIANNI RESTAURANT  
C/ València, 350 - T. 93 459 17 23  
BARE NOSTRUM  
C/ Consell de Cent, 384 - T. 691 25 72 11  
BAR JOFAMA  
C/ Girona, 135 - T. 93 458 00 37  
BEMBI  
C/ Consell de Cent, 377 - T. 93 502 49 52  
BRACAFÉ  
C/ Girona, 105 - T. 93 4593624  
CAFES CARACAS  
C/ Girona, 117 - T. 93 457 57 25  
CASA AMALIA  
Passatge del Mercat, 4 - T. 93 458 94 58  
CDEC  
C/ Consell de Cent, 381 - T. 93 467 58 00  
CIENTOOCHO CAFE BAR  
C/ Girona, 108 - T. 93 250 73 03  
EL CLÀSSIC BARCELONA  
C/ Bruc, 71 - T. 93 118 08 52

**ORXATERIA TORRONERIA**  
PARLAMENT, 56

Úniques botigues a:  
Balmes, 130  
☎ 93 215 19 13  
Parlament, 56  
☎ 93 441 27 20  
Barcelona

LA MUSCLERIA  
C/ Mallorca, 290 - T. 93 458 98 44  
LES CARBONERES  
C/ Girona, 118 - T. 93 269 49 37  
LORIA  
C/ Roger de Llúria, 35 - T. 93 412 33 72  
MALPASO RESTAURANTE  
C/ Girona, 59 - T. 93 461 30 60  
PERBACCO  
C/ Diagonal, 339 - T. 93 476 28 38  
PIRINEU EN BOCA  
C/ Girona, 17 - T. 93 129 69 87  
RESTAURANT RENÉ  
C/ Consell de Cent, 362 - T. 93 488 07 61  
SNOOKER BARCELONA  
C/ Roger de Llúria, 42 - T. 93 317 97 60  
WOK & BOI  
C/ Diputació, 294 - T. 93 3027675  
ZAFRA  
C/ Girona, 84 - T. 93 265 88 39  
ZERUKO  
C/ Gran Via, 654 - T. 93 500 55 95

## Salut

ADESLAS  
C/ Aragó, 322, 1º 3ª - T. 609 42 21 46  
AUDIO FACTORY  
C/ Diagonal, 400 - T. 93 457 60 43  
FARMÀCIA CARLES RIBA  
C/ Bruc, 114 - T. 93 457 64 30  
ATLAS QUIROPRACTIC  
C/ Casp, 51 - T. 93 304 64 10  
ESCOLA CONCIENCIA  
C/ Consell de Cent, 314, 6ª 1ª - T. 650 94 24 87  
CEDIPTE · PSICOLOGIA  
Plaça Tetuan, 26 · 2º 2ª - T. 93 232 51 96  
CENTRE DE FISIOTERAPIA MANFRED  
C/ Girona, 86 - T. 93 231 83 84  
CENTRO DE OFTALMOLOGIA  
Pte. de Méndez Vigo, 6 - T. 93 487 00 15

**Sanitas**

CONDICIONES EXCLUSIVAS  
PARA AUTÓNOMO  
PROFESIONALES desde **42€**  
MISMA PRIMA PARA TI Y TUS FAMILIARES  
Rda. General Mitre, 168 ☎ 934 10 77 26  
nbalboa.pex@sanitas.es

CENTRO QUIROPRACTICO INNATO  
C/ Girona, 61 baixos - t. 93 459 13 46  
CLÍNICA DENTAL ADE  
C/ Provença, 295 - T. 93 476 06 30  
CLÍNICA DENTAL IMOÍ  
C/ Pau Claris, 136 - T. 93 272 48 30  
CLÍNICA DENTAL ORTHOESTETIC  
C/ Diagonal, 341, local 1 - T. 93 512 47 49  
CLÍNICA DENTAL PUYUELO  
Pte. de Permanyer, 15 - T. 93 487 69 60

**EMPRESAS AUTÓNOMOS Y FAMILIA!**

**3 MESES GRATIS** desde **39'90€**  
POR ASEGURADO  
**Adeslas**  
Nº 1 en Seguros de Salud  
☎ 609 422 146  
navarromv@agente.seguraixadeslas.es

CLUB D'AVIS LES SALESES  
C/ Consell de Cent, 403 - T. 93 265 04 92

**CLUB ICH BIN**  
C/ Girona, 46 · principal - T. 93 768 96 50  
[www.clubichbin.com](http://www.clubichbin.com)

ÒPTICA FLORIT  
C/ Diputació, 262 - T. 93 302 02 96  
INTEGRAL, CENTRE MEDIC I DE SALUT  
C/ Diputació, 321 · 1º 1ª - T. 93 4677420  
INSTITUT CATALA DENTAL  
Passeig de Sant Joan, 50 - T. 93 231 12 16  
KROMA ÒPTICS  
C/ Girona, 103 - T. 93 528 58 01  
LLOBET ÒPTICS  
C/ Consell de Cent, 352 - T. 93 488 17 28  
FARMÀCIA JOAN SANCHEZ  
C/ Girona, 72 - T. 93 265 23 69  
FARMÀCIA L'EIXAMPLE  
C/ Roger de Llúria, 37 - T. 93 318 36 26  
FARMÀCIA MISERACHS  
C/ Roger de Llúria, 51 - T. 93 488 05 34  
FARMÀCIA PUIGORIOL  
C/ Mallorca, 312 - T. 93 457 69 44  
INSTITUTO AUDITIVO SALESA  
C/ Pau Claris, 98 - T. 93 317 35 70  
MANOTERAPIA CHINA, C. SALUD INTEGRAL  
C/ Pau Claris, 118 · 1º 2ª - T. 93 467 55 12  
MUTUA DE PREVISIÓ ADVOCATS DE C.  
C/ Roger de Llúria, 108 - T. 93 207 77 75  
PRONOKAL GROUP  
C/ Roger de Llúria, 58 - T. 93 183 33 00  
QUIROPRACTIC BARCELONA  
Rambla Catalunya 11 - T. 640 07 21 04  
RIVIELLO CLÍNICA DENTAL  
C/ Roger de Llúria, 81 - T. 93 467 67 17  
SERVASSIS  
C/ Girona, 100 - T. 93 519 70 00  
TEIA GABINET D'ORIENTACIÓ  
C/ Diagonal, 340 · Ent. 2ª - T. 93 459 41 23

## Serveis

ATREZZO  
C/ Girona, 83 - T. 93 4876164  
DIGICOPY  
C/ Girona, 119 - T. 93 4588341  
NACEX  
C/ Girona, 85 · baixos - T. 93 301 11 00  
MRW  
C/ Còrsega, 372 · baixos - T. 934578866

**MRW**  
Te lo llevamos donde tú quieras,  
en menos de 24 horas  
C/Roger de Llúria, 130  
T. 93 457 88 66  
f t

NEW PRINT  
C/ Diputació, 321 - T. 93 4872755

**P PARKING EZEQUIEL**  
TARIFAS ESPECIALES  
DE PARKING Y PUPILAJE  
12 horas - **15€**  
**ABIERTO 24 HORAS**  
Todos los días del año  
C/ Minerva, 6 (Jto. a Diagonal)  
**932 179 739 ☎ 670 241 482**  
e-mail: grayco@hotmail.es

PUNT DE TREBALL  
C/ Roselló, 254 · 2º 1ª - T. 931596710

**Impacto** impremta · copisteria  
C/ Roger de Llúria, 123  
Xamfrà Provença  
Tel=Fax 93 215 53 29  
[www.copimacto.com](http://www.copimacto.com)

SABA APARCAMENTS  
C/ Diputació / Pg. de gràcia - T. 93 557 55 00  
SEGURIDAD ÉLITE  
C/ Aragó, 343 - T. 93 458 48 00  
SUPPORT BUSINESS CENTER  
C/ Consell de Cent, 375 · 2ª 1ª - T. 93 528 53 85

**NACEX**  
C/ GIRONA, 85  
08009 Barcelona  
Tel. **93 301 11 00**  
[www.nacex.es](http://www.nacex.es)

# Solució Autònoms i Emprenedors Oficines en Lloguer

**CENTRE COWORKING** (Zona Sagrada Família) Des de 280 €  
**Despatxos totalment equipats:** Inclou accés a Internet alta velocitat, infraestructura telefònica, mobiliari, neteja, atenció telefònica, llum, aigua, aire condicionat i calefacció.

**Lloguer de Sales**  
per a formació, conferències i reunions

**Tel. 93 015 21 53**

Jaume Artigues, president de l'Associació de Veïns de la Dreta de l'Eixample

# “Fa molts anys que no es fan inversions en equipaments al barri”

Jaume Artigues presideix l'Associació de Veïns de la Dreta de l'Eixample des de fa poc més d'un any, moment en què es va renovar la Junta. Actualment des de l'AAVV treballen intensament en diferents aspectes, dels que destaquen la proposta de pacificació del trànsit al carrer Girona i la demanda de nous equipaments per al barri.

## Un dels eixos més rellevants en els que treballen des de l'AAVV és la pacificació del carrer Girona. Què proposen com a solució?

El problema que hi ha és el trànsit de vehicles, i la contaminació atmosfèrica i acústica. Som partidaris d'introduir itineraris de vianants que uneixin Gràcia amb el Casc Antic, a tot el carrer Girona, on el vianant tingui la preferència. Es tracta d'una idea que defensem des de fa bastant temps. El passat 22 de setembre, que era el Dia Internacional de la Ciutat Sense Cotxes, vam fer un tall del carrer Girona, entre Consell de Cent i Diputació, i vam fer una sèrie d'activitats com a mostra de reivindicació. No demanem res descabellat.

## Tenen alguna altra reivindicació rellevant?

Ara estem començant a treballar també en el tema de nous equipaments perquè la Dreta de l'Eixample ha estat molt temps mitificada pel seu nivell de renda elevada. En aquests moments això és bastant discutible i s'hauria de tornar a analitzar perquè amb la crisi les condicions han canviat moltíssim i hi ha gent que deixa escoles privades i busca escoles públiques. A la Dreta de l'Eixample hi ha moltes escoles però la majoria privades, aquí som 43.000 habitants censats i només hi ha un Institut públic, el Balmes, i després hi ha l'escola de Primària de la Concepció i alguna més.

## I pel que fa a equipaments esportius?

No hi ha equipaments esportius: no hi ha ni piscina ni pistes esportives. Fa molts anys que no es fan inversions en equipaments a la Dreta de l'Eixample i de fet, si mires la Guia d'Equipaments de la ciutat de Barcelona l'únic equipament que surt citat com a equipament és la Torre de les Aigües, que és un petit espai on hi ha una platja pels nens per anar-se a banyar. No hi ha cap altre equipament públic ni esportiu ni de cap altra mena. Per tot plegat, estem construint un argumentari perquè es faci un Pla d'Equipaments.

## Com afecta el turisme al barri?

Aquest és un tema que també ens afecta moltíssim. Encara no hem començat a fer cap campanya però és especialment greu perquè la Dreta

de l'Eixample és de les zones de Barcelona on hi ha més places turístiques, més llits. En aquests moments, tot i que s'hagin cancel·lat noves llicències d'hotel, estan en marxa 13 hotels que ja tenien la llicència d'obres o el certificat d'aprofitament urbanístic.

## Quines són les activitats que realitzen a l'AAVV?

Nosaltres tenim la seu a la mateixa Casa Elizalde (carrer València 302), on ens reunim periòdicament. Ara estem preparant les activitats d'enguany, ja que volem organitzar xerrades i conferències sobre diferents temàtiques, entre elles, evidentment, la contaminació de l'aire, la pacificació del trànsit i la manca d'equipaments. Actualment, a l'Associació tenim en actiu unes 40 persones que funcionem molt bé. I a la Junta som 7 persones organitzant les diferents accions.

## Què li diria als veïns del barri per animar-los a col·laborar amb l'AAVV?

Jo els hi diria que prenguin consciència de barri, especialment ara que estem en una època d'una crisi enormement llarga. El que cal és obrir-se, hem de tornar a reobrir-nos tots i a defensar els nostres drets de la millor manera possible perquè sinó ens els arrabassaran.

Més informació: [www.eixampledreta.entitatsbcn.net](http://www.eixampledreta.entitatsbcn.net)





## TODOAVERIAS

# 931 78 59 78



ELECTRICIDAD



CLIMATIZACIÓN



PINTURA



FONTANERÍA



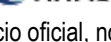
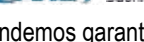
REFORMAS



CARPINTERÍA

C/ Casp, 91 · [www.todoaverias.es](http://www.todoaverias.es) · [info@todoaverias.es](mailto:info@todoaverias.es)

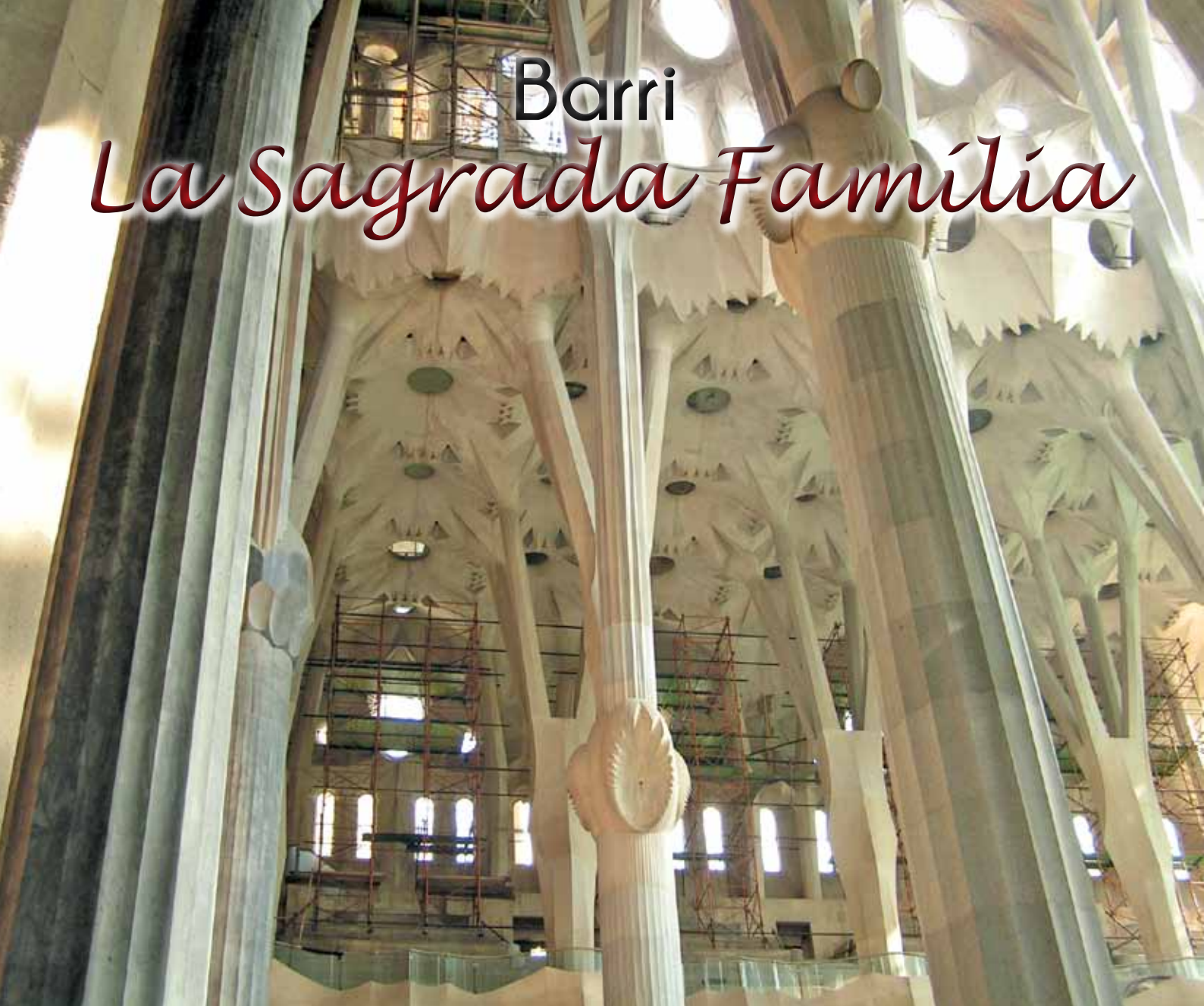
### REPARACIÓN ELECTRODOMÉSTICOS, AIRE ACONDICIONADO Y CALDERAS

|                                                                                                        |                                                                                                        |                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <b>BOSCH</b>      |  <b>edesa</b>     |  <b>YORK</b>          |
|  <b>SIEMENS</b>    |  <b>Whirlpool</b> |  <b>FUJITSU</b>       |
|  <b>Balay</b>      |  <b>Teka</b>      |  <b>LG</b>            |
|  <b>JUNKERS</b>    |  <b>Miele</b>     |  <b>SAMSUNG</b>       |
|  <b>Electrolux</b> |  <b>Carrier</b>   |  <b>Vaillant</b>      |
|  <b>AEG</b>        |  <b>DAIKIN</b>    |  <b>BAXI</b>          |
|  <b>ZANUSSI</b>    |  <b>HIYASU</b>    |  <b>Beretta</b>       |
|  <b>FAGOR</b>      |  <b>CANDY</b>     |  <b>Saurier Duval</b> |

No somos servicio oficial, no atendemos garantías



# Barri *La Sagrada Família*





**LA CÚPULA**  
RESTAURANT

**MENÚ DIARI 13,50€**  
divendres nit i dissabte menú 25€  
Tancat diumenge i dilluns nit

c/ Sicília 255  
T 932 082 061  
[www.lacupularestaurant.com](http://www.lacupularestaurant.com)  
@lacupula restaurantlacupula





# ARENSE

Óptica Arenal

[www.opticaarenal.com](http://www.opticaarenal.com)

C/ Provença, 470  
(al lado de Sagrada Família)

Ronda Sant Pere, 16  
(al lado de Plaça Catalunya)

VEN A RECOGER  
TU PRIMER CARNET

**50%**  
CRISTALES

**40%**  
MONTURAS

**¡ÚNICOS  
CON ESPACIO  
EXCLUSIVO  
PARA NIÑOS!**





# gastronòmic i d'oci

# Sagrada Família



**Xamfrà Gaudi** • Cuina tradicional catalana  
 • Tapes • Torrades  
 • Aperitius  
 • Cuina permanent  
 C/ València, 443 ☎ 93 232 59 07  
 www.xamfragaudi.com

**LA CÚPULA**  
 RESTAURANT  
**MENÚ DIARI 13,50€**  
 divendres nit i dissabte menú 25€  
 Tancat diumenge i dilluns nit  
 c/ Sicília 255  
 T 932 062 061  
 www.lacupularestaurant.com  
 @lacupula restaurantlacupula

**RESTAURANT**  
**ELS PORXOS**  
*Especialidad en arroces*  
 Mallorca, 410 ☎ 93 231 99 90  
 www.restaurantelsporxos.com

**CHILAM BALAM**  
 Cocina Mexicana  
 C/ Industria, 156 ☎ Hospital Sant Pau  
 Reservas: 934 460 503

**EL RINCÓN**  
 ¡Especialidad Gastronómica con el sabor y el Encanto Venezolano!  
 ABUELA VENEZOLANA  
 Cocina típica casera Venezolana  
 C/ Mallorca, 470 ☎ 93 518 56 43  
 www.elrincondelaabuelavenezolana.com  
 Horario: martes a viernes de 10 a 2 madrugada, sábado de 12 a 2 madrugada y domingo de 12 a 00



**MARINA**  
 CAFE  
 Tapes • Menú diari • Celebracions  
 C/ Marina, 223 ☎ 93 245 20 31



**EL TASTET DE L'ARTUR**  
 BAR • TAPES • RESTAURANT  
 c/ Lepanto, 273  
 ☎ 934 552 024  
 www.facebook.com/eltastetartur

**449 PASTRAMI I TAPES**  
 Mallorca, 449  
 ☎ 674 910 670  
 Menjar casolà i per celíacs



**abarrotos doña cuca**  
 tu tiendita pal antojo mexicano  
 abarrotosdonacuca@yahoo.es • tel. 930 076 762  
 Passatge de Font 4 Sagrada Família

**LA TAQUERIA**  
 Auténtica gastronomía callejera mexicana  
 Reservas: ☎ 931 261 359  
 Passatge de Font 5 Sagrada Família

**LA FORQUETA**  
 Botiga degustació  
 Tenim 30 tipus diferents  
 16 de Gener  
 dia Internacional de la CROQUETA  
 C/ Indústria, 162  
 Telf. 93 515 62 23  
 www.laforqueta.cat  
 Facebook.com/laforqueta/

**RESTAURANTE BAR TÍVOLI**  
 Abierto todos los días  
 Sicília, 394 (esquina c/. Sant Antoni Maria Claret) ☎ 93 476 35 51

**CREMERIA SICILIANA**  
 Gelato Artigianale • Caffetteria Rosticceria  
 Av. Gaudí, 18 ☎ 93 126 01 97



**Jijonenca**  
 CAFETERIA - GELATERIA - ORXATERIA  
 Creps - Goofres - Entrepants  
 Av. Gaudí, 32 - T. 93 456 41 45

**Cantina Mexicana**  
 Cocina Mexicana  
 Valencia 427, Sagrada Família, 936.676.668



**BAR RESTAURANT La Moreneta**  
 • Cocina de Mercado • Carnes Gallegas  
 • Cabrito asado • Mariscada • Embutidos ibéricos  
 C/ Cartagena, 234 ☎ 93 455 29 69



Montserrat Vilà Planas, directora de l'Associació Hèlia Dones

# “Ajudem a les dones a construir un projecte de vida nou”

Hèlia Dones va néixer l'any 2008 de la mà d'un grup de dones procedents de la Plataforma Unitària contra la Violència de Gènere, fruit de la necessitat de fer acompanyament i atenció directa a dones que pateixen violència masclista. Montserrat Vilà Planas és la directora de l'entitat des de llavors i amb ella parlem en aquesta edició d'Acelobert.

## Amb quin objectiu va néixer Hèlia Dones?

Hèlia Dones va néixer amb l'objectiu de fer acompanyament i un seguiment global a dones que han passat per processos de violència masclista. Per exemple, fem acompanyament físic quan han d'anar als serveis socials, o han de gestionar papers de qualsevol mena, ja que moltes vegades es troben amb què no saben fer algunes gestions o necessiten informació.

## Quins projectes duen a terme a l'entitat?

Vam començar amb un projecte que es deia “Veïnes per Veïnes” amb professionals i voluntàries que acompanyaven les dones. A les voluntàries els donem formació perquè tinguin totes les eines necessàries per fer l'acompanyament. Però ens vam trobar que amb aquest projecte no hi havia prou, i que les dones necessitaven més serveis, com una psicòloga que els ajudés, o una advocada que els donés assessorament legal. I és per aquest motiu que vam fer un projecte més ampli que es diu “Aida”.

## En què es basa el projecte “Aida”?

Bàsicament en proporcionar assessorament per donar força, i eines integrals i globals a les dones perquè puguin desenvolupar un projecte de vida nou, perquè moltes vegades quan les dones passen per un procés de violència masclista es queden aïllades. I per això tenim un gabinet d'advocades i de psicòlogues que col·labora amb nosaltres.

## Tenen algun altre projecte?

També tenim el projecte “Barcelona Dona”, amb el que orientem a les dones mitjançant tallers que es realitzen a la nostra associació, al carrer Padilla 210, i que les ajuden a integrar-se a la societat. A més, fem sortides lúdiques els caps de setmana (anem al teatre, a veure esdeveniments esportius, etc), on les dones van acompanyades pels seus fills.

## Ajuden d'alguna manera també als fills?

El passat 2016 vam atendre unes 80 dones amb els seus fills i filles. Les nostres psicòlogues van a les sortides lúdiques que organitzem i estan

pendents en com van evolucionant els fills. Els nens i les nenes també es veuen afectats, ja que tot i que no vegin com maltracten a la seva mare, es troben en un entorn en què ho noten. En moltes ocasions, a més, l'agressor es fa valdre dels fills per agredir a la dona, i sovint els utilitzen per anar contra ella.



## Quantes voluntàries hi ha actualment i què poden fer les dones que vulguin col·laborar amb vosaltres?

Actualment a l'entitat som unes 15-20 voluntàries, i 4 treballadores, dues psicòlogues, jo com a directora i una tècnica de projectes. Qui vulgui col·laborar amb nosaltres ho pot fer mitjançant dues vies. D'una banda, adreçant-se a l'Associació Xarxa Dos Deu hi ha el projecte PIV (punt d'informació al voluntariat), i si els interessa els nostre projecte els fem acollida i mirem en què poden ajudar-nos ja que no només necessitem persones que facin acompanyament, sinó que també necessitem ajuda en tasques administratives. D'altra banda, a través de la nostra pàgina web <http://www.heliadones.org/volscol·laborar/> tot aquell qui vulgui pot posar-se en contacte amb nosaltres per tal de col·laborar.

## Realitzen alguna activitat oberta als veïns del barri?

Un divendres de cada mes, de 10h a 12h, fem una formació oberta en la que participen les nostres voluntàries i hi poden assistir les persones del barri que ho desitgin. Anem publicant les convocatòries d'aquestes xerrades a la nostra pàgina web i a les xarxes socials.

Més informació: [www.heliadones.org](http://www.heliadones.org)

**PEIXOS I MARISCOS CHUTI**

Peix de Platja tot l'any

Cartagena, 221 93 265 39 29 Horari matí de dimarts a dissabte de 8-14,30 h • tardes dimarts i divendres de 17 a 20,30 h

Peixos  
Congelats  
Olives  
Salaons

Marisc Viver tot l'any



**Cinema**

## Las ventajas de ser un marginado

En Charlie és un estudiant brillant, però poc sociable. Marginat per la seva timidesa, ho observa tot des de la distància. El seu primer any a l'institut es preveu força traumàtic... fins que coneix la Sam i el seu esbojarrat germanastre, en Patri, que l'ajudaran a entendre que ser diferent molts cops pot ser un avantatge. Serà dilluns 9 de gener, a les 20h. Al Centre Cívic Sagrada Família (Provença, 480). Activitat gratuïta.

**Conferències**

## La sonrisa del sol. El viatge d'uns inuits a les illes Canàries

Com reaccionaries en veure per primera vegada la sorra de la platja o en tocar els arbres si només haguessis viscut envoltat de neu a les terres àrtiques? Com et sentiries en banyar-te al mar si abans mai no haguessis tingut l'oportunitat de fer-ho? Aquest premiat documental ens presenta el viatge d'unes famílies d'inuits a un entorn totalment diferent del seu.

Tindrem l'oportunitat de mirar el reportatge i conèixer de primera mà com va ser el rodatge i les històries que l'envolten. Serà dilluns 16 de gener, a les 19.30h. Al Centre Cívic Sagrada Família (Provença, 480). Activitat gratuïta.



**Infantil**

## La capseta de música

Un viatge musical amb l'ajuda d'un kamishibai i capsetes de música. Viatjarem per la història d'en Miquelot, el mariner que navega acompanyat de la seva capseta de música. Cantarem cançons de mariners, de bressol, balls manetes... Serà una sessió tranquil·la i musical plena de descobertes. Serà dimarts 10 de gener, a les 17.30 h. Al Centre Cívic Sagrada Família (Provença, 480). Preu: 3,50 €. Per a infants d'1 a 3 anys acompanyats d'un adult.

## A l'ombra de les Fades: Pell d'Ase

Narració de contes, on l'oralitat hi té el paper central, despullada d'elements escènics. Serà dimarts 17 de gener, a les 18h. A l'àrea per a infants i famílies de la Biblioteca Sagrada Família (Provença, 480). A partir de 4 anys. Activitat gratuïta.

**Teatre**

## 'Mareig'

'Mareig', representació teatral de l'obra de Jordi Sánchez a càrrec del grup TEA 345 (Masrampinyo). Serà 8 de gener, 18 h. Al Centre Cívic La Sedeta (Sicília, 321). Preu: 5 € / Jubilats: 3 €.

## 'Sentència de Sang'

'Sentència de Sang', representació teatral de l'obra d'Albert Capel a càrrec del grup Vada Retro Teatre. Serà 14 i 15 de gener, 18 h. Al Centre Cívic La Sedeta (Sicília, 321). Preu: 5 € / Jubilats: 3 €.

No saps que fer els dissabtes per la tarda??

Vine a l'Esplai **COLLSEROLA** i t'ho passaràs de lo mes bé

**ESPLAI DE LLEURE PER PERSONES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL**



**25**  
anys

**De 20 a 60 anys**

- Activitats soci culturals i esportives
- Sortides caps de setmana
- Trobades familiars molt divertides



## Alimentació

### CASA AMETLLET

C/ Padilla, 230  
CARREFOUR EXPRESS

C/ Marina, 265  
CELLER MARIOL

C/ Rosselló, 442 - T. 93 436 76 28  
EL GRANER

C/ Provença, 495  
LA CROQUETA LOCA

C/ Lepant, 304 - T. 601 03 30 46  
LLISÓ LIS

C/ Rosselló, 436 - T. 93 456 55 49  
MONIBERIC

C/ Padilla, 244  
PEIX I MARISC CHUTI

C/ Cartagena, 221 - T. 93 265 39 29  
TROBALLE

C/ Padilla, 246 - T. 93 450 10 30  
VINALIUM

C/ Mallorca, 442 - T. 93 245 86 06

## Assessories i Assegurances

### ASSESSORIA CALVET

C/ Indústria, 119 - T. 620 882 783

**MG** GABINET JURIDIC  
FISCAL-LABORAL  
GESTORIA  
C/ Cartagena, 261 bis  
T. 934 354 506  
www.menfisgrup.es

### MENFIS GRUP

C/ Cartagena, 261 bis - T. 93 435 45 06  
www.menfisgrup.es

## Cursos i Formació

### BAILAMIRITMO

C/ Provença, 538 - T. 93 1053829

### BAILONGU

Passatge d'Uset, 11 - T. 93 2471602

### BARNACLIC

C/ Sardenya, 259 entr. 4a - T. 93 250 57 37

### COLORS DE PATCH

C/ Padilla, 279 - T. 93 446 34 84

### ESTUDI VARALI

Passatge Vilaret, 17 - T. 695 412 843

### MASTER SCHOOL

C/ València, 477 - T. 93 232 82 17

### THE LANGUAGE FAMILY

C/ Padilla, 285 - T. 93 301 35 32

## Esoterisme

**El Mundo de Bárbara**  
✓ TAROT  
✓ VIDENCIA  
✓ REIKI  
St. Ant. M<sup>a</sup> Claret, 95  
93 433 47 96 ☎ 806 46 62 49

**HACEMOS RITUALES PERSONALIZADOS**

## Esport

### CLAROR CARTAGENA

C/ Cartagena, 231-239 - T. 93 435 05 66

### PIOLET SPORTS

C/ Mallorca, 451 - T. 93 456 32 56

## Estètica i Bellesa

### AZALEA ESTÈTICA I BENESTAR

C/ València, 419 - T. 93 232 56 15

### CAROL'S

C/ Padilla, 220 - T. 93 245 10 01

www.carolsjacinto.com

### CEBADO

C/ Padilla, 273 - T. 93 43513 23

### MARANBELS

C/ Castillejos, 273 - T. 93 436 39 93

**Perfumeria GUILLEN**  
Des de 1939  
GRAN ASSORTIMENT  
DE PERFUMERIA,  
ARTICLES DE NETEJA,  
COSMÈTICA,  
PRODUCTES PER AL CABELL,  
MITGES, REGALS, ...

C/ Indústria, 168 - 170 - Tel. 93 435 93 97

### PERFUMERIA GUILLEN

C/ Indústria, 168 - T. 93 435 693 97

### SALÓN LOUNGE ESTILITES

C/ València, 412 - T. 93 458 26 35

### 216 ESTILISTA

C/ Cartagena, 216 - T. 93 106 89 41

**Carol's**  
TODO EN PELUQUERÍA  
Venta al mayor y detalle  
TODAS LAS FIRMAS COMERCIALES  
Aparatos · Anexos · Belleza  
C/ Padilla, 220 - Tel. 93 245 10 01  
C/ Rogent, 85 - Tel. 93 435 99 75  
C/ Llobregos, 104 - Tel. 93 429 49 19  
C/ Josep Estivill, 16 - Tel. 93 352 76 10

## Forns, Pastisseries i Dolços

### FORN FRANQUESA

Av. Gaudí 45-47

### PANISSIM

C/ Padilla, 240 - T. 93 436 48 75

### PASTISSERIA LEPANT

C/ Mallorca, 436 bis - T. 93 232 58 66

### VIA DOLÇA

C/ Provença, 477

## Immobiliàries

**Grup Immobiliari s.c**  
Grupo inmobiliari.com  
Si está interesado en vender o alquilar su piso no dude en llamarnos o visitarnos. No importa que tenga cargas de hipotecas, embargos, subasta, etc.  
C/ Castillejos 267 ☎ 93 667 17 99

### BASELLS ZARAGOZA GESTIÓ

C/ Cartagena, 243 - T. 93 450 41 43

### CENTURY21

C/ Cartagena, 243 - T. 93 450 41 43

**BALSSELLS ZARAGOZA GESTIÓ, S.L.**  
ASSEGURANCES I ADMINISTRACIÓ DE FINQUES  
Cartagena, 243 · baixos ☎ 934 504 143  
www.bzgestio.com

### GRUP IMMOBILIARI

C/ Castillejos, 267 - T. 93 667 17 99

## Informàtica, Imatge i So

### OM SAI RAM

C/ Lepant, 292 - T. 93 436 39 70

### PC INSTANT

C/ Enamorats, 81 - T. 93 530 92 53

**AM informàtica**  
• Servei tècnic a particulars i empreses  
• Venda d'equips informàtics  
C/ Rosselló, 427 - T. 93 455 56 84  
www.am-informatica.com

### ROYAL FOTO

C/ Rosselló, 473 - T. 93 455 06 22

**FOTOS**  
CALENDARIS I ÀLBUMS DIGITALS  
GRAVACIÓ DE VÍDEO Super 8 a DVD  
Trav. de Gràcia, 264 ☎ 93 207 18 51

## Joeries i Rellogeries

### RIBERA

C/ Padilla, 258 - T. 93 455 66 27

## Llar

### CRISTALERIAS PADILLA

C/ Padilla, 243 - T. 93 232 76 55

### DAVELOR

C/ Padilla, 253 - T. 93 436 48 57

### FERRETERIA BRICOFACIL

C/ Provença, 504 - T. 93 436 66 56

### FERRETERIA SAGRADA FAMILIA

C/ Mallorca, 438 - T. 93 231 49 07

### JM ANTIGUEDADES

C/ Lepant, 257 - T. 602 525 534

### LAMPISTERIA CARTAGENA

C/ Cartagena, 215 - T. 93 245 00 53

### MAITE

C/ Padilla, 251 - T. 93 455 99 82

**OPTIMUS**  
FERRETERIES DE CONFIANÇA I PROXIMITAT  
FERRETERIA BRICOFACIL  
Provença, 504 ☎ 93 436 66 56

### MÀXIM REGAL

C/ Rosselló, 495 - T. 93 436 44 07

### MILAR

C/ València, 493-495 - T. 93 247 35 49

### REGINA "TOT PUNT"

C/ Rosselló, 442 - T. 93 456 36 51

### SEC MATIC

C/ Lepant, 251 - T. 93 231 48 16

### TEIXIDO

C/ Provença, 476 - T. 93 450 46 64

### TEIXITS LA PROVENÇA

C/ Provença, 496 - T. 93 347 15 03

### TEIXITS PINENT

C/ Mallorca, 423 - T. 93 436 34 66

## Moda i Complementes

### BOLSOS CORINTO

Av. Gaudí, 38 - T. 93 450 81 64

### CALZADOS REFORT'S

C/ València, 439 - T. 93 232 30 54

### CARALI

C/ Sardenya, 336 - T. 93 436 04 55

### CONXITA CASADO

C/ St. Antoni M<sup>a</sup> Claret, 153 - T. 93 347 48 91

### CORKLAND

C/ València, 465 - T. 630 679 560

### CORSETERIA MAGDA

C/ Lepanto, 279 - T. 93 450 29 34

### EL TALLER

C/ Marina, 229 - T. 93 603 50 02

### EVANNA BOUTIQUE

C/ Còrsega, 529 - T. 93 010 35 23

### ISABELA

C/ Indústria, 146 - T. 93 435 25 75

### JUDITE

C/ Rosselló, 458 - T. 93 455 79 41

### MERCÈ CASTAÑÉ

C/ Padilla, 254 - T. 667 808 986

### MODA DONA DOBLE G

C/ Mallorca, 446 - T. 93 231 64 09  
www.doble.g.cat

### NOVETATS PADILLA

C/ Mallorca, 437 - T. 93 456 86 67

**3fils** La teva modista de confiança  
C/ Padilla 327-329 ☎ 931 375 305

### PUNT 7

C/ València, 494-498 - T. 93 244 03 98

### ROYMAS

C/ St. Antoni M<sup>a</sup> Claret, 131 - T. 93 456 26 79

## Oci

### FREESMOKE

C/ Mallorca, 376

### CANTONET "EL RACÓ TINTINAIRE"

C/ València, 412 - T. 93 485 02 17

### TRIO D'ORO

C/ Castillejos, 268 - T. 93 436 34 19

### TABACS 306

C/ Castillejos, 288 - T. 93 435 99 26

### PLANETA MÀGIC

C/ Castillejos, 302 - T. 93 435 05 91

## Petits

### CARGOL TREU BANYA

C/ Indústria, 142 - T. 93 140 86 11

### CRISPETES

C/ Castillejos, 288 - T. 93 433 52 79

## Restaurants i Bars

### Veure Bars i Restaurants a la pàg. 61

### ABARROTES DOÑA CUCA

C/ Passatge de font, 4 T. 93 007 67 62

### BRASERIA JUANMA

C/ Lepant, 280 - T. 93 456 62 55

### BRASERIA ROVI

C/ Lepant, 293 - T. 93 436 03 65

### BREIXAN

C/ Provença, 439

### CAFÉ-CAFÉ

C/ Indústria, 140 - T. 93 455 38 31

### CAFÉ CARACAS

C/ Padilla, 254

### CANTINA MEXICANA

C/ València, 427 - T. 93 667 66 68

### CHILAM BALAM

C/ Indústria, 156 - T. 93 446 05 03

**Jijonenca**  
CAFETERIA - GELATERIA - ORXATERIA  
Crepes - Goofres - Entrepants  
Av. Gaudí, 32 - T. 93 456 41 45



## Restaurants i Bars

**CHLOE**  
C/ Lepant, 311 - T. 688 472 115  
**EL RINCÓN DE LA ABUELA VENEZOLANA**  
C/ Mallorca, 470 - T. 93 518 56 43  
**ELS PORXOS**  
C/ Mallorca, 410 - T. 93 231 99 90  
www.restaurantelsporxos.com  
**EL TASTET DE L'ARTUR**  
C/ Lepanto, 273 - T. 93 455 20 24  
**JJONENCA**  
Av. Gaudí, 32 - T. 93 456 41 45  
**LA MORENETA**  
C/ Cartagena, 234 - T. 93 455 29 69  
**LA TAQUERIA**  
Passatge de Font, 5 - T. 93 126 13 59  
**LAZ LAZ**  
C/ Lepant, 297 - T. 603 127358  
**MOS ART**  
C/ Padilla, 250 - T. 93 435 37 05  
**THE TEA WORLD**  
C/ Marina, 271  
**XAMFRÀ GAUDÍ**  
C/ València, 443 - T. 93 232 59 07  
**XURRERIA SAGRADA FAMÍLIA**  
Pl. Sagrada Família, 26 - T. 93 458 25 60

## Salut

**ARKÉ ESENCIAS FLORALES**  
C/ València, 445 - T. 93 265 65 59  
**BIOKI**  
C/ Castillejos, 307 - T. 93 162 37 81  
**C.R.O.T.**  
C/ Castillejos, 286 - T. 93 347 24 77  
**FARMÀCIA PROVENÇA**  
C/ Provença, 506 - T. 93 348 86 95  
**FARMÀCIA SERRA SAVAL**  
C/ València, 470 - T. 93 231 49 07

**LO IMPORTANTE ES SABER LO QUE ES IMPORTANTE.**  
Y AHORA **3 MESES GRATIS** EN SALUD Y DENTAL  
desde **28'16€**  
Nº 1 en Seguros de Salud  
navarromv@agente.segurcaixaadeslas.es

**931 766 584** salutgaudi  
Provença, 521  
www.salutgaudi.com  
**CENTRE DE FISIOTERÀPIA I PODOLOGIA**

**LAS ACACIAS**  
C/ Castillejos, 260-266 - T. 93 433 53 53  
**OPTICA ARENSE**  
C/ Provença, 470 - T. 93 518 72 56  
**ÓPTICA MÈDICA GAUDÍ**  
C/ Indústria, 150 - T. 93 435 91 90

## Segona mà

**HUMANA**  
C/ Provença, 500 - T. 93 433 07 83  
**MER-K-2**  
C/ Provença, 517 - T. 93 450 86 27

## Serveis

**BIOLOGIC MALLORCA**  
C/ Mallorca, 441 - T. 93 019 95 15  
**BUREAU VALLÉE**  
C/ Provença, 504 - T. 93 633 94 32  
**FOTOCOPIES VALÈNCIA**  
C/ València, 446 - T. 93 246 38 43  
**TELECENTRO FOREX**  
C/ València, 425 - T. 93 624 22 11  
**PARKING RIUS**  
C/ València, 480 - T. 93 245 21 33

**P PARKING RIUS**  
**ABIERTO 24H**  
Se admiten coches a pupilaje  
**C/. Valencia, 480**  
(entre Padilla y Lepanto)  
T. 93 245 21 33

## La Biblioteca Sagrada Família

## recomana

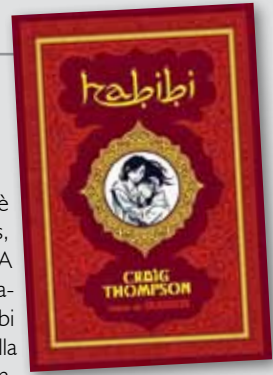
## Llibres

**Craig Thompson**

**Habibi**

• Astiberri, 2011

Un total de set anys van ser necessaris perquè Craig Thompson, el celebre autor de Blankets, acabés Habibi, la seva última novel·la gràfica. A través d'un paisatge de deserts, harems i un batibull de modernes deixalles industrials, Habibi explica la història de Dodola i Zam, una parella d'esclaus refugiats units per la casualitat, les circumstàncies i l'amor que sorgeix entre ells. Alhora contemporània i atemporal, Habibi ens ofereix una història d'amor commovedora, una paràbola sobre la nostra relació amb la natura, la divisió cultural entre el primer i el tercer món, l'herència compartida entre cristianisme i islamisme i la màgia d'explicar històries.



## Cinema

**Mohamed Diab**

**El Cairo 678**

• Cameo, 2012

Basada en la història real de tres dones i en la seva obstinació de defensar-se contra l'assetjament sexual prevalent a Egipte. Tot es destapa quan una d'elles clava un ganivet a l'engonal d'un dels assetjadors, convertint-se en una heroïna fantasma que causa un enrenou per tot el país.

El Cairo 678 desvetlla la història de tres dones de diferent classe social que s'uneixen en la seva recerca de la justícia davant la difícil situació que diàriament provoca l'assetjament sexual a Egipte. Una realitat que ens sembla llunyana per l'origen del film però que en realitat és més propera del que volem acceptar.



## Música

**Rachid Taha**

**Tékitoi**

• Wras, 2004

Tékitoi és el títol del quart àlbum, és una pregunta de la transcripció fonètica del francès "Tu es qui toi?" - "Qui ets tu?"

Taha abraça de manera virtuosa el punk, house i electro, veient-los a través del prisma del rai algerià. En una mirada crítica on hi plasma les seves experiències personals com a immigrant de primera generació a París, amb una identitat plurinacional i apàtrida.

Aquest àlbum, en el que la lletra és principalment en francès i àrab, és la seva exploració de si mateix a través del seu so, un treball per a gaudir tant pels amants de la música fusió com per als que us iniciu.



## L'Eix Comercial de la Sagrada Família us desitja un feliç any nou 2017

Ara que comencem un nou any, us volem agrair el vostre suport durant tot l'any 2016, tant per confiar en el nostre model de comerç de proximitat, fent comerç, com per participar en totes les activitats que al llarg de l'any organitzem, fem barri.

Us desitgem el millor per aquest 2017 i per començar l'any us convidem a venir a les rebaixes a partir del dia 7 de gener!

Fent comerç, fem barri!

Eix Sagrada Família



Totes aquestes recomanacions les podreu trobar a la Biblioteca Sagrada Família carrer Provença, 480 i al catàleg de la Xarxa de Biblioteques de Barcelona. <http://sinera.diba.cat>

# Per què Barcelona agrada tant als inversors estrangers?

Molts són els motius pels quals en els últims anys estan augmentant les inversions estrangeres a Catalunya i, sobretot, a Barcelona (de fet el 22% de la inversió a tot l'estat s'ha quedat a Catalunya, amb un augment respecte a l'any passat de quasi el 60%). La Ciutat Comtal és avui en dia molt atractiva per aquells que tenen diners estalviats i en volen treure un rendiment més alt del que aconseguirien deixant-los al banc. Durant aquest any Barcelona s'ha posicionat com la cinquena ciutat més atractiva d'Europa (només superada per Londres, París, Berlín i Amsterdam).

Majoritàriament els diners procedeixen de països com Estats Units, França, Alemanya, Regne Unit i Japó.

Fets com els tràgics atemptats de París o Niça, o el Brexit anglès, ha propiciat que inversors habituals a França o Gran Bretanya, hagin preferit una ciutat més segura i amb un clima més càlid, motius pels quals també s'han disparat les visites de turistes en l'últim any.

Així mateix, grans empreses de tots els sectors, han decidit en l'últim any obrir seu (o magatzems distribuïdor) a Barcelona, tals com Amazon, Nestlé (amb la seva proposta de Digital Hub) o els laboratoris Roche...

Gràcies al Mobile World Congress, Barcelona s'ha convertit en focus d'atracció d'empreses d'innovació i start-ups. La creació d'incubadores tecnològiques (com per exemple el projecte Pier01 a l'antic Museu d'Història de la Ciutat) fa que cada cop hi hagi més persones vivint i treballant a la ciutat amb un perfil socio-econòmic molt bo.

Tots aquests fets s'han transformat en un volum d'inversió estrangera molt alt, també en el sector immobiliari: Segons els últims estudis (elaborats per la prestigiosa firma Ernst & Young a partir de tècniques de BigData) hi ha zones de la ciutat amb tipologies de pisos de menys de 80m<sup>2</sup> on es pot aconseguir fins a una rendibilitat bruta del 8%, com podrien ser Sagrada Família, Sant Andreu, Sant Antoni o algunes zones de Sants. El més buscat són pisos de 2 o 3 habitacions, amb molta llum i en zones amb tots els serveis al voltant i, per descomptat, molt bona comunicació amb la resta de la ciutat i rodalies.



Si bé és cert que part de les adquisicions immobiliàries en mans estrangeres estan concebudes com a segones residències per a ús particular de la propietat (el clima, les comunicacions, la platja o l'agenda cultural de la ciutat la fan molt atractiva per aquelles que poden passar temporades o viure-hi indefinidament), la immensa majoria de pisos comprats per inversors de fora tenen com a finalitat ser llogats.

Ramon Balsells

Gerent Balsells Zaragoza Gestió S.L.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p><b>BALSSELLS<br/>ZARAGOZA<br/>GESTIÓ S.L.</b></p> <p><i>Des de 1980 assessorant al Barri</i></p> <p>Administració de Finques<br/>Corredoria d'Assegurances ■ Gestió de Patrimoni</p> <p><a href="http://www.bzgestio.com">www.bzgestio.com</a></p> |  <p><b>Century 21</b><br/>BZ GESTIÓ</p> <p><i>La Xarxa immobiliària més gran del món</i></p> <p><b>Vendre • Llogar • Comprar</b></p> <p><a href="http://www.bzgestio.century21.es">www.bzgestio.century21.es</a></p> |
| <p><b>C/ Cartagena 243 · baixos ☎ 93 450 41 43</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |



# Barri *El Clot · Camp de l'Arpa*



Foto: Vicente Zambrano

## *Arxé*

*Des de 1960*

**ALTA COSTURA**

**Vestim els teus somnis**

**Comunió i Cerimonia**  
*Home · Dona · Nens*

Demana Cita Prèvia al ☎ 93 231 76 10

Plaça del Serrat, 3 · Barcelona  
[www.arxemoda.es](http://www.arxemoda.es)

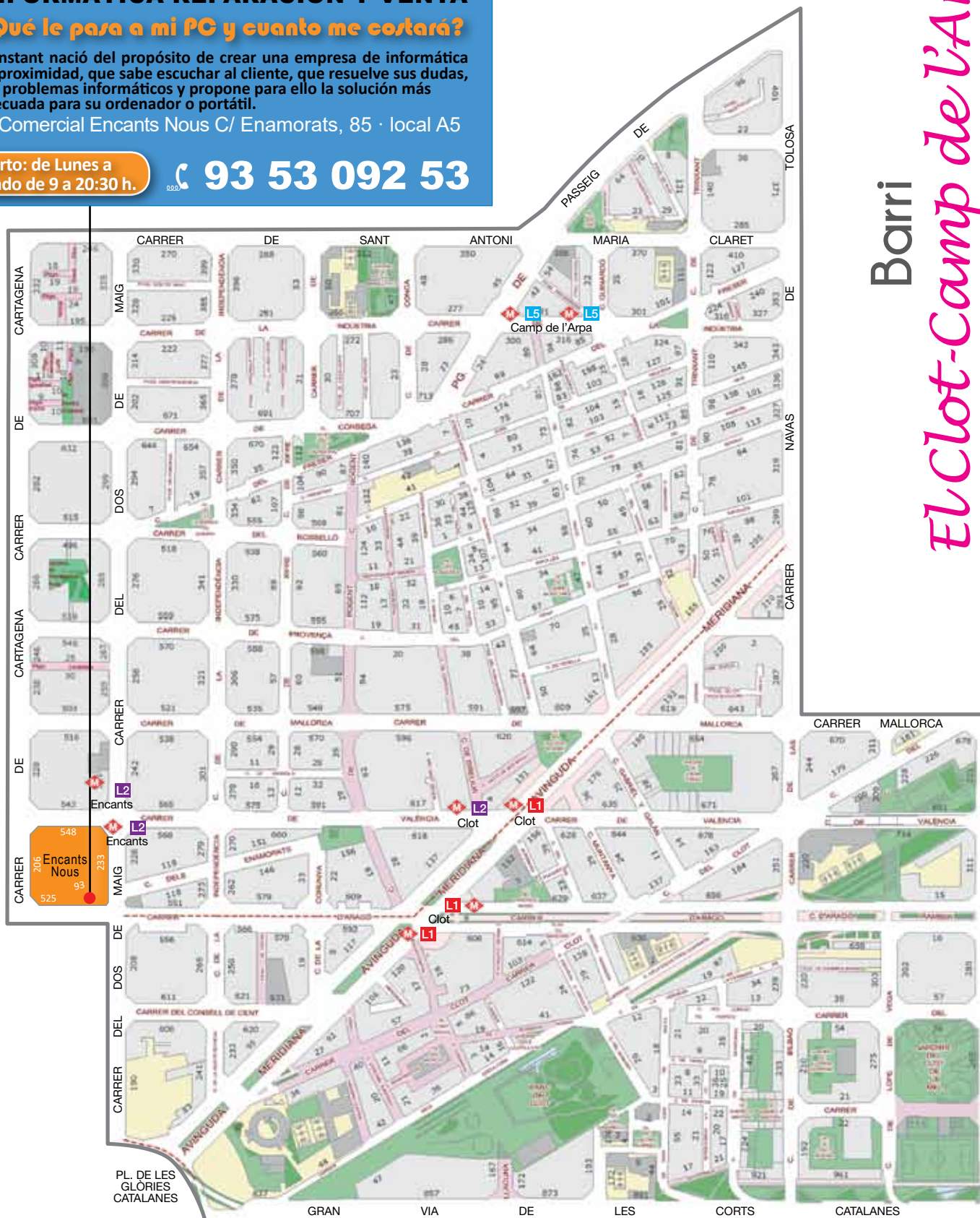




## ¿Qué le pasa a mi PC y cuanto me costará?

C. Comercial Encants Nous C/ Enamorats, 85 · local A5

**☎ 93 53 092 53**



Bari

# El Clot-Camp de l'Arpa



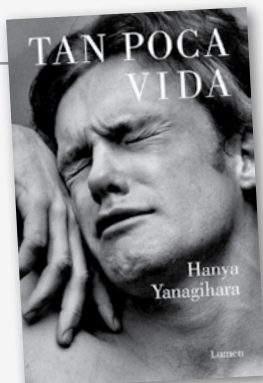
## Llibres

**Yanagihara, Hanya**  
**Tan poca vida**

• Barcelona: Lumen, 2016

Una història que recorre més de tres dècades d'amistat en la vida de quatre homes que creixen junts a Manhattan. Quatre homes que han de sobreviure al fracàs i a l'èxit i que, al llarg dels anys, aprenen a sobreposar-se a les crisis econòmiques, socials i emocionals. Quatre homes que comparteixen una idea molt peculiar de la intimitat, una manera d'estar junts feta de poques paraules i molts gestos. Quatre homes, la relació dels quals l'autora utilitza per realitzar una minuciosa indagació dels límits de la naturalesa humana.

Hanya Yanagihara, l'autora, ha estat comparada amb Jonathan Franzen i Donna Tartt per la seva capacitat per descriure amb mestria la psicologia de personatges complexos i trobar en el camí resposta a qüestions universals. Una nova i jove veu literària que ha arribat per quedar-se.



## Llibres

**Farré, Natza**  
**Curs de feminisme per microones**

• Barcelona: Ara Llibres, 2016

Aquest llibre es tracta d'un autèntic tractat de feminisme en quatre nivells (bàsic, elemental, mitjà i alt) en el qual la guionista, periodista i comunicadora Natza Farré explica, amb molt sentit de l'humor, un grapat de sarcasme i també tones de sentit comú, per què les dones han de seguir reivindicant els seus drets i, sobretot, no s'han de deixar intimidar per les raons dels que les voldrien submises, domesticades i, ai, calladetes i a casa.

Un cop sobre la taula per reforçar el paper del feminisme en la nostra societat. Sense embuts, sense mitges tintes, sense por. Amb humor. Imprescindible, urgent i en vena. Un curs de feminisme exprés, amb raons i arguments, dades i exemples, i, també, humor, ironia i un punt de sarcasme. Una obra del tot necessària



## Llibres

**Van Allsburg, Chris, Jenni**  
**El expreso polar**

• Caracas: Ekaré, 1988  
(A partir de 7 anys)

Hi ha llibres que són com les tradicions: mantenen la seva màgia encara que els anys passin. Aquest és el cas de 'El expreso polar', un àlbum il·lustrat que ha complert dues dècades i que, en canvi, conserva tota la seva actualitat i esperit nadalenc. Un nen, un tren, el Pol Nord, el Pare Noel i un picarol són els elements principals que integren aquest viatge literari, amb parada a uns esplèndids dibuixos, coloristes i càlids quan els interiors parlen, gèlids i hivernals quan el paisatge respira, però en qualsevol cas magnífics. Revivia la il·lusió dels infants quan el Nadal s'acosta llegint junts aquesta meravellosa història, al caliu de la llar de foc si afortunadament en teniu o senzillament arraulits al sofà de casa.



Totes aquestes recomanacions les podreu trobar a la Biblioteca Camp de l'Arpa-Caterina Albert (carrer Indústria, 295) i al catàleg de la Xarxa de Biblioteques de Barcelona. <http://sinera.diba.cat>

### Infantil

## La calculadora humana

Dins de Tallers de descoberta, serà el torn de 'La calculadora humana'. Practicar el càlcul mental a través de quaderns i jocs. Serà divendres 27 de gener de 17.30 a 18.30 h. A la sala d'actes de la Biblioteca Camp de l'Arpa-Caterina Albert (Indústria, 295). A partir de 3 anys.

## Rocu i el mar dels invisibles

La història de la trobada entre en Rocu, un nen amb cap de roca que està molt avorrit a la platja, i la Meda, una tortuga que ha perdut l'esperança de trobar algú de la seva espècie, són el fil conductor d'un espectacle amb un important caràcter educatiu. Cinquanta minuts de música, cançons i personatges marins que descobreixen al públic més menut els animals del mar Mediterrani més desconeguts i en perill d'extinció. (Per a totes les edats). Serà diumenge 15 de gener, 12h. Al Teatre Jesús Concernau del Centre Cultural la Farinera del Clot (Gran Via de les Corts Catalanes, 837).



### Exposició

## Cosmocromies

Mònica Justicia, l'artista l'obsessiona tot el que no es veu a simple vista. L'atrau la similitud entre micro i macro cosmos, com quelcom paradoxal. Panoràmiques de l'univers i una gota de plàncton vista per un microscopi, regs sanguinis i deltes de rius, les emocions i la seva bioquímica, qualsevol partícula suspesa a l'aire... Del 10 al 31 de gener, a l'Espai Antoni Miró Peris (Pl. Carme Monturiol, 10).

### T'interessa

## Conteteràpia: simbologia i essència dels contes

Els contes tradicionals transmeten missatges a través dels símbols que contenen. Conèixer el seu significat ens permetrà utilitzar els contes en entorns educatius, terapèutics, d'acompanyament... per treballar les relacions humanes i les emocions, amb persones de totes les edats. Serà divendres 13 de gener a les 18h. A la sala d'actes de la Biblioteca Camp de l'Arpa-Caterina Albert (Indústria, 295).

## Pensament positiu: és necessari per superar l'adversitat?

Els "gurus" de l'autoajuda ens diuen que cal fomentar el "pensament positiu" per a viure amb plenitud. Des d'un punt de vista científic, no s'ha comprovat que aquest sigui eficaç per a superar els problemes psicològics ni molt menys per a recuperar-se de cap malaltia. Per a no patir depressions, és necessari aprendre a canalitzar les emocions desagradables més que no pas enredar-se en perseguir una falsa positivitat. Serà dimecres 11 de gener a les 19h. A la sala d'actes de la Biblioteca Camp de l'Arpa-Caterina Albert (Indústria, 295).

### Teatre

## Una casa de "cuento"

La Sra. Rosa arriba a Barcelona a visitar la seva neboda en el pis que ella li ha deixat perquè la noia pugui viure a la ciutat. El que no sap ella és que en aquest pis... Serà dissabte 28 a les 21h i diumenge 29 de gener a les 18h. A l'Orefeo Martinec (Av. Meridiana, 97).

## Alimentació

A PROP TEU  
C/ Rogent, 27 - T. 932 312 241  
AUTOCTONS  
C/ Rogent, 24 local 1 - T. 931 924 911  
BODEGA SOPENA  
C/ Clot, 55 - T. 93 231 15 05  
CA LA CUCA  
C/ Cabanyal, 1 B. Esq. - T. 930 109 320  
MERCAT DEL CLOT  
Plaça del Mercat, 26 - T. 932 659 090  
SIENTE TES, INFUSIONS I ESPÈCIES  
C/ Rogent, 96 - T. 934 508 858  
SORLI DISCAU  
C/ Mallorca, 588 - T. 935 610 383  
VINACOTECA  
C/ València, 595 - T. 932 325 835  
VINALIUM  
C/ Sèquia Comtal, 15 - T. 931 654 111  
XARCUTERIES BOSCH  
C/ Mallorca, 558 - T. 932 324 506

## Assessories i Assegurances

**A**

**Asesoría**  
Pedro Mateos

- FISCAL
- LABORAL
- CONTABLE

• Creación de nuevas empresas  
• I.V.A. • IRPF • Nóminas

C/ Mallorca, 569 · 93 436 31 07-639 307 731  
[www.asesoriabcn.es](http://www.asesoriabcn.es)

ASSESSOCAT  
C/ Mallorca, 526 - T. 931 924 996  
ROMEO ABOGADOS  
C/ Rossend Nobas, 9 - T. 932 455 990

## Cursos i Formació

**Ter Vint**  
llar d'infants  
de 0 a 3 anys

C/ Ter, 18-20 · 93 232 6409  
[www.tervint.com](http://www.tervint.com)

CHISHOLM SCHOOL  
Rbla. Guipúscoa, 11 - T. 932 662 184  
LLAR D'INFANTS TER VINT  
C/ Ter, 18-20 - T. 932 326 409

## Entitats

ATENEU DEL CLOT LA FARINERA  
C/ Muntanya, 16 - T. 93 232 99 08  
CENTRE CULTURAL LA FARINERA DEL CLOT  
G.V. Corts Catalanes, 837 - T. 93 291 80 80  
FOMENT MARTINENC  
C/ Provença, 591-593 - T. 93 455 70 95  
LA FORMIGA MARTINENCA  
C/ Mallorca, 580 - T. 93 232 77 09

## Estètica i Belleza

**Vanessa Hidalgo**

c/ Gabriel y Galán, 24 · 930 009 405  
[www.vanessahidalgoestilistas.com](http://www.vanessahidalgoestilistas.com)

ANNA PAVIA PELUSALÓN  
C/ Coronel Sanfeliu, 15 - T. 932 328 879  
BELL CAP  
C/ Mallorca, 581 - T. 934 500 977  
CAROL'S  
C/ Rogent, 85 - T. 93 435 99 75

**Carol's**

**TODO EN PELUQUERÍA**  
Venta al mayor y detalle  
**TODAS LAS FIRMAS COMERCIALES**  
Aparatos · Anexos · Belleza  
C/ Rogent, 85 · Tel. 93 435 99 75  
C/ Padilla, 220 · Tel. 93 245 10 01  
C/ Llobregos, 104 · Tel. 93 429 49 19  
C/ Josep Estivill, 16 · Tel. 93 352 76 10

MÓN ESTÈTIC  
C/ València, 599 - T. 932 659 076  
PERRUQUERIA NUJOR  
Av. Meridiana, 164-166 - T. 932 463 659  
VANESSA HIDALGO ESTILISTES  
C/ Gabriel y Galán, 24 - T. 930 009 405

## Forns, Pastisseries i Dolços

PASTISSERIA LA PALMA  
C/ Clot, 72 - T. 932 325 257  
FORN ELIAS  
C/ Freser, 90 - T. 934 556 176  
PASTISSERIA GUAL  
C/ Mallorca, 529 · botiga 3 - T. 934 357 486  
BIG BEN  
C/ Mallorca, 570 - T. 932 310 360  
GRANIER  
C/ Mallorca, 584 - T. 936 671 299  
PANNUS  
Plaça del Mercat, 21 - T. 933 153 248  
ANAGERIE, FORN DEGUSTACIÓ  
C/ Rogent, 92 - T. 934 178 171  
TUTTI FRUTTI  
C/ Mallorca, 561 - T. 695 362 759

## Immobiliàries

FINQUES MARTELL  
C/ Independència, 307 - T. 93 231 27 51  
FINCAS LEMI  
C/ La Corunya, 31 Bx. T. 93 270 03 44

## Informàtica, Imatge i So

HANGAR 05 PRODUC. ARTÍSTICAS  
C/ Bassols, 5 - T. 931 635 648  
PC INSTANT  
C/ Enamorats, 81 - T. 93 530 92 53  
TINTEA CLOT  
C/ Rogent, 17 - T. 93 250 24 89

## Joieries i Rellogeries

ANDRÉS CASTILLO JOIERIA RELLOTGERIA  
C/ Rogent, 106 - T. 934 350 862  
RELOTGERIA LARA  
C/ Rogent, 39 - T. 932 321 305  
JOIERIA TECU  
C/ Rogent, 51 - T. 934 355 922  
KILEY JOIERS  
C/ València, 606 - T. 932 453 191

## Llar

ELECTRODOMÈSTICS PEINADO  
C/ Escultors Claperós, 43-45 - T. 933 005 259  
MERTXESITES: LLANES, TELES I TALLERS  
C/ Sèquia Comtal, 4-6 - T. 932 658 569

## Mascotes i Plantes

CEM BAC DE RODA  
Rbla. Guipúscoa, 25 - T. 932 663 445  
FLORISTERIA JOVI  
C/ València, 666 - T. 93 349 82 57  
EL JARDINET DEL CLOT  
Plaça del Mercat, 9 - T. 935 330 506

GOS I GAT  
C/ Rogent, 16 - T. 932 315 111

## Moda i Complementes

**By me** CLOTHES & ACCESSORIES

C/ Sèquia Comtal, 7 · 93 488 63 41

ARXÉ  
Plaça Dr. Serrat, 3 - T. 932 317 610  
BOSSANOVA - ROGENT  
C/ Rogent, 98 - T. 934 335 217  
BY ME  
C/ Sèquia Comtal, 7 - T. 934 886 341  
EVENT  
C/ Mallorca, 592 - T. 934 464 875  
FLIS FLÀS  
C/ Rogent, 51-53 - T. 934 552 168  
GEMA MODES I COMPLEMENTES  
C/ Provença, 598 - T. 93 360 79 23  
LA CALAIXERA  
C/ Clot, 57 - T. 930 174 116  
MERCERIA MARIONA  
C/ Independència, 294 - T. 93 450 26 27  
SWING  
C/ Mallorca, 560 - T. 932 326 764  
WINGS MODA DONA  
C/ Rogent, 28 - T. 93 513 22 95

## Motor

MOGADEALER, S.L.  
C/ Aragó, 602 - T. 932 321 000

## Oci i Esport

CRONOLOGIC  
Av. Meridiana, 129 - T. 657 254 895  
LOTERIA CAP I CUA  
Pl. Font i Sagué, 1 - T. 932 465 154

## Papers i Llibres

**Racó del llibre**

**OUTLET**

Stocks de LLIBRES NOUS des de 1€

C/ Rogent, 90 · 93 348 38 47  
RACÓ DEL LLIBRE OUTLET

DIGICOPY OFFICE  
C/ Mallorca, 614 - T. 932 454 008  
EL PUNT DEL CLOT  
C/ Clot, 93 - T. 932 654 130  
ILUSIONAME REYES, EVENTOS + DIGITAL  
C/ Rogent, 74 - T. 936 337 471  
PAPER GROU  
C/ Clot, 51 - T. 932 329 166  
QUIOSC DEL CLOT  
Plaça Font i Sagué, s/n - T. 932 473 397

## Petits

BAMBINO  
C/ Rogent, 84 - T. 934 362 723  
GANIVETERIA - JOGUINES "EL PEQUE"  
C/ Rogent, 47 - T. 934 356 945  
L'OMBELIQUO  
C/ Provença, 584 - T. 93 519 53 39  
PALOMA 1ERA INFANCIA  
C/ Clot, 59-63 - T. 932 465 723

## Restaurants i Bars

A RUTA GALLEGA  
C/ Clot, 78 - T. 932 654 685  
BAR RESTAURANT CLOT DE LA MEL  
C/ Bilbao, 202 - T. 93 250 91 77

**Kenko**  
peruvian cuisine

C/ Dos de Maig, 250 · 93 436 55 56  
C/ Calabria, 280 · 93 410 81 35  
[www.restaurantekenkoben.com](http://www.restaurantekenkoben.com)

BODEGA CAROL  
C/ Aragó, 558 - T. 932 45 11 99  
BAR DO  
C/ Rogent, 100 - T. 690 023 615  
BAR LA UNIÓN  
C/ Freser, 92 - T. 934 360 474  
BAR RESTAURANT LA COCTELRERA  
C/ Aragó, 609 - T. 932 452 043  
BAR SOCIAL FOMENT MARTINENC  
C/ Provença, 591 · Bxos. - T. 650 224 887  
BAR SUCRO "CA LA MARGUI"  
C/ Sèquia Comtal, 7 - T. 932 451 166  
CAPRITXETS DEL CLOT  
C/ Rossend Nobas, 7 - T. 610 430 284  
D'CLOT  
C/ Rogent, 52 - T. 616 047 522  
FRANKFURT ROGENT  
C/ Rogent, 28 - T. 93 245 21 76  
LA BRUIXA BALDUFA  
Av. Meridiana, 97 - T. 93 265 30 25  
LA CLOTENCA  
C/ Clot, 49 - T. 93 265 95 44  
LA GELATERIA  
C/ Rogent, 88 - T. 934 568 434  
MARLEN TASTETS  
C/ Clot, 75-77 - T. 932 655 343  
NARANJITO  
C/ Aragón, 639 - T. 618 198 123  
RESTAURANT BRASERIA SUYAPA  
C/ Mallorca, 601 - T. 934 358 078  
RESTAURANT CAPRI  
C/ Provença, 576 - T. 650 501 117

## Salut

**AVI AMUNT**

UNIDAD TERAPÉUTICA ALZHEIMER Y PATOLOGÍAS NEUROLÓGICAS  
Centro de Día Avi Amunt · C/ Llagostera, 4 · 93 455 86 30  
Centro Residencial Amunt · C/ Ripollés, 8-10 · 93 433 13 17

CAMÍ DE SALUT  
C/ Mallorca, 545 - T. 934 363 374  
FARMÀCIA PLANA MENDO C.B.  
C/ Clot, 114 - T. 932 319 157  
FARMÀCIA M<sup>a</sup> TERESA PENAFIEL  
C/ Clot, 57 - T. 932 312 059  
FARMÀCIA E. VENTURA  
C/ Clot, 71 - T. 932 313 605

**OPTICALIA JUMIR**

València, 635 · T. 93 231 87 49  
Guipúscoa, 94 · T. 93 314 30 20  
Fabra i Puig, 154 · T. 93 408 64 21  
[jumir@opticalia.es](mailto:jumir@opticalia.es)

FARMÀCIA EGEE - THOMAS  
C/ Mallorca, 554 - T. 932 314 208  
FARMÀCIA ANA M<sup>a</sup> MACIÀ CREUS  
C/ Mallorca, 591 - T. 934 362 710  
FARMÀCIA MERCADE  
C/ Aragó, 592 - T. 932 323 908  
FARMÀCIA BASTÉ  
C/ Rogent, 54 - T. 932 314 554

**herbolari**  
cosmética natural  
[www.mariacasasbiologa.es](http://www.mariacasasbiologa.es)  
Rassend Nobas, 12 · Tel. 93 246 45 57  
Pl. del Mercat, 22 · Tel. 93 265 93 56



**FARMÀCIA**  
ANA M. ANDRÉS PERERA  
DERMOFARMÀCIA - HOMEOPÀTIA - ESPECÍFICS  
DIETÈTICA - FÒRMULES MAGISTRALES  
MALLORCA. 621 - TEL. 93 352 70 54

FARMÀCIA J. MESIA  
C/ València, 614 Bis - T. 932 456 322

**NATUR HOUSE**  
Reeducació alimentícia  
C/ València, 570 - T. 93 247 19 34  
(Esq. Independència)

INVICTUS, NUTRICIÓ & FITNESS  
C/ Rogent, 3 - T. 630 961 070  
MARIA CASAS, BIÒLOGA  
Pl. Mercat, 22 - T. 932 659 356

**FARMÀCIA**  
GRIMAU GUARDIOLA  
Gran Via Corts Catalanes, 941 - T. 93 307 40 50  
OBERT 12 HORES  
De Dill. a Div. de 9 a 21h-Dissabtes de 9 a 14 h

SANZ & PANCKO DENTAL  
C/ Rogent, 40 · local 2 - T. 932 469 043  
SONISORD  
C/ València, 612 Bis - T. 932 653 639  
ARMAND ÒPTICS  
C/ Clot, 66 - T. 932 452 155

**sonisord**  
AUDIÒFONS & REPARACIÓ  
El teu Centre Auditiu del barri  
València, 612 bis · T. 93 265 36 39

ÒPTIQUES TUTUSASUS  
C/ Rogent, 80 - T. 934 351 277  
ORTOPÈDIA CLOT  
C/ Clot, 82 - T. 932 651 812  
VITALITAT ESPINOLOGIA  
C/ Roselló, 555 - T. 931 056 324

## Segona mà

SECOND COMPANY  
C/ València, 662-664 - T. 93 245 20 99  
ROBA AMIGA  
C/ Sibelius, 9 - T. 93 245 26 88

## Serveis

**G.R.A.T.S.A.**  
**P** APARCAMENTS  
OBERT 24 Hores  
C/. Mallorca, 555  
(entre C/. Rogent i C/. Fontova)  
Tel. 93 455 89 82

HOTEL CATALONIA SAGRADA FAMÍLIA  
C/ Aragó, 569 Bis - T. 932 458 905  
HOTEL CATALONIA ALBÉNIZ  
C/ Aragó, 591-593 - T. 932 652 626  
HOTEL CATALONIA ATENAS  
Av. Meridiana, 151 - T. 932 322 011

Annunci's aquí... **Acelobert**  
BRACELONÀ barri a barri  
T. 93 140 10 37 · 605 813 098  
[www.ancelobert.com](http://www.ancelobert.com) · publicitat@ancelobert.com  
...perquè els millors sempre *destaquen*

# L'AAVV constituirà l'Observatori del Turisme del Clot-Camp de l'Arpa

L'Associació de Veïns del Clot-Camp constituirà pròximament l'Observatori del Turisme del barri per fer una diagnosi profunda sobre com es van desenvolupant els aspectes que consideren que els estan afectant.



Joaquim Delgado, soci de l'AAVV i membre de la Junta ampliada, explica que "hi ha tres aspectes bàsics referents al turisme que afecten al nostre barri". "El primer aspecte és tot el que té a veure amb el dret a l'habitatge, ja que el que ataca més al dret a l'habitatge és la utilització dels habitatges d'ús turístic". "I dins d'aquests habitatges estan els que estan censats, uns 200 a Clot-Camp de l'Arpa, i els que són il·legals, que tripliquen els que són legals", afegeix lamentant que "això afecta en què s'ha encarat el preu del lloguer i està provocant l'expulsió de veïnes i veïns del barri a les perifèries". És per aquest motiu que des de l'AAVV sol·liciten que "es persegueixin els habitatges d'ús turístic il·legals, i que els legals siguin legals de veritat, que paguin les taxes municipals i altres impostos, i que declarin els seus ingressos, en definitiva, que es normativitzin els legals, que els il·legals es tanquin i que no es donin més llicències".

El segon aspecte que preocupa als veïns de Clot-Camp de l'Arpa és l'ús de l'espai públic. "Al carrer Rogent i voltants estem lluny de convertir-nos en una rambla com la del Poblenou, la que està ocupada per les terrasses, però volem és que es faci un pla d'usos que impedeixi la privatització de l'espai públic, o que es gestioni bé aquesta privatització", explica Joaquim Delgado.

I en tercer lloc, des de l'AAVV mostren la seva preocupació per "la transformació que està patint el comerç de barri, que és útil per als veïns, pel comerç de turistes, on estan les grans marques, les grans àrees de moda

i alimentació, en perjudici del comerç de proximitat i tradicional del barri de tota la vida".

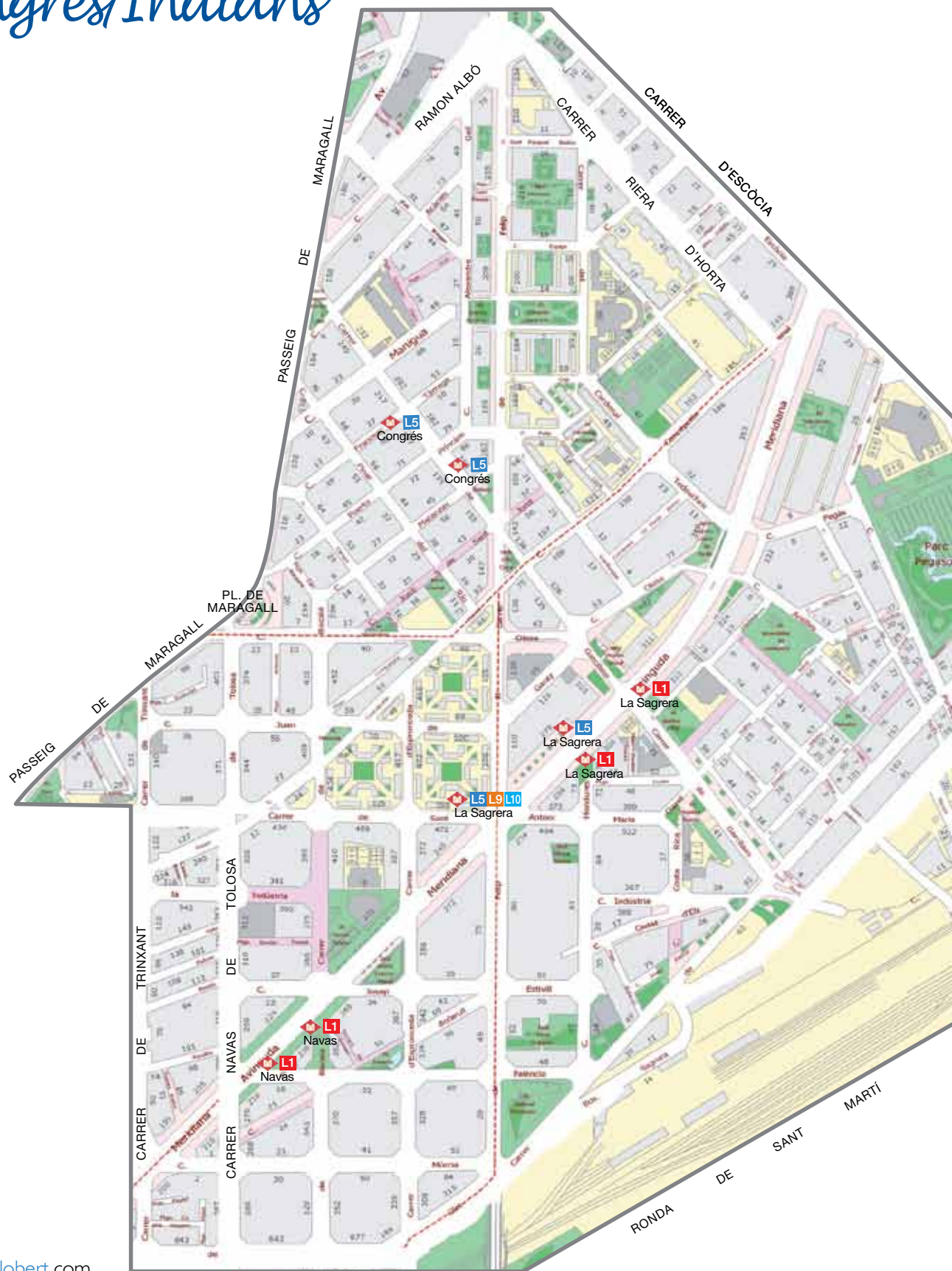
Vers aquesta situació, des de l'Associació de Veïns asseguren que estaran atents en com s'aprova finalment el PEUAT (Pla especial per a l'ordenació dels establiments turístics) a l'Ajuntament de Barcelona, ja que farà que es puguin donar més o menys llicències d'hotels a la ciutat, i per tant, també al barri del Clot-Camp de l'Arpa.

Des de l'AAVV, a més, han participat en diferents actes organitzats per l'ABTS (Associació de Barris per un Turisme Sostenible) i també hi seran a la mobilització que tindrà lloc el pròxim 28 de gener a les Rambles sobre aquest tema.

Més informació: [www.avclotcampdelarpa.cat](http://www.avclotcampdelarpa.cat)



Barri  
La Sagrera · Navas  
Congrés/Indians





# Barri *La Sagrera · Navas Congrés/Indians*



Foto:Vicente Zambrano

*Feliz Año Nuevo!*

**SALAMANCA**  
c/. Montito s/n · 37657 Sotoserrano  
T. 923 422 001

  
**EL CHARRO**  
JAMONES SOTOSERRANO  
www.elcharro.com

**BARCELONA**  
c/. Mallorca 654 · 08026 Barcelona  
T. 933 526 937



Alimentació

  
**EL CHARRO**  
JAMONES SOTOSERRANO  
[www.elcharro.com](http://www.elcharro.com)  
c/. Mallorca, 654 · T. 933 526 937

ALIMENTACIÓ CARME  
C/ Felip II, 172 - T. 93 352 61 52  
COALIMENTS ALONSO  
C/ Josep Estivill, 14 - T. 93 352 70 55  
FRUITERIA XAVIER  
C/ Felip II, 170 - T. 93 352 61 51  
MELUS GOLOSINAS  
Pl. del Congrés, 12 - T. 605 06 50 52  
PEIXATERIA ANITA  
C/ Cardenal Tedeschini, 47 - T. 93 351 94 50  
ROSTISSERIA ECOS  
C/ Berenguer de Palou, 86 - T. 93 340 92 54  
ROSTISERIA MENJABÉ  
Pl. del Congrés, 10 - T. 93 539 84 52

Mascotes i Plantes

  
**CENTRE VETERINARI LA SAGRERA**  
Obert de 10'30 a 13'30 h.  
i de 17'30 a 20'30 h.  
Dissabtes de 10'30 a 13'30 h.  
[www.veterinarilassagrera.com](http://www.veterinarilassagrera.com)  
Avgda. Meridiana, 262  
T. 93 351 84 57

CLINICA VETERINARIA ANUBIS  
C/ Ciutat d'Elx, 6-8 - T. 93 408 61 43  
ESPAL MASCOTA  
C/ Olesa, 67 - T. 93 340 74 04

[www.animalius.com](http://www.animalius.com)  
  
**Animalius**  
cadells · perruqueria · residència  
Av. Meridiana, 270-272  
Tel. 93 349 67 27

FLORISTERIA EMI  
C/ Navas de Tolosa, 298 - T. 93 340 60 04  
FLORISTERIA M<sup>a</sup> OTILIA COLOM  
C/ Mossèn Julià, 45 - T. 93 349 38 16  
FLORS PASCUAL  
C/ Felip II, 205 - T. 93 667 34 67  
TOT ANIMALS  
Pl. Dr. Modrego, 4 - T. 93 352 80 56

Assessories i Assegurances

ASESORES Y SERVICIOS ARCION  
C/ Bofarull, 9-11, local 2 - T. 93 340 69 00  
**GESTORIA EGEA 21**  
ABOGADOS  
**Profesionalidad a buen precio**  
**Especialistas en:**  
• Divorcios · Herencias  
• Comunidades · Contratos · Despidos  
• Extranjería · Renta · Sociedades  
• Inmuebles  
Av. Meridiana, 232-234 ☎ 93 143 71 84  
[www.gestoriaegea21.es](http://www.gestoriaegea21.es)

Cursos i Formació

C. D'ESTUDIS HOMOLOGAT SAM CLARET  
S. A. M<sup>a</sup> Claret, 357 bxs. - T. 93 352 49 32  
ESCOLA DE MÚSICA BCN FUSIÓ  
C/ Monlau, 54 - T. 93 408 18 35  
MECA RAPID  
Av. Meridiana, 326, entl. 1<sup>a</sup> - T. 93 340 03 58  
CENTRO KUMON  
C/ Curtit, 1 - T. 902 190 275  
[www.kumon.es](http://www.kumon.es)  
OLYMPIA DANSA  
C/ de las Navas de Tolosa, 312 - T. 695 941 188

Entitats

BIBLIOTECA LA SAGRERA-MARINA CLOTET  
C/ Camp del Ferro, 1-3. T. 93 340 86 75  
CAP GARCILASO  
C/ Garcilaso, 1-9 - T. 93 243 25 27  
CENTRE CÍVIC GARCILASO  
C/ Garcilaso, 103 - T. 93 256 29 59  
C. CÍVIC LA SAGRERA LA BARRACA  
C/ Martí Molins, 29 - T. 93 351 17 02  
CENTRE CÍVIC NAVAS  
C/ Navas de Tolosa, 312- T. 93 349 35 22  
CENTRE CULTURAL LA NAU IVANOW  
C/ Hondures, 28-30 - T. 93 340 74 68

Estètica i Belleza

CENTRE D'ESTÈTICA LAIA  
C/ Ramon Albo, 67-69 - T. 93 002 10 89  
DROGUERIA - PERFUMERIA QUEL  
C/ Navas de Tolosa, 317 - T. 93 351 74 60  
PELUQUERIA MARTA GUALDO  
C/ Portugal, 3 - T. 93 349 10 55  
PERFUMERIA I ESTÈTICA JADE  
Pl. Congrés, 5 - T. 93 408 17 10  
PERRUQUERIA ANTONIO  
C/ Sant Pasqual Bailon, 7 - T. 93 340 70 00  
PERRUQUERIA CISNEROS  
C/ Alexandre Gali, 17 - T. 658 94 43 91  
PERRUQUERIA GRACIANO  
C/ Ramón Albó, 78 - T. 93 340 23 23  
PERRUQUERIA LLEA  
C/ Navas de Tolosa, 311 - T. 93 408 18 12  
PERRUQUERIA REYSA  
C/ Navas de Tolosa, 288 - T. 93 351 01 04  
CAROL'S  
C/ Josep Estivill, 16 - T. 93 352 76 10

SERGI PERRUQUERS  
C/ Pere Terre i Domenech, 14 - T. 93 243 14 01  
T.I.F. COMERCIAL  
C/ La Sagrera, 162 T. 93 340 03 00

  
**Caro's**  
**TODOS EN PELUQUERÍA**  
Venta al mayor y detalle  
**TODAS LAS FIRMAS COMERCIALES**  
Aparatos · Anexos · Belleza  
C/ Josep Estivill, 16 · Tel. 93 352 76 10  
C/ Padilla, 220 · Tel. 93 245 10 01  
C/ Rogent, 85 · Tel. 93 435 99 75  
C/ Llobregos, 104 · Tel. 93 429 49 19

Joieries i Relotgeries

LAGUNAS JOIERS  
C/ Navas de Tolosa, 280 - T. 93 340 71 59  
MOLINS JOIERS RELLOTGERS  
C/ Garcilaso, 154 - T. 93 352 93 05  
PONT JOIER  
Pl. Dr. Modrego, 3 - T. 93 349 42 20

Llar i Serveis

ARTÍSTIC MARCS A MIDA  
Av. Meridiana, 290 - T. 93 408 55 31  
CERÁMICAS ESTIVILL  
C/ Josep Estivill, 19 - T. 93 408 65 65  
CRISTALERIAS FELIPE II  
C/ Felipe II, 212 - T. 93 352 89 95  
DFL GROUP  
C/ Felip II, 84 - T. 93 340 71 99  
ELECTRO BERSI  
C/ Garcilaso, 147 - T. 93 353 52 56  
ESTRUCTURES ALUMINI RIBAS  
C/ Navas de Tolosa, 295 - T. 93 408 17 42  
FERRETERIA BRICOLATGE TRAFALGAR  
C/ Cienfuegos, 3-5 - T. 93 340 20 41  
ICASA  
C/ Cortit, 6 - T. 93 498 82 80  
LA GANGA-2  
C/ Concepció Arenal, 47 - T. 93 351 52 27  
LAMPARAS MIM  
C/ Navas de Tolosa, 296 - T. 93 340 42 50  
MARC A MIDA  
Av. Meridiana, 290 - T. 93 408 55 31  
MATALASSERIA PADROS  
C/ Garcilaso, 141 - T. 663 015 623

Moda i Complementes

CALÇATS REPORT'S  
Av. Meridiana, 276 - T. 93 340 09 58  
CONFECCIONES GERARDO  
C/ Coll, 7 - T. 93 352 90 52  
LENCERIA INTIMA  
St. Antoni M<sup>a</sup> Claret, 371 - T. 93 408 78 33  
ONIX MODA  
C/ Navas de Tolosa, 300 - T. 93 186 21 27  
QUINLOR  
C/ Felip II, 191 - T. 93 352 44 10

Motor

FAURE MOTOS  
C/ Sagrera, 125 - T. 93 408 47 66  
GARATGE JOAN CASAS  
C/ Mossèn Julià, 15-17 - T. 93 352 25 58  
MASTERAUTO CITROËN  
C/ Navas de Tolosa, 326 - T. 93 349 31 50  
TALLER MECÀNIC TESA  
C/ Navas de Tolosa, 315 - T. 93 351 71 54

Oci, Papers i Llibres

ADMINISTRACIÓ LOTERIES NAVAS  
C/ Navas de Tolosa, 298 - T. 93 340 81 06  
ARMERIA PUJOL  
C/ Sagrera, 184 - T. 93 352 20 05  
EL CARNAVAL  
C/ Josep Estivill, 21 - T. 93 352 18 15  
ESTANCO SOTO  
C/ Navas de Tolosa, 353 - T. 93 351 72 53

GRÀFIQUES SAGRERA  
C/ Martí Molins, 11 - T. 93 352 94 08  
LLIBRERIA EL CIRC DE LES LLETRES  
C/ Garcilaso, 166 - T. 93 527 75 29  
OTTO MAX GOLD  
C/ Coll, 29 bxs. 2a - T. 93 349 19 08  
QUIOSC DAVID  
Av. Meridiana, 276  
SUGAR SUMINISTROS INDUSTRIALES  
C/ Sagrera, 173 - T. 93 352 93 11

Pastisseries, Forns i Dolços

FORN DEL BARRI  
C/ Navas de Tolosa, 327 - T. 93 351 97 16  
FORN ENRICH  
C/ Francesc Tàrraga, 29 - T. 93 352 95 38  
PASTISSERIA I XOCOLATERIA BARECHE  
St. Antoni M<sup>a</sup> Claret, 484 - T. 93 349 76 31

Petits

BABY & KIDS ROBA INFANTIL  
Cardenal Tedeschini, 4-6 - T. 93 507 72 74  
TEAR JOGUINES  
Av. Meridiana, 312 bis - T. 93 351 11 71  
CONDONLAND  
Av. Meridiana, 340, Ptge. T. 93 346 26 57

Restaurants i Bars

BAR CAN PERE  
C/ Felip II, 200 - T. 93 340 02 95  
BAR GRANJA LA MEL  
Pl. Congrés, 14 - T. 93 349 37 99  
GRANJA ALOVER  
St. Antoni M<sup>a</sup> Claret, 500 - T. 93 340 26 64  
GRANJA BAR CRETA  
C/ Navas de Tolosa, 319 - T. 93 340 80 45

Salut

  
**Residencia Cadesa**  
**Residencia - Geriàtrica**  
**Centre de dia**  
**Mare de Déu de Montserrat**  
• Horario libre visitas  
• Cocina propia  
• Médico y animación  
C/ Cienfuegos, 27 bajos  
Tel. 93 352 80 07 ☎ Sagrera/Congrés  
[www.residenciamentserrat-barcelona.com](http://www.residenciamentserrat-barcelona.com)

ADATT DENTAL  
Pere Terre i Domenech, 9 T. 93 340 54 00  
CENTRE TERÀPIES NATURALS HERMES7  
Passatge Coello, 2 - T. 93 408 67 14  
CENTRE MEDIC NAVAS  
C/ Navas de Tolosa, 292 - T. 93 340 02 08  
CLINICA DENTAL CONGRÉS-SAGRERA  
C/ Felip II, 182-184 - T. 93 349 58 04  
FARMÀCIA ANNA LLOBERAS  
C/ Honduras, 65-69 - T. 93 349 90 70

FARMACIA JORBA  
C/ Pardo, 4 - T. 93 352 60 58

  
**CLÍNICA DENTAL ARJUDENT**  
**15% dto.**  
15 anys cuidant del teu somriure  
**1<sup>a</sup> Visita gratuïta**  
❖ Odontologia general  
❖ Ortodòncia ❖ Pròtesis Implants  
C/ Felip II, 182-184, baixos  
**93 349 58 04 ☎ 615 56 09 35**

  
**BCN ANIMALS**  
[www.bcnanimals.com](http://www.bcnanimals.com)  
**GARCILASO, 34 · Tel. 93 243 30 56**  
nucli zoològic n° B2500862  
**EXCLUSIVAMENT CADELLS NACIONALS AMB L.O.E.**  
**PERRUQUERIA CANINA I FELINA (NO DORMIM ALS GATS)**  
**CONSULTORI VETERINARI (Tel. directe veterinari 93 115 84 21)**  
**RESIDÈNCIA CANINA I FELINA, ENSINISTRAMENT**  
**SERVEI A DOMICILI (CONSULTAR ZONA DE REPARTIMENT)**  
[info@bcnanimals.com](mailto:info@bcnanimals.com) **AMB VOSALTRES DES DE 1999**

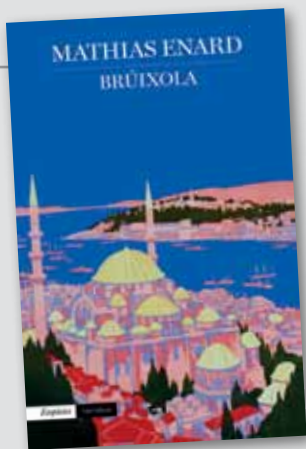


## Llibres

Mathias Enard  
**Brúixola**

• Barcelona: Empúries, 2016

Hipnòtica, erudita, poètica i defensora d'un Orient valuós i ple d'encants, **Brúixola** és la història d'una nit d'insomni. Franz Ritter, cèlebre musicòleg vienès que pateix una malaltia degenerativa, rememora durant una llarga nit l'amor de la seva vida, la Sarah, i acompanyat per l'opi recorda els països que ha visitat (Istanbul, Damasc, Palmira, Teheran)... Enard, nascut el 1972 a Niort, va guanyar el premi Goncourt amb aquesta novel·la, premi dotat amb 10 euros que tanmateix és el més prestigiós de les lletres franceses.

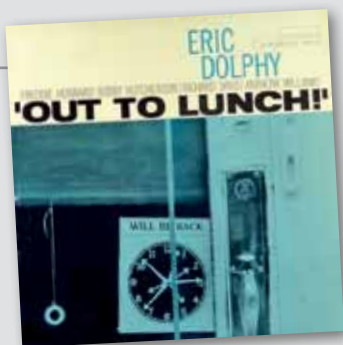


## Música

Eric Dolphy  
**"Out To Lunch"**

• (Blue Note, 1964)

La quantitat de material d'altíssima qualitat que va publicar el segell Blue Note a la dècada dels seixanta és realment remarcable: John Coltrane, Herbie Hancock, Wayne Shorter, Cecil Taylor, Andrew Hill... Un dels millors àlbums del segell és sens dubte "Out To Lunch". Eric Dolphy era membre de la banda que liderava Charles Mingus i en un descans entre les seves freqüents gires va enregistrar aquesta obra mestre del jazz d'avantguarda. Dolphy moriria de manera prematura pocs mesos després, però el seu llegat segueix tan viu com aleshores.



## Cinema

**"Rams: El valle de los Carneros"**

• (Grímur Hákonarson, 2015)

A una vall remota d'Islàndia, viu en Gummi, un home tranquil que gaudeix de la vida solitària i de la seva feina, és ramader i es dedica a la cria d'ovelles. Tot i viure un a costat de l'altre, fa 40 anys que no es parla amb el seu germà Kiddi, alcohòlic i de difícil tracte. Les ovelles són tan protagonistes com els dos germans en aquesta història. La vida de la vall es trasbalsa de cop en aparèixer indicis d'una malaltia que obligaria a sacrificar totes les ovelles. Per protegir els seus ramats els dos germans hauran de treballar junts. A aquesta pel·lícula no hi ha grans escenes d'acció, més aviat trobareu un pausat reflex de la vida rural i de l'hivern finlandès, que el director de documentals, Grímur Hákonarson retrata amb petits tocs d'humor.



Totes aquestes recomanacions les podreu trobar a la Biblioteca La Sagrera Marina Clotet (carrer Camp del Ferro, 1-3) i al catàleg de la Xarxa de Biblioteques de Barcelona. <http://sinera.diba.cat>

## Activitats Culturals

La Sagrera · Navas · Congrés/Indians

### Música

## Tastets de música clàssica

L'Aventura de Llegir. Els viatges de la paraula. Tastets de música clàssica. Audicions de música clàssica i d'òpera comentades per Miguel López Romero. Dilluns 9 i 23 de gener, de 18:30 a 19:30h. A la Biblioteca La Sagrera-Marina Clotet (Camp del Ferro, 1-3).

### Teatre

## Il·luminats

Sis amics es reuneixen en un sopar per trobar-se a ells mateixos, per ser més conscients i descobrir el que realment són (la seva essència), més enllà dels seus egos i creences. Un dels amics proposa viure plenament el moment present d'una manera fresca i espontània, responen a la vida des del propi ésser. Durant el sopar esdevenen situacions insòlites, ridícules i fora de lloc que permeten, a tots ells, treballar aspectes de les seves pròpies vides que els han portat a viure amb pors, amb limitacions i amb culpabilitat. "Il·luminats" és un espectacle que convida els espectadors a reflexionar sobre la solitud, la incomunicació familiar, la parella, el seny, el sexe, etc. en clau d'humor blanc, molt blanc... i àcid. Serà divendres 20 de gener. Al Centre Cívic Navas (Navas de Tolosa, 312). Activitat gratuïta.



### Tallers

## Booktubers

Programa formatiu per a joves de 12 a 17 anys que vulguin ser prescriptor(e)s literari(e)s a la xarxa (Booktubers). Formar persones joves en la lectura i en eines d'edició de vídeos, tècniques d'expressió oral i escrita i habilitats de promoció en xarxes socials, amb l'objectiu que puguin mantenir el seu propi blog i canal de Youtube de recomanacions de lectura, alhora que adquireixen habilitats bàsiques per promocionar els seus continguts a les xarxes socials i comunitats de lectors fent promoció de la lectura. Serà divendres 13, 20 i 27 de gener, de 17.30 a 19.30h. A la Biblioteca La Sagrera-Marina Clotet (Camp del Ferro, 1-3).

## Introducció a la informàtica nivell I

Dijous 19 de gener, de 16 a 20h. es portarà a terme el Taller Alfabetització Digital A la Biblioteca La Sagrera-Marina Clotet (Camp del Ferro, 1-3).

## Roda Ho'oponopono ...

L'ho'oponopono és un sistema hawaïà ancestral de resolució de conflictes que consisteix en reunions familiars on es solucionen els problemes mitjançant debats, confessions, disculpes i penediments. El tercer dissabte de mes. Serà dissabte 21 de gener, a les 12h. A la Biblioteca La Sagrera-Marina Clotet (Camp del Ferro, 1-3).

# El JARDÍ de l'ÀPAT



**15% dto.**  
**PRESENTANDO**  
**ESTE ANUNCIO**

Situado en una bonita torre entre la pza. Sanllehy y el Parque Güell (300 m.), con naturaleza e inmejorables **vistas sobre la ciudad**, en nuestras **terrazas** disfrutará de comidas y cenas a la fresca.

Especialidad en carnes y verduras a la brasa, cocina catalana, bacalao, **caracoles** al estilo de Lleida, **calçotades** en temporada

**Menú diario y festivos. Precio medio 24€** |  **BUS 24-92**

C/ Albert Llanas, 2 · Tel. 93.285.77.50 · [www.eljardidelapat.cat](http://www.eljardidelapat.cat)

## Sudoku

L'objectiu del joc és omplir una quadrícula de 9x9 quadrats dividida en subquadrícules de 3x3 amb les xifres de l'1 al 9 partint d'alguns números ja disposats en alguns dels quadrats. No s'ha de repetir cap xifra en una mateixa fila, columna o subquadrat.

NIVELL MÈDI

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

NIVELL DIFÍCIL

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

Solucions

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

Nivell mèdi

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

Nivell difícil

[www.sudoku-online.org](http://www.sudoku-online.org)



## VIDENTE TAROTISTA

PERMÍTEME AYUDARTE

**806.55.22.31**

TELÉFONO VISA Y MASTER-CARD:

**932.93.76.39**

PRECIO POR MINUTO  
LLAMADA:  
DESDE FJO 1,21€ DESDE MÓVIL 1,57€  
SERVICIO PARA MAYORES DE 18 AÑOS  
PRESTADO POR FRANCISCO CABRERA

*Francisco Dorado*

## El secret de les herbes

### L'ortiga



L'ortiga (*Urtica dioica*) s'utilitzava ja a l'època grega per combatre la tos i estimular la diuresi (en forma de preparats o infusions). Per disminuir el dolor de les articulacions (artritis) s'aplicaven la planta sobre la pell i així l'acció urticant de l'ortiga creava una reducció de la inflamació a l'articulació. Avui en dia no cal que ens torturem d'aquesta manera però sí que la podem incorporar a la nostra dieta, especialment durant la primavera, per ajudar-nos a depurar el cos dels excessos de l'hivern i a disminuir l'astènia primaveral.

Els nutrients que destaquen en l'ortiga són:

**Fibra:** conté una part important de fibra insoluble que pot ajudar a sentir-nos satiats i també a millorar el trànsit intestinal.

**Clorofil·la:** l'ortiga, amb el seu color verd intens, és rica en aquesta substància que segons els llibre *El equilibrio a través de la alimentación*, de la nostra especialista Olga Cuevas, té moltes virtuts: antibactericida, antiinflamatòria del còlon i cicatritzant d'úlceres digestives.

**Vitamina A:** en forma de betacarotè que l'organisme transformarà a Vitamina A. Aquesta intervé en diverses funcions biològiques, entre les quals s'inclou la formació de determinades substàncies que formen part de la pell, els ossos, les mucoses, el sistema reproductiu i els pigments de la vista.

**Vitamines del grup B:** aquestes vitamines actuen en sinèrgia i permeten l'assimilació dels hidrats de carboni, greixos i proteïnes, cosa que fa possible el nodriment de l'organisme.

**Potassi:** és un mineral necessari per a la transmissió i generació de l'impuls nerviós i l'activitat muscular normal, cosa que evita l'aparició de rampes a les extremitats. A més, intervé en l'equilibri de l'aigua dins i fora de la cèl·lula.

**Silici:** actua en l'inici de la calcificació òssia i promou la síntesi del col·lagen.

**Bor:** aquest oligoelement influeix en el metabolisme dels nutrients implicats en el manteniment d'uns ossos forts i que tenen un possible paper en la regulació hormonal.

[www.etselquemenges.cat](http://www.etselquemenges.cat)





### Àries

21 MARÇ - 20 ABRIL

Aquest mes seria ideal que cremessis "palo santo" per poder netejar la casa dels conflictes que han hagut. Has de tenir fe, les coses canviaran a millor.



### Taure

21 ABRIL - 20 MAIG

Comences l'any amb moltes il·lusions i projectes nous. Recorda que: el quars serà un gran aliat per a què no et falti de res aquest any que promet ser molt abundant.



### Bessons

21 MAIG - 21 JUNY

Els nervis t'han trait durant aquests mesos, has d'intentar animar-te més per no tornar a sentir-te tan angoixada. Recorda que el reiki et pot ajudar a fer que les teves emocions flueixin.



### Cranc

22 JUNY - 22 JULIOL

Tantes mentides al voltant teu faran que algunes persones no confiïn en la teva capacitat professional. Recorda que el treball és molt important, així que qualsevol dimecres pots encendre una espelma groga.



### Lleó

23 JULIOL - 23 AGOST

No tinguis por a enfrontar-te a tots els problemes que n'hi ha al teu voltant. Tindràs el suficient carisma per a què tothom t'escolti. La pedra de lapislàzulis t'ajudarà a que et sàpigues fer entendre.



### Verge

24 AGOST - 23 SETEMBRE

Has entrat enguany amb tota una sèrie de problemes i discussions de parella que poden provocar una gran discussió que conduïxi a la ruptura final. Busca consell en una tirada de tarot.



### Balança

24 SETEMBRE - 23 OCTUBRE

Tens motius familiars per preocupar-te, tot i així amb esforç i diàleg pots trobar respostes a tots els conflictes. Recorda que la família l'escollim al néixer, no t'enfadis.



### Escorpió

24 OCTUBRE - 22 NOVEMBRE

Una nova aventura amorosa entrarà a la teva vida, aprofita la intensitat d'aquesta per tornar a ser feliç. Una bogeria de tant en tant no fa mal a ningú. Si et fas un bany de roses et sentiràs genial.



### Sagitari

23 NOVEMBRE - 21 DESEMBRE

Estàs en l'any de deixar tots els vicis, comença aquest mes i sigues conseqüent. Pots buscar ajuda en algun terapeuta per a què al principi t'ajudi.



### Capricorn

22 DESEMBRE - 20 GENER

Tens un mes ple d'alegria i il·lusió. Tot i que no has d'angoixar-te començant masses coses a la vegada. El meu consell és que demanis orientació mitjançant la meditació, així encertaràs amb els canvis.



### Aquari

21 GENER - 19 FEBRER

Les relacions d'amistat tornen a ser importants a la teva vida. Algun amic et demanarà ajuda així que no dubtis i ajuda'l donant-li consells primerament.



### Peixos

20 FEBRER - 20 MARÇ

Després de molt de temps començaràs a generar diners d'acord amb el teu treball. Aprofita la bona sort i encén alguna espelma daurada que t'ajudarà en la recuperació laboral.



**TEMPORAL**  
**BOX**  
SELF-STORAGE  
Consell de Cent, 77  
Tel. 934 26 02 24  
**607 70 40 97**  
**EIXAMPLE**

**LLOGUER DE**  
**MAGATZEMS**  
**MUDANCES**

**Altells de 1'5m3 a**  
**22€/mes** (iva inclòs)

**www.temporalbox.com**

**barcelona.eixample@temporalbox.com**

**LAURA**  
*Vidente*



**Soy Laura, una gran vidente**  
**Resuelvo tus dudas con precisión**

**93 299 45 87**



Pago  
con  
tarjeta

**30 minutos - 20 €**  
**20 minutos - 15 €**  
**12 minutos - 12 €**

**806 535 709**

**Precio por min desde red fija 1,21 €**  
**red móvil 1,57 € por min, impuestos incluidos**

Servicio de ocio y entretenimiento ofrecido por Sira Rodríguez Carmona.  
Apartado de Correos 128, 08552 Barcelona. Sólo para mayores de 18 años.



## Tortell de Reis



<http://salypimienta.blogspot.com.es>

- 3 ous
- 3 gots de farina
- 2 gots de sucre
- 1 got d'oli d'oliva
- 1 got i mig de llet
- Llimona
- 1 sobre de llevat
- Fruita confitada (taronja, meló, cireres...)
- Pinyons • Mantega

Al bol o recipient fondo posa tots els ingredients per fer el pa de pessic. És a dir, els ous, la farina, el sucre, l'oli, la llet, la raspadura de la pell d'una llimona i el llevat.

Bat els ingredients fins obtenir una massa sense grumolls.

Preescalfa el forn a temperatura alta, a uns 150-200°C.

Mentrestant, unta el motlle amb mantega.

Aboca la massa del pa de pessic.

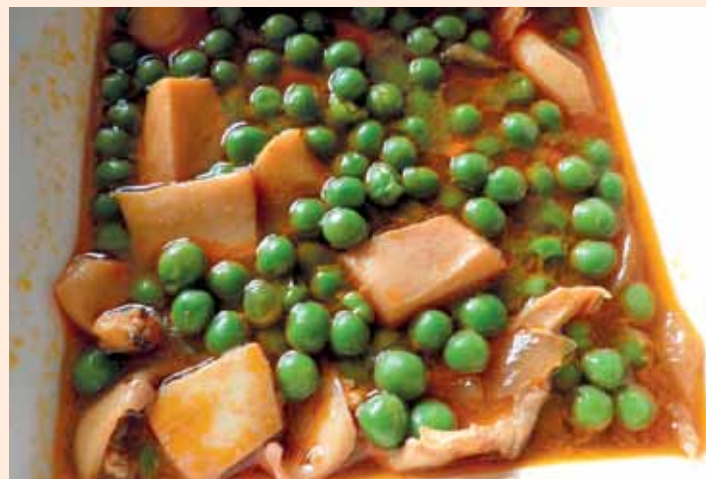
Embolica la fava i la figureta amb paper d'alumini i amaga-les a la massa del pastís.

Ara, decora el tortell amb les fruites confitades i els pinyons, i empolega'l amb una mica de sucre per sobre.

Cou el tortell al forn durant tres quarts d'hora. Passat aquest temps, amb la punta d'un ganivet o un palet finet (d'aquests de fer broquetes), punxa el pastís i comprova que està fet. Si el palet o el ganivet surt tacat de massa, cal deixar el tortell al forn uns minuts més. Si surt net, llavors, ja pots treure'l del forn. Ara només cal que decoris el tortell amb una corona de cartolina..

[www.laxarxa.com](http://www.laxarxa.com)

## Sèpia amb pèsols



<http://bonplat.cat>

- 1 Kg. Sèpia bruta
- 1 Kg. Pèsols
- 1 Ceba grossa
- 1 Cabeça d'all
- 150 g. Tomàquet fregit
- 1 Fulla de llorer
- 1 Got de vi blanc
- 1 Got d'aigua
- 1 Raig de conyac
- Oli, sal i pebre

Netejarem la sèpia, reservant la salsa (melsa), i la tallarem a trossos petits.

Tallarem la ceba en juliana i traurem la camisa de la cabeça d'all i també els tallarem petits.

Posarem la sèpia, la ceba i els alls en una olla a pressió (si no en tenim en una cassola normal), amb oli que cobreixi el cul de l'olla, el vi, el llorer, el conyac, l'aigua, el tomàquet i ho salpebrarem.

Si l'olla és a pressió ho tindrem cuit en 30 minuts, si és una olla normal caldrà una mica més del doble de temps i ser més generosos amb el líquid (aigua, conyac i vi). Comprovarem la cocció punxant la sèpia, i si encara no és tova ho deixarem uns minutets més.

Mentrestant bullirem els pèsols, els escorrerem i els ajuntarem amb la sèpia un cop cuita, deixant que faci xup xup un minut més tot junt i ja estarà llest per emplatat.

<http://bonplat.cat>



**HOTEL ALIMARA**  
BARCELONA

Tel: +1-26-02 N (41.4301) / Fax: +1-26-69 E (2.147)

**summ**  
restaurant · bar · terrassa  
un lloc diferent

**mig menú: 12,5€**  
de dilluns a divendres (migdia)

**menú: 19,5€**  
de dilluns a divendres (migdia i nit)

**menú cap de setmana i festius : 20,5€** (migdia i nit)



**summ**

Berruguete, 126  
08035 Barcelona

Tel. 934 270 000  
FAX 934 279 292

restaurantsumm@cett.cat  
[www.alimarahotel.com](http://www.alimarahotel.com)

Metro: Línia 3 (Mundet)  
Bus: V21-27-60-73-76-B19-N4





**9è**  
*aniversari*

Segueix-nos  
dia a dia al

Visita el nostre  
canal 







# K'acha

Porque lo simple es bello

Roba moderna per a nadons i nens (de prematur a 5 anys)  
Fabricada en 100% Cotó Orgànic amb la major qualitat

*Vine a visitar-nos!*



T'esperem a:

Barcelona: C/ Villarroel, 32 · Tel. 93 138 43 33

De Dilluns a Dissabte de 10:00 a 14:00h i de 17:00 a 20:30h

Mataró: C/ Muntanya, 97 · Tel. 93 128 30 85

(Darrera del Maxidecor)



Botiga on-line:

[www.kacha.es](http://www.kacha.es)



info@kacha.es