BARCELONA barri a barri

AcelObert®

Revista mensual GRATUÏTA
Any V · núm. 72 · Gener 2014
www.acelobert.com

Entrevista amb
Chenoa
Pàg. 6

Foto Portada: Elisabeth Serra

Festa Major
Sant Antoni
Del 17 al 26 de gener 2014
Pàg. 10

GRUP GRES

- **Especialista en reformas integrales, cocinas y baños**
- Directo de fábrica
- Fabricamos a medida
- 100 modelos en muebles de baño

Nos avalan 30 años de experiencia!

C/. Felip II, 144 · C/. Garcilaso, 118 ☎ 93 243 12 42

Sant Antoni El Mercat !

Viu les Festes de Nadal MERCAT de SANT ANTONI!

El dia 22 de desembre va tenir lloc el lliurament dels 50 lots de Nadal als guanyadors de la campanya "decora l'arbre de Nadal" del Mercat de Sant Antoni, a càrrec de la presidenta de l'Associació de paradistes del Mercat, Maria Masclans.

Carmen Abella Ferres • Eva Albarran Perez • Eugènia Alonso i Bel Juana Alvarez de los Santos • Gloria Alvarez Jordan • Amparo Balbastre Camps • Berenguer Benejam Axelroud • Elena Benitez Ayete • Carmen Bosch Rubies • Dolores Busquets Coll • Rita Calventus Bonet • Teresa Canals Meix • Maria Corominas Garcia • Ferran Cutrona Romeguera Leocadia Domingo Fuentes • Dionisia Fernández Leon • Rosa Maria Gómez Abaya • M. Rosa Grau Pou • Consuelo Guinot Ros • Mercedes Hernández Martínez • Julia Juanola Boheas • M. del Carmen Laleona Fajardo • Enrique Larena Sampedrano • Esther Lasheras Batista Ana Llatse Ferri • Isabel López Ortega • Francisca Martí Coma Rosa Martínez Isabel • Martínez Vera • Neus Maspons Serra • Jose Membrado Izquierdo • M. Isabel Miralles Garcia • Mercè Negre Vidal Carme Peña Prats • Anna Pérez Carrascal • Núria Puig Olivas • Mercè Rull Borrell • Adelina Sánchez Romero • Marcelino Sánchez Vazquez • Asun Sendra Vellvé • Adoració Sentís Pallejá Maria Assumpció Sola Jiménez • M. Dolors Soler Garcia • Soledad Soler Montel • Montserrat Soliva Biguera • Conxita Suriñach Pubul • Humildad Velasco Garcia • Pilar Vigas Monzón • M. Luisa Vilagran • Marta Xinxó Cortada

El Mercat de Sant Antoni us informa

Els dies 2, 3 i 4 de gener el **PATGE REIAL de SSMM** estarà present per a saludar i recollir les cartes de tots els nens i nenes que li vulguin lliurar. I a més, el dia 3 a les 17h, el Mercat obsequiarà amb una **XOCOLATADA** popular a tots els clients i veïns del Mercat.

El Mercat de Sant Antoni us desitja feliç 2014

Com sabem que gener és un mes llarg...

- **Venda recuperable dels teus articles: EFECTIU a l'instant!**
- **Importants descomptes i promocions: el mes de les REBAIXES!**

Compra
el que necessites

Ven
el que no utilitzis

Hi guanyaràs sempre

second
barcelona

València 662
Tel. 93 245 20 99
secondbarcelona@secondcompany.es

14-15
Bars & Restaurants
Sant Antoni

43
Bars & Restaurants
Sagrada Família

8 BARRI SANT ANTONI
21 BARRI SANTS-HOSTAFRANCS
29 CITAS CITABLES
29 OPINIÓ
Hiperactividad bajo duda
30 BARRI LES CORTS
37 REALIDAD INTERIOR
Eso que llaman meditación
38 BARRI SAGRADA FAMÍLIA
47 RACÓ POÈTIC
Ara mateix · Miquel Marti i Pol
48 ESPAI JURÍDIC
Puc posar música al meu negoci?
49 SECCIÓ IMMOBILIÀRIA
50 BARRI CLOT-CAMP DE L'ARPA
58 BARRI SAGRERA·NAVAS CONGRÉS/INDIANS
60 EDUCACIÓ
"Si jo fos un alumne no passaria de l'escola..."
66 SUDOKU
66 HUMOR
67 RECEPTA DE CUINA
Galeta de Reis amb peres, ametlla i xocolata
68 TAULER D'ANUNCIS
70 HORÒSCOP

AcelObert BARCELONA barri a barri

Publicació associada a: acpg premsa gratuïta i mitjans digitals

C/. Indústria, 137-141, entl. 1a, esc. esq. - 08025 Barcelona • T. 93 010 16 73 • www.acelobert.com • D.L.: B-4177-2008

• Direcció: Antonia Utrera - direccio@acelobert.com • Disseny Gràfic i maquetació: Imma Mambrillas - disseny@acelobert.com
• Administració: info@acelobert.com • Redacció: redaccio@acelobert.com
• Col·laboradors: Alex Feliu, Elísabeth Serra, Marta Codina, Avi Amunt i David Rabadà.
Publicitat: Contactar directament amb el departament comercial. Tel. 93 010 16 73 ó 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.

Sanitas

SANITAS RESIDENCIAL

RESIDÈNCIES PER A LA GENT GRANT

- Especialistes en rehabilitació y recuperacions
- Experts en l'atenció a persones amb demència
- Estades temporals i permanents

Per a clients i no clients de Sanitas

Per a més informació:

902 559 127

sanitasresidencial.com

PER MARTA CODINA FOTOS ELÍSABETH SERRA

Chenoa

"Sóc una supervivent"

Després de quatre anys de silenci, Chenoa irromp a les llistes d'èxits amb *Otra dirección*, el seu últim treball discogràfic. La cantant ens rep al Teatre La Passió d'Esparreguera, un dels escenaris d'aquesta gira. Chenoa va deixar el ballet als 14 anys perquè la seva professora li va reconèixer que tenia cos de corista i no de primera ballarina i ella, quan fa alguna cosa, la fa per estar al capdavant. Es defineix una persona intensa i es compara amb el vi negre, amb sabor però "peleona". Filla de músics, explica que als 5 anys es quedava adormida dins el bombo de la bateria. Perfeccionista i sincera, reconeix que té molta fe en la gent.

Què conté el teu últim treball "Otra dirección"?
Són 19 cançons, algunes en anglès, que conformen la part més materna, i d'altres composades en castellà, perquè sóc lletrista i no volia que es tractés d'una traducció. Aquest disc és un canvi de direcció. 19 cançons són moltes però el públic necessitava una recompensa després d'esperar 4 anys.

Amb aquest disc has canviat el rumb per arribar a on?
No en tinc ni idea. La gràcia de la música és fluir sense saber cap a on. I estic contenta perquè en aquesta ocasió he controlat jo tot el projecte.

Per aquest motiu alguns t'han titllat de boja i d'altres de valenta. Tu com et sents?
De les dues maneres. És molt important tenir una miqueta de bogeria per no quedar-te encotillada en la serietat. Has de fer un mica el boig. Però una mica, no molt (riu).

Recentment has passat una època de crisi en la que vas decidir que marxaves de la música. A on marxaves?
No ho sabia. Les decisions que tinc al cap són molt fermes però de sobte apareix una cançó que et commou més del compte i dius "endavant". Tot i això, no ho vaig viure com un trauma, ja porto més de 20 anys en el món de la música.

"Crec en l'esser humà"

Precisament per això, què faries si no fos música?
No ho tinc clar però sé que alguna cosa trobaria. Sóc una supervivent i no tinc cap problema en treballar.

Has col·laborat a la ràdio amb un consultori sentimental.
Sempre m'ha agradat la ràdio, la respecto més que a la tele. Per fer ràdio has de tenir un do de paraula, una manera de comunicar que va més enllà del maquillatge i de la roba. És un codi amb el que jo no tinc molta experiència i vaig arribar a la ràdio amb una llibreteta d'alumna per apuntar i aprendre.

"M'agradaria tornar a ballar"

Tenies resposta per a tot?
De vegades no, però sóc molt sincera i si no tenia res a dir, ho deia. Jo no soc psicòloga, era algú que escoltava. De vegades li expliques més coses a una desconeguda que a una amiga, tens menys por a la seva reacció perquè qui no et coneix no et jutjarà.

Tens la sensació que has sacrificat la vida personal per la professional?
La musica és sentiment pur. No tinc el concepte de separar-les molt, sinó no seria jo, seria un robot. Quan canto no sempre puc estar al cent per cent però el públic no ho nota, aquí destaca la part més professional. De vegades també vull estar amb la família i no puc, llavors el públic és la meva família. Plantejo aquest joc per complementar la meva part humana.

I trobes la resposta que esperes?
Sí. Quan la gent m'abraça és molt important per a mi, és bonic. Han escoltat la cançó, l'han ballada i potser feia molt que no ballaven...Llavors la cançó i jo mateixa passem a formar part de la vida de la gent, i la gent de la meva.

Les teves lletres mostren una dona segura, que sap el que vol. Parlen de tu?
No queda més opció. La imatge que es té de la dona és la d'algú fràgil però a mi això no em va i de vegades tinc una actitud molt agressiva, amb coratge. Penso que ara mateix hem de treure la força d'on sigui. La força et dona recursos per trobar la positivitat de la vida. Per ser feliç has de cercar els moments i estar atenta, és un exercici diari. Quan no estàs forta, tot està malament i no tens ganes de buscar res. La força va molt unida a que passin coses i a que tu les vegis.

Què t'emociona?
La gent. Tinc molta fe en la gent. Ningú creu en ningú, estem a la defensiva i tendim a buscar la part negativa de les coses bones. La meva mare em va ensenyar que quan algú em deia "què guapa estàs" era perquè de debò ho estava. Tenim por de que ens facin mal però jo crec en l'ésser humà. Tots som molt importants, ningú és gris com de vegades ens fan creure.

Per això tens tanta cura dels teus fans? T'estimen i els estimes.
Sí, estic molt contenta. No els anomeno ni fans. Són comunitats a les xarxes socials. Interactuo molt amb ells, sempre busco la manera d'humanitzar un mitjà tant virtual. Em fa sentir acompanyada.

Chenoa té molts fans però de qui és fan Laura?
De molts artistes, de la gent que fa bé el seu treball. Sóc molt perfeccionista i sé a quina persona li agrada treballar i sap encaminar el seu talent de manera profitosa.

Tu com treus profit al temps lliure?
Marxo de la ciutat, a pobles preciosos de tota Espanya, que n'hi ha molts. M'agrada respirar i trobar molt silenci. Cada cop em torno més introspectiva. Busco els moments per estar sola, em van molt bé. I els llibres. Per a mi un llibre és el millor amic. I també la família, òbviament.

Llegeixes molt però tens dislèxia?
Sí, m'ho van diagnosticar fa un any. Però precisament com sóc addicte a la lectura no em vaig adonar i es va anar corregint. De vegades diuen que si estàs molt en contacte amb tu mateixa i escoltes bé saps què et demana el cos.

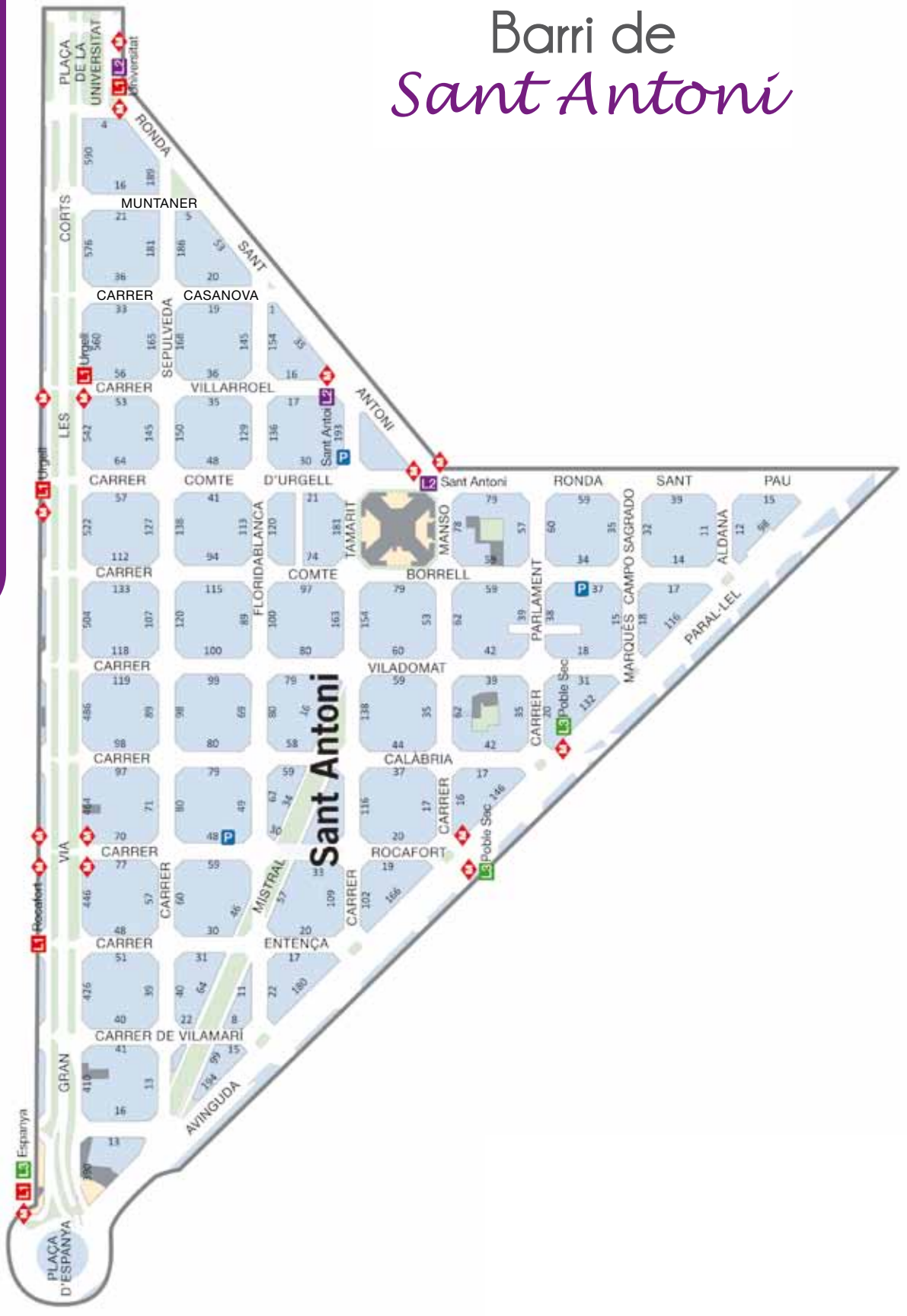
Quina cosa et demana el cos que no tens mai temps de fer?
M'agrada molt ballar. De joveneta vaig fer ballet durant 10 anys. Ho vaig deixar quan em vaig posar a cantar però m'agradaria tornar a fer classes.

Una cançó sense la que no pots anar enlloc.
Fairy Tales, un dels grans èxits d'Anita Baker. És una gran artista dels anys 80 que conjuga molt bé el jazz amb una veu molt especial.

Moltes gràcies, Chenoa. Sort amb la nova gira!

Podeu veure el vídeo de l'entrevista completa a: www.acelobert.com

Barri de *Sant Antoni*



Barri de *Sant Antoni*

Festa Major Sant Antoni

Del 17 al 26 de gener'2014

Divendres 17

De 9 del matí a 1 del migdia
Portes obertes a l'Església Sant Antoni Abat
A les 10 matí
Eucaristia
Lloc: Església Sant Antoni Abat
A 3/4 d'11 del matí
Benedicció dels animals
Lloc: Escola Pia Sant Antoni
A les 7 de la tarda
Inauguració de la X Mostra de Pintura de l'Escola d'Adults Pere Calders
Lloc: CC Cotxeres Borrell
A 2/4 de 8 del vespre
Totifreshtival - Concert 25è aniversari de l'Esplai Totikap
Lloc: Envelat
A les 8 del vespre
Correbars
Inici: Ateneu Layret
A les 8 del vespre
Teatre: "No te vistas"
Lloc: Casa de Castilla - La Mancha
A les 10 del vespre
Teatre: Aspirant 425
Lloc: Espai Escènic Tísner - CC Cotxeres Borrell
A les 10 del vespre
Teatre: Políticament correcte, de Ray Cooney
Lloc: Col·legi "Maria Auxiliadora"

Dissabte 18

De 2/4 d'11 del matí a 12 del migdia
Gimcana Aiguajoc
Lloc: Aiguajoc
A les 11 del matí
18è Concurs Fotogràfic Popular del barri de Sant Antoni
De 11 del matí a 1 del migdia
Bagul de les joguines del sorral i taller de maquillatge facial Cre-Cre
Lloc: Interior d'illa Tres Tombs
De les 11 del matí a les 9 del vespre
2a Fira de cervesa artesana del barri de Sant Antoni
Lloc: Avda. Mistral (entre Calàbria i Rocafort)
De les 11 del matí a les 9 del vespre
Supervins: els millors vins per a la millor intenció
Lloc: Av. Mistral (entre Calàbria i Rocafort)
A les 11 del matí
Mostra dels participants a la Cercavila
Lloc: Av. Mistral/Rocafort
A 2/4 de 12 del migdia
Cercavila d'inici i benvinguda a la Festa Major
Inici: Jardinets de l'Alguer
A les 12 del migdia
Aperitiu musical amb Swing 42 & Holly Odell
Lloc: Pati del Centre Cívic Golferichs
A la 1 del migdia
Pregó de Festa Major
Lloc: Jardinets de l'Alguer
De les 2 del migdia a les 5 de la tarda
Dinar popular amb concert de sobretaula
Lloc: Envelat
De les 5 de la tarda a les 8 del vespre
Mercat boig de Sant Antoni
Lloc: Rocafort / Floridablanca (davant escola Salesians)
A les 6 de la tarda
Concert de Jazz
Lloc: Espai Escènic Tísner – Centre Cívic Cotxeres Borrell
A les 6 de la tarda
26è Aniversari de l'Esbart Sagrat Cor
Lloc: Auditori de l'ONCE
De 2/4 de 7 de la tarda a les 9 de la nit
V Trobada de Percussió Solidària
Hi haurà tres recorreguts a la vegada: un d'ells començarà a Pl. Espanya (Pl. Espanya - Av. Paral·lel –Llançà - Av. Mistral - Jardinets de l'Alguer), un altre començarà davant de Cotxeres Borrell (Cotxeres Borrell - Marquès del Campo Sagrado - Rda. St. Pau – Manso – Viladomat -Jardinets de l'Alguer) i, per últim, el tercer s'iniciarà a Pl. Universitat (Pl. Universitat - Rda. St. Antoni – Floridablanca – Villarroel –Tamarit - Jardinets de l'Alguer).
A les 7 de la tarda
Actuació del grup de cant i ball "García Lorca"
Lloc: Casa de Castilla - La Mancha
A les 9 del vespre
X Sant Antoni Reggae Splash
Lloc: Envelat
A 2/4 de 10 de la nit
Teatre
Lloc: Espai Escènic Tísner – Centre Cívic Cotxeres Borrell
A les 10 de la nit
Teatre: Políticament correcte, de Ray Cooney
Lloc: Col·legi "Maria Auxiliadora"

Diumenge 19

A 2/4 de 10 del matí
36a Cursa Popular del barri de Sant Antoni (10 Km)
Llocs d'inscripció: Esportiu Rocafort (Floridablanca, 41)
De 2/4 de 10 del matí a les 6 de la tarda
5a edició del Torneig de futbol sala Tribut a Amunike!
Lloc: Pistes esportives del Parc de l'Escorxador
A les 10 del matí
Trabucada
Inici: davant Envelat
De les 10 del matí a la 1 del migdia
Maquillatge. Per gaudir de maquillar-se la cara o deixar-se maquillar
Lloc: Avda Mistral (davant nº 30)
De les 10 del matí a les 2 del migdia
Taula informativa de Mans Unides
Lloc: Jardinets de l'Alguer
A les 11 del matí
La Música no és soroll, senyor Alcalde Concert solidari músics amb els treballadors
Lloc: Envelat
De 11 del matí a 2/4 de 2 del migdia
karaoke popular i fireta infantil
Lloc: Jardinets de l'Alguer
De les 11 del matí a les 2 del migdia
Inflable per a infants
Lloc: Borrell (davant biblioteca)
A les 12 del migdia
Ballada de sardanes
Lloc: Comte Borrell/Marquès de Campo Sagrado
A les 6 de la tarda
Teatre: Políticament correcte, de Ray Cooney
Lloc: Col·legi "Maria Auxiliadora" (Sepúlveda, 71)
A les 6 de la tarda
Teatre
Lloc: Espai Escènic Tísner – Centre Cívic Cotxeres Borrell
A les 6 de la tarda
Twocats pel gospel en concert!
Lloc: Auditori de l'ONCE
A les 7 de la tarda
Cantada d'havaneres i cremat
Lloc: Envelat
A les 7 de la tarda
Actuació de "Las Chirigotas" de la Casa de Ceuta a Barcelona
Lloc: Casa de Castilla - La Mancha

Divendres 24

De 2/4 de 4 a les 5 de la tarda
Els més petits del barri visiten els més GRANS
Lloc: Escola Pia Sant Antoni
De 5 a 8 de la tarda
Ludoteca en família (0 a 12 anys)
Lloc: Centre Cívic Cotxeres Borrell
A 2/4 de 6 de la tarda
La rifa del PORC (Panera d'Obsequis Regalats pels Cansaladers), al barri des de 1802 (o potser d'abans i tot!)

bò
bielsa òptics
OPTOMETRISTES

Feliç Festa Major!

calàbria, 52 · tel. 93 325 57 60
www.bielsaoptics.es

A les 17,30 h Cercavila musical pel Mercat de Sant Antoni i pels comerços provisionals, rifarem el PORC a les 18,30 h
Lloc: Façana principal del Mercat de Sant Antoni provisional
A les 6 de la tarda
Teatre fòrum: Aquí no paga ni Déu, de Dario Fo
Lloc: Espai Escènic Tisner – Centre Cívic Cotxeres Borrell
A les 6 de la tarda
Parlem d'història del Paral·lel
Lloc: Biblioteca Sant Antoni - Joan Oliver
De les 7 de la tarda a 2/4 de 10 de la nit
Jam & Birra
Lloc: Centre Cívic Golferichs
A 2/4 de 8 del vespre
Passeig històric pel Paral·lel
Sortida des de la Biblioteca
A 2/4 de 8 del vespre
Teatre: Expedient 1014, d'Albert Vidal
Lloc: Auditori ONCE Catalunya
A 2/4 de 9 del vespre
17è Sopar jove
Lloc: Envelat
A 2/4 de 10 del vespre
Teatre: Catalunya sense barreres
Lloc: Espai Escènic Tisner – Centre Cívic Cotxeres Borrell
A les 10 del vespre
Teatre: El que queda del dia
Lloc: Teatre dels Salesians

Dissabte 25

A 2/4 de 10 del matí
X Trobada d'Intercanvi de Plaques de Cava de la Festa Major de Sant Antoni
Lloc: Comte d'Urgell, entre Tamarit i Floridablanca
De les 10 del matí a les 12 de la nit
Sant Antoni Patina 2014
Lloc: Ronda Sant Antoni
A 2/4 d'11 del matí
Cavalcada dels Tres Tombs de Sant Antoni a Barcelona
Lloc de trobada: Av. Mistral/Calàbria
De 2/4 d'11 del matí a les 2 del migdia
2n Torneig Futbol de Botons
Lloc: Avda Mistral / Viladomat
De les 11 del matí a 2/4 de 2 del migdia
XVIII Trobada de Puntaires
Lloc: Jardinets de l'Alguer
De les 11 del matí a les 2 del migdia
Gimcana Muntanyenca
Lloc: Avda Mistral (davant nº 30)
De les 11 del matí a les 2 del migdia
XIX Trocantoni i 5è MiniTroc: Mercat d'intercanvi sense diners i la versió infantil
Lloc: Jardins dels Tres Tombs
De les 11 del matí a les 2 del migdia
Taula informativa de Xarx@ntoni - Xarxa Comunitària de Sant Antoni
Lloc: Jardins dels Tres Tombs
A 2/4 de 12 del migdia
Xocolatada i vermut
Lloc: Ateneu Francesc Layret
A 2/4 de 12 del migdia
I Trobada de corals infantils
Lloc: Auditori de l'ONCE
A 2/4 de 5 de la tarda
Santantonitza't jugant!
Lloc: Jardinets de l'Alguer
De les 5 de la tarda a les 8 del vespre
Mercat boig de Sant Antoni
Lloc: Avda Mistral (davant nº 30)
De les 5 de la tarda a les 9 del vespre
Install Party de Programari Lliure
Lloc: Òmnia xarx@ntoni - Interior d'illa Tres Tombs
A 2/4 de 6 de la tarda
"Emporca't" amb les Olimpíades dels Diables
Lloc: Interior d'illa Ma Matilde Almendros
A 2/4 de 6 de la tarda
Gran Gala Sant Antoni ...
Lloc: Espai Escènic Tisner – Centre Cívic Cotxeres Borrell
A les 6 de la tarda
XI Trobada de corals 1
Lloc: Auditori de l'ONCE
A les 7 de la tarda
Celebració de l'Eucaristia de Festa Major
Lloc: Envelat
A les 7 de la tarda
Actuació del grup de ball de la Casa de Aragón de Barcelona
Lloc: Casa de Castilla-La Mancha
A 2/4 de 8 del vespre
Correfoc infantil
Lloc: Jardinets de l'Alguer
A 2/4 de 9 del vespre
Variettés del Paral.lel
Lloc: Espai Escènic Tisner – Centre Cívic Cotxeres Borrell
A les 10 de la nit
Teatre: Lou
Lloc: Auditori de l'ONCE
A les 10 de la nit
Nit Jove Sant Antoni 2014
Lloc: Viladomat / Marquès de Campo Sagrado
A les 11 de la nit
Ball de Festa Major
Lloc: Envelat

Diumenge 26

A les 8 del matí
Matinades de Festa Major
Sortida: Escola Ferran Sunyer
De les 10 del matí a les 3 de la tarda
Sant Antoni Patina 2013
Lloc: Ronda Sant Antoni
A 2/4 d'11 del matí
Corals, Raval Simfònic i Raval's Band de l'Escola de Músics i JPC
Lloc: Auditori de l'ONCE
A 2/4 d'11 del matí
13è Concurs de gossos
Lloc: Av. Mistral (Vilamarí/Llançà)
A les 11 del matí
Country, vine i balla amb nosaltres
Lloc: Av. Mistral (Calàbria/Rocafort)
A les 11 del matí
Concentració dels grups de cultura popular que formen el Seguici popular del barri de Sant Antoni
Lloc: Rda. de Sant Pau / Sant Antoni Abat
De 11 del matí a 3 del migdia
Actua per un sistema alimentari més just
Lloc: Avda Mistral /Calàbria
De 11 del matí a les 5 de la tarda
Dinar popular
Lloc: Marqués de Campo Sagrado (Borrell/Rda Sant Pau)
A 2/4 de 12 del migdia

Recorregut: Comte d'Urgell / Tamarit / Calàbria / Jardinets de l'Alguer (mostra final de balls).
A les 12 del migdia
V Concurs de Pastissos "Memorial Xavier Bonastre"
Lloc: Av. Mistral/Viladomat
A les 12 del migdia
4t Concurs de truites de patates
Lloc: Marqués de Campo Sagrado (Borrell/Rda Sant Pau)
De 12 del migdia a les 2 de la tarda
La Cursa més Curta del Barri! I altres activitats ...
Lloc: Marqués de Campo Sagrado (Borrell/Rda Sant Pau)
A la 1 del migdia
Música: Ópera al migdia
Lloc: Envelat
De la 1 del migdia a les 4 de la tarda
Taula informativa de Xarx@ntoni - Xarxa Comunitària de Sant Antoni
Lloc: Jardins dels Tres Tombs
De 1 del migdia a les 5 de la tarda
Paella popular
Lloc: Interior d'illa Tres Tombs (Manso, 24-28)
A les 5 de la tarda
Espectacle familiar: El Drac Pet. Dracss. Titelles – teatre
Lloc: Envelat
A les 6 de la tarda
Festa Major al poblet
Lloc: Església Evangèlica
A les 6 de la tarda
XI Trobada de corals 2
Lloc: Auditori de l'ONCE
A les 6 de la tarda
Teatre: El que queda del dia
Lloc: Teatre dels Salesians
A les 7 de la tarda
Actuació del grup "Coral Zarzuela y Baile" de la Casa de Almería de Barcelona
Lloc: Casa de Castilla-La Mancha
A 2/4 de 8 del vespre
Tabalada infernal
Inici: Avda. Mistral/Entença. Fins Jardinets de l'Alguer
A les 8 del vespre
Correfoc Infernal 2014
Inici espectacle: Jardinets de l'Alguer

Veure el programa complet a:
www.acelobert.com

Nou arranjament de les voreres del barri i del mobiliari urbà

El barri de Sant Antoni es posa a punt. L'Eixample destinarà 1,6 milions d'euros per fer diverses actuacions en equipaments i espais públics del districte, entre elles, l'arranjament de voreres del barri, així com la instal·lació de cadires en l'espai urbà i l'arranjament i pintura en bancs de la via pública. A més a mes, també adequarà el centre cívic Golferichs amb una nova reixa de separació de la seu de Català Roca i el Centre cívic. Realitzarà la impermeabilització de la coberta de la Fundació Català Roca i l'ampliació dels vestidors de la sala polivalent.

Sant Antoni s'afegeix a la campanya solidària "Sumem pel barri"

Els comerços de Sant Antoni, juntament amb d'altres associacions comercials de l'Eixample, han posat en marxa la campanya "Sumem pel barri" per donar suport a set projectes solidaris. Sant Antoni treballarà per la iniciativa "De veí a veí", per que els Reis Mags arribin a totes les llars del barri que ho necessitin. Cada botiga dona un imant als clients com a obsequi de Nadal. Aquest imant és la clau per entrar al web www.compraeixample.cat i votar el projecte solidari. Cada vot generarà 10 cèntims que els comerciants destinaran a la causa. A més, el client deixa les seves dades per a participar en un sorteig d'un val de 100 euros per a comprar a establiments del districte.

Sant Antoni neteja les persianes dels seus comerços

Sant Antoni Comerç s'ha sumat, junt amb l'associació Cor-Eixample, a l'actuació de neteja de persianes comercials que s'està duent a terme a la ciutat des del mes de març. Aquesta iniciativa, emmarcada dins del pla de millora de la neteja viària de la ciutat, ja estava en funcionament als eixos de Sagrada Família i Gaudí (Eixample) i les zones comercials de Rambles (Ciutat Vella), carrer de Sants (Sants-Montjuïc) i carrer Astúries (Gràcia). En els mesos que porta en marxa la campanya s'ha actuat en un total de 512 persianes a la ciutat, de les quals 253 pertanyen al districte de l'Eixample i concretament 27 a Sant Antoni. Aquesta campanya està impulsada per l'Ajuntament de Barcelona, juntament amb els comerciants i /o propietaris de locals.

• Regals promocionals d'empresa
• Impressió i Disseny Gràfic
• Logotips, targetes i fullets
• Edició de revistes
• Webs
• Distribució (fullets, revistes, etc.)
• Vídeos promocionals i d'empresa
• Fotografia
• Xarxes socials (Facebook i Twitter)

destaca el que vols

20 anys d'experiència

AcelObert Comunicació

Logotips targetes

Indústria, 137-141, entl., 1a, esc. esq. | Tel. 93 010 16 73

DIVINA MENTE

BARCELONA

https://www.facebook.com/divinamente.barcelona

Parlament, 36 ✆ 93 119 32 68

THE CORNER

Copyright2013. Isaac Trainwreck Photos. All rights reserved.

https://www.facebook.com/thecornerbcn

Parlament, 36-38 ✆ 93 119 32 68

Bars & Restaurants Sant Antoni

BAR MAÑÉ CAFÉ
des de 1923
Cuina Casolana • Entrepans i Tapes variades
Vermouth de la casa
Floridablanca, 91 ☎ 93 325 66 84

Llesqueria
Spicy
Carns a la brasa • Menú diari
Parlament, 9 ☎ 93 426 95 43

MonDore
CERVESERIA GASTRONÒMICA
c/ Floridablanca, 3 · Telèfon 934 260 456
www.mondore.es

la vianda
RESTAURANTE - BUFÉ LIBRE
PARRILLA ARGENTINA
Tel. 93 329 69 62 - 652 404 227
www.restaurantlavianda.com
C/ MARQUÉS DE CAMPO SAGRADO, 7 BCN

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

RESTAURANT
MACROBIÒTIC ZEN
des de 1974
Cuidem el teu benestar
Visita'ns
Muntaner, 12 - BCN
Tel. 93 454 60 23

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

Absenta del Raval
Bar · Café · Cócteles · Tapas · Vinos
Pl. del Pes de la Palla, 5 · T. 93 329 10 03
Abierto desde 17.30 h. a 2'30 h. - 3.00 h.(Fines semana)

Pizzza TRESSS I NO RES
Calle de la Cera, 53 · T. 93 441 30 16

Vermuts de la casa, cuina d'autor, tapes, creps, torrades, pizzes, platets, menjar casolà, vins, cerveses del món...
Vine a Sant Antoni
a gaudir dels teus moments

Aranega
www.aranega.es
RESTAURANT · BAR · TAPES

CUINA CATALANA
MENÚS DE GRUP
ESMORZARS
APERITIUS
PLATS A LA CARTA
PIZZES
TAPES
ENTREPANS
PAELLES
CUINA D'AUTOR

GAMBES A LA PLANXA

CALAMARS A LA ROMANA

ESCALIVADA AMB PERNIL D'ÀNEC

CROQUETES CASOLANES

PEBROTS DEL PADRÍ

SEITONS EN VINAGRE

ESCALOPA DE FOIE

PEIXET

PATATES BRAVES

Av. Paral·lel, 188 · **Reserves: 93 325 63 07**

Bars & Restaurants

Sant Antoni

Tempo
Cafeteria Creperia
Esmorzars, dinars i berenars
Calàbria, 62, 08015 Bcn - Tel. 93 126 94 40

AMIGÓ CASCARIOLES
Horari:
Dimarts-Dissabte: 11.00-23.00 h
Diumenge: 10.30-16.00 h
Planxa ininterrompuda
Vermut, cerveses i vins
Tapas de mar i mercat
Tamarit, 181
Tel. 934 254 950

RESTAURANTE RINCÓN PERSA
COCINA PERSA MILENARIA
Único restaurante persa en Cataluña
Viernes y sábado noche: DANZA DEL VIENTRE
Floridablanca, 85
☎ 93 425 59 96
607 27 11 04
www.rinconpersa.com

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

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

LA FLORINATA
Cafeteria · Esmorzars · Postres casolans
Menjar de la mare
ZONA WiFi
Viladomat, 56 · T. 93 325 70 40

Cafè-bar MERQUÉN
Cuina xilena · crestes · «chorrillana» · vermut
entrepans i vins xilens · postres casolanes
Viladomat, 36 · 08015 Barcelona · 93 441 47 33
www.merquen.es · info@merquen.es

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

TARANNÀ
BAR & CAFÈ
Viladomat amb Parlament
www.TARANNACAFE.com
931 061 193

BAR CALDERS
Vermuts Cerveses Vins
Aperitius Cafè
C/Parlament 25 OBERT TOTS ELS DIES

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

Bar Nostàlgic
Vermuts • Aperitius
Gintònics • Vins
Viladomat, 38 · Tel. 633 88 75 02

idò
DO BALEAR
GASTRONOMIA 100% DE SES ILLES
www.idobalear.com

Els Sortidors del Parlament
Vermut, vins, cerveses i platets
C/Parlament, 53 · T. 93 441 16 02

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

Caféparis
RESTAURANTE - BAR - COPAS
Torradas - Creps - Tapas - Menú mediodia y noche
Abierto desde las 8 a.m. · Cocina hasta la madrugada
Floridablanca, 102 · T. 933 252 486
www.cafeparis.org

Cerveseria La Resistència Barcelona
12 tiradors 12 rotating taps
C. Viladomat, 107 ✆ 930 074 201

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

DAI-MO!
BAR RESTAURANTE, COCINA DE FUSIÓN Y TRADICIONAL MODENESE
Comte d'Urgell, 5 · T. 93 539 20 02
www.restaurantdaimo.com

Exposicions

"Exhibit"

Primera mostra de projectes fotogràfics dels graduats d'Imatge de la Facultat de Belles Arts. Aquesta exposició, amb la col·laboració del Vicedeganat de Cultura de la Facultat de Belles Arts, pretén donar visibilitat als projectes de creació de la nova generació. L'exposició romandrà oberta del 16 de gener al 15 de febrer a la sala El Xalet del Golferich centre cívic (Gran Via, 491).

"Offstage"

"Hi ha molts músics que diàriament canvien el seu instrument pels útils d'un altre treball. Això pot passar per diverses raons: obligació, coexistència de passions, hiperactivitat... El cas és que són molts els que no tenen una "jornada completa" en els escenaris. Vull mostrar al músic transformat en el seu dia a dia, en el seu lloc de treball, sense oblidar que mentrestant el seu instrument, la seva música els estan esperant fora". L'exposició es podrà veure a La Saleta del 17 de gener al 28 de febrer del Golferich centre cívic (Gran Via, 491).

Conferència

"La gran retirada"

La conferència anirà a càrrec de Francesc Vilanova, professor titular d'Història Contemporània a la UAB. Una visió general de l'exili republicà arreu del món de milers de catalans després de la Guerra Civil (Europa, Amèrica, els camps nazis...). Serà el dimarts 28 de gener a les 19 hores al Golferich centre cívic (Gran Via, 491).

Literatura

Parlem amb... Tot redordant Tomeo

L'editor Enric Cucurella i el periodista i escriptor Antón Castro recordaran la figura de Javier Tomeo, l'escriptor aragonès mort el passat mes de juny. Ambdós parlaran amb els lectors entorn de "Constructores de monstruos" (Alpha Decay, 2013), la darrera obra de l'escriptor; la reedició de "Los enemigos" (Alpha Decay, 2010), i sobre el conjunt de la seva obra. Serà dilluns 27 de gener, a les 19 hores a la Biblioteca Sant Antoni-Joan Oliver (Comte Borrell, 44-46).

Xerrades

Per on començar la recerca de feina?

Quan busques feina potser et sorgeixen moltes preguntes: per on començo?, què necessito?, ho estic fent bé?, on busco?... No et perdis amb tants dubtes! En aquesta sessió inicial, podràs conèixer el programa d'Activitats i aprofitar els recursos que Barcelona Activa posa a la teva disposició. Serà el dijous 9 de gener d'11 a 13 hores, en l'Oficina Jove de Calàbria (Calàbria, 147).

Com gestionar el perfil professional a les xarxes socials?

El pròxim dimarts 21 de gener d'11 a 13 en l'Oficina Jove de Calàbria (Calàbria, 147), es portarà a terme la xerrada de les xarxes socials que ens ofereixen noves formes de trobar feina, però hem de tenir em compte algun aspecte i conèixer bé totes les seves possibilitats... En aquesta activitat podràs fer del teu perfil 2.0 una bona eina per buscar feina.

Contracte laboral: allò que has de conèixer

Abans de signar un contracte de treball, és necessari que coneguis aquells aspectes més importants que afecten la teva relació amb l'empresa: el contracte de treball, el salari, els convenis col·lectius i com defensar els nostres drets. Amb aquesta activitat obtindràs la informació necessària per entrar al món laboral. La xerrada tindrà lloc el dijous 30 de gener d'11 a 13 hores, en l'Oficina Jove de Calàbria (Calàbria, 147).

Descobreix què pot fer la teva càmera

Esbrina per què la teva càmera de fotos no té limitacions, tant si és de mòbil, compacta o rèflex. En coneixerem les diferències bàsiques i les opcions més interessants. El dimarts 21 de gener a les 18 hores al Golferich centre cívic (Gran Via, 491).

Música

Joanjo Bosk

El cantant empordanès Joanjo Bosk és una de les veus emergents més ben guardades del panorama musical català. En els darrers anys ha treballat la poesia musicada amb el disc *En el temple del vent*, i en aquest espectacle intens i colpidor interpretarà poetes com Palau i Fabre, Carme Guasch o García Lorca. Es podrà gaudir de l'espectacle el divendres 17 de gener a les 20 hores al Golferich centre cívic (Gran Via, 491). Entrada lliure.

Alimentació

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

AUTOSERVEI NAVARRO
Av. Mistral. 6 - T. 93 424 20 12
ART DE VINS
C/ Vilarroel, 18 - T. 93 425 4875

MASCLANS
Artesans del Bacallà
Mercat Sant Antoni · Parada 32 i 92
T. 93 424 36 66

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

LA LLEGUM D'EN...
MOLINE
Mercat Sant Antoni · Parada: 29
T. 646 49 29 09

LA VALENCIANA
C/ Parlament, 23 - T. 93 441 08 54
MERCAT DE SANT ANTONI
C/ Comte d'Urgell, 1 - T. 93 423 42 87

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

PAGÈS D'OR
C/ Comte d'Urgell, 16 - T. 93 426 02 94
TOLÓN TOLÓN IOGURTERIA I LLETERIA
C/ Marquès Campo Sagrado, 13 - T. 93 530 45 87
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

Assegurances/Assessories

Ferrer&Ojeda
Consultores en Seguros Asociados
Assegurança de salut a partir de 42€...
Demanar per Victoria Estapé
Tamarit, 155-159 · Tel. 93 280 59 59
www.ferrerojeda.com

ASSESSORIA AVELINO MONTES
C/ Ct. Urgell, 21,ent.1a. T. 93 325 45 66
ASSEGURANCES SEGUROSOL
C/ Rocafort, 27 - T. 90 244 04 42
FERRER & OJEDA
C/ Tamarit, 155 - T. 93 280 59 59
FRAMU ASESORES
C/ Sepúlveda, 143·1r-2a. T. 93 451 81 88

Cursos i Formació

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

ESCUELA PERRUQUERIA MIGUEL GRIÑÓ
C/ Tamarit, 151 - T. 93 426 66 09
ESPACIO INTERCULTURAL
Rda. de Sant Pau, 75 - T. 93 424 37 12

Entitats

ARXIU MUNICIPAL DE DISTRICTE
C/ Aragó, 311 - T. 93 291 62 28
ASSOCIACIÓ DE VEÏNS SANT ANTONI
Av. Mistral, 30 - T. 93 423 93 54

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

BIBLIOTECA SANT ANTONI-JOAN OLIVER
C/ Comte Borrell, 44 - 48 - T. 93 329 72 16
CAP MANSO
C/ Manso, 19 - T. 93 325 28 00
CENTRE CÍVIC CASA GOLFERICHS
Gran Via Corts Catalanes, 491-T. 93 323 77 90
CENTRE CÍVIC COTXERES BORRELL
C/ Viladomat, 2 - 8 - T. 93 324 83 50
COMISSARIA MOSSOS D'ESQUADRA
Pl. Espanya, 12. T. 93 576 40 00
ESPAI GENT GRAN SANT ANTONI
C/ Comte Borrell, 44 - 46 - T. 93 451 67 36
XARXA COMUNITARIA XARX@ANTONI
C/ Manso, 24-28 (Interior Illa) - T. 93 445 22 92
SERVEIS SOCIALS SANT ANTONI
C/ Calabria, 38 - T. 93 256 23 50

Esports

AIGUAMANIA-ESPORTS NÚRIA
Ronda de St. Pau, 21 - T. 93 442 80 69
SPORTS RAMELLS
Rda. de Sant Antoni, 29 - T. 93 423 40 36

Estètica i Bellesa

MIGUEL GRIÑO
BARCELONA
Escola i Perruqueria
C/ Tamarit, 151
T. 93 426 66 09
Perruqueria
Av.Paralel, 150
T. 93 325 28 48

B UNGLES I BELLESA
C/ Floridablanca, 85. T. 93 424 64 11
DEPILINE EXPRES SANT ANTONI
C/ Comte Borrell, 72 - T. 93 423 85 56
FRANCESC MARÍ-PERFUMERIA
C/ Comte Borrell, 65 - T. 93 424 01 50
KALOS
Viladomat, 72 - T. 93 424 07 80
LA BALEAR
C/ Comte Borrell, 40 - T. 93 441 02 57
MIGUEL GRIÑO
C/ Tamarit, 151 - T. 93 426 66 09
PERRUQUERIA BOU PÈL
Av. Paral·lel. 150 - T. 93 325 28 48
PELUQUERIA JUANI AGÜERA
C/ Sepúlveda, 41 - T. 93 325 70 47
PERRUQUERIA RM
Parlament, 34 - T. 93 173 12 87
PERFUMERIES SAN REMO
C/ Comte Borrell, 62 - T. 93 325 49 37
PERRUQUERIA IMAGE
C/ Manso, 37 - T. 93 325 99 47
PERRUQUERIA SONIA
C/ Viladomat, 26 - T. 93 329 71 50

Centro de Estética
Floridablanca, 85
T. 93 424 64 11
UB
UNGLES i BELLESA

Estètica i Bellesa

PERSONAL ESTETICA T. Q.
C/ Entença, 22. Tel. 93 425 15 16
SANTOS
C/ Viladomat, 96 - T. 93 426 41 31

Forns, Pastisseries 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
PASTISSERIA BONASTRE
C/ Tamarit, 136 - T. 93 423 51 88
PASTISSERIA CALDERÓN
C/ Sepúlveda, 83 - T. 93 423 76 76

Immobiliàries

LA CASA
C/ Manso, 60 - T. 93 324 83 61

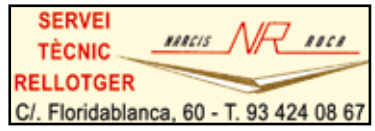
Informàtica, Imatge i Sò

CASH CONVERTERS
C/ Floridablanca, 145 - T. 93 423 99 00
DEFOREST JULI MATAMALA
C/ Viladomat, 105 - T. 93 423 72 29
FOTO RONDAS
Rda. de St. Antoni, 4 - T. 93 442 25 79
METRO ELECTRÒNICA
C/ Sepúlveda, 106 - T. 93 424 38 32
MICROFUSA
C/ Sepúlveda, 134 - T. 93 435 36 82
MIPESTORE
C/ Viladomat, 49 - T. 93 423 62 73
NEO-BYTE COMPUTERS
C/ Sepúlveda, 166 - T. 93 424 18 99
REVOLUTION COMPUTER S.L.
C/ Sepúlveda, 167 - T. 93 454 70 42

Joieries i Rellotgeries

BAMBÚ, BIJUTERIA-RELLOTGERIA
C/ Tamarit, 111 - T. 93 426 28 82
IGLESIAS JOIERS
Rda. de St. Antoni, 61 - T. 93 323 34 53
JOIERIA DONNA
C/ Viladomat, 97 - T. 93 423 99 17
JOIERIA FINA GARCÍA
C/ Comte Borrell, 56 - 93 442 68 69
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
C/ Comte Borrell, 39 - T. 93 442 35 67



NARCÍS ROCA RELLOTGER
C/ Floridablanca, 60 - T. 93 424 08 67

Llar

BASSAR VIDAL
C/ Tamarit, 156 - T. 93 442 20 18
BRICOLATGE SUBIRATS
Av. Mistral,14 - T. 93 325 60 10
CERERIA NOC
C/ Comte Borrell, 41 - T. 93 442 93 28
EL PLAER DEL DESCANS MATALASSERIA
C/ Comte Borrell, 77 - T. 93 424 11 84
ELÈCTRICA PUME INSTAL·LACIONS
C/ Comte Borrell, 115 - T. 93 424 57 50
ELECTRODOMÈSTOCS RONDA
Rda. de St. Antoni, 46 - T. 93 324 80 99
ESPAI9
C/ Comte Borell, 78 - T. 93 424 11 21
FERN. BOQUÉ NICOLÁS, INSTAL·LACIONS
C/ Floridablanca, 125 - T. 93 423 54 22
FERRETERIA VALLS
C/ Comte d'Urgel, 5 - T. 93 424 18 90
L'ESTEL, IL·LUMINACIÓ
C/ Tamarit, 185 - T. 93 325 58 26
LA ALGODONERA
C/ Tamarit, 179 - T. 93 423 63 91
LA CASA DEL PINTOR
C/ Parlament, 42 - T. 93 441 28 19
LA FLAUTA MÀGICA - EMMARCATS
C/ Comte Borell, 99 - T. 93 185 62 19
MOBLES LA BARCELONESA
C/ Tamarit, 175 - T. 93 423 59 17
MARC VIDAL "TAULA I CUINA"
C/ Tamarit, 162, T. 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
MOBLES NÚRIA
C/ Comte d'Urgell, 41 - T. 93 423 38 92
PLÀSTICS RAFEL S. L.
C/ Comte Borrell, 52 - T. 93 443 07 52

POLO MASCLANS S.L.
C/ Calàbria, 54 - T. 93 423 09 55
QXI, CONFORT I DESCANS
C/ Floridablanca, 108 - T. 934102981
RANGO, MOBILIARI
C/ Comte d'Urgell, 43 - T. 93 451 85 32
SANITARIUM S.L. "PERMAGLAS"
C/ Floridablanca, 102 - T. 93 221 77 77
SERRALLERIA SOYMA
C/ Parlament, 35 - T. 93 441 08 66
SERRALLERÍA SURCL@U
C/ Compte d'Urgell, 21 - T. 93 424 28 84
SUBMINISTRAMENTS 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

Mascotes i Plantes

ACUARIOS CONDAL
C/ Viladomat, 58 - T. 93 424 15 64
HABANA FLORS
G.V. Corts Catalanes, 504 - T. 93 451 45 05
MAI FRIENDS
C/. Viladomat, 26 - T. 93 441 07 89
OLIMPIA ART FLORAL SL
Rda. Sant Pau, 17-19 - T. 93 441 40 75

Moda i Complements

ADA'S BCN
C/ Comte Borrell, 95 bot. 1-T. 93 667 56 32
ANGUI SABATERIA
C/ Manso, 37 - T. 93 325 05 61
ARGENT BÀSIC
C/ Tamarit, 175 - T. 93 424 38 64
BLAZER HOME
C/ SEPÚLVEDA, 41 - T. 93 425 34 60
BOLSOS TURÓ
C/ Manso, 76 - T. 93 329 60 61
CALÇATS POCH
C/ Comte d'Urgell, 10 - T. 93 442 20 39
CALÇATS PONSA
Rda. de St. Antoni, 21 - T. 93 423 41 05
CALÇATS SIR
Rda. de St. Antoni, 23 - T. 93 423 45 75
CASA GALLOFRÉ
C/ Manso, 68 - T. 93 441 02 80

Moda i Complements

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
DOS MARES
C/ Parlament, 38 - T. 93 441 80 74
ESPARDENYERIA
C/ Manso, 45 - T. 93 325 99 76
EL CAPRICHO, CONFECCIÓ DONA
C/ Comte d'Urgell, 10 - T. 93 442 20 38
ELPON
C/ Entença, 12 - T. 93 512 25 60
FABREGAS VESTUARI PROFESSIONAL
Rda. de Sant Pau, 62 - T. 93 441 41 78

Somnis de colors
Moda íntima
Sepúlveda, 42 · T. 93 327 92 88

GASCA MODA HOME
C/ Tamarit, 169 - T. 93 423 18 28
GRAMA MODA HOME
C/ Tamarit, 169 - T. 93 423 03 26
L'ESPAI TEXÀ
C/ Tamarit, 160 - T. 934234988
LA CUBANA
Rda. de St. Pau, 79 - T. 93 441 13 70
LAVINIA CALÇATS
Av. Mistral, 22 - T. 93 423 29 66
MAS - VESTUARI LABORAL
Rda. de St. Antoni, 17 - T. 93 425 53 93
MODES TORNER
C/ Comte Borrell, 74 - T. 93 423 17 14
P. BALLESTER
C/ Tamarit, 183 - T. 93 423 18 60
PASS, CALÇATS
C/ Comte Borrell, 61 - T. 93 424 71 36

bates · pijames · roba interior
roba per la llar
confeccions bernaus
Tres generacions al servei del barri
Manso, 48 - Tel. 93 441 12 46
CARPA ENCANTS Pdes. 10 i 49
Tel. 93 325 35 15

BISUTERIA ARTESANAL
Venta por Internet
matcue.com

QUALITAT MODA
C/ Manso, 17 - T. 93 423 89 24
SASTRERIA I CONFECCIÓ MIRALLES
Rda. de St. Pau, 15 - T. 93 441 57 74
SASTRERIA DURÁN
C/ Tamarit, 165 - T. 93 423 22 95
SCALA DEI
C/ Comte d'Urgell, 12 - T. 93 324 90 15
SET CALÇATS
C/ Comte d'Urgell, 7 - T. 93 423 36 85
TEMPRADO
C/ Manso, 49 - T. 93 423 43 27
ZENOA
C/ Tamarit, 158 - T. 93 007 59 63

FABREGAS
Vestuari Professional des de 1929
Ronda Sant Pau, 62 (Edifici Escola Pia)
08001 Barcelona Tel./Fax: 934 414 178
www.fabregas.info • fabregas@fabregas.info

Motor

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

APARCAMENTS I SERVEIS VILLUR, S. A.
C/ Comte d'Urgell, 56 - T. 93 323 37 63

MOTOS J. MARSIÑACH
M. de Camposagrado, 9 - T. 93 442 91 80

Anunciïs's aquí... AcelObert BARCELONA barri a barri
T. 93 010 16 73 · publicitat@acelobert.com
www.acelobert.com
...perquè els millors sempre destaquen

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%Dto Present. este anuncio

MUNDIAL MOTOS
Av. del Paral·lel, 154 - T. 93 424 16 16

"VINE A PROBAR EL NOU C4 PICASSO"
CITROËN
AUTOMÓVILES CITROËN ESPAÑA, S.A.
RAMBLA BADAL, 81-111 - TEL.: 93 227 46 00
(ENTRADA TAMBÉ PER RIERA BLANCA, 171).

Oci

ARMERIA IZQUIERDO
C/ Parlament, 19 - T. 93 441 08 58
ARTICLES DE FESTA
C/ Villarroel, 9 - T. 93 423 18 76
BOYBERRY
C/ Calàbria, 96
ROCAFORT MODELISME
Gran Via C. C., 436 - T. 93 425 25 50
VIDEO CLUB GRANA
C/ Comte d'Urgell, 21 - T. 93 325 69 81
ZAFIRO TOURS
C/ Rocafort, 50 - T. 93 423 50 97

Papers i llibres

CARRER DE L'OCI. S.L.
C/ Calàbria, 33-35 - T. 93 423 66 42
LLIBRERIA PAPERERIA MISTRAL
C/ Tamarit, 116 - T. 93 424 03 52
PAPERERIA URGEL
C/ Comte d'Urgell, 28 - T. 93 325 04 42
TONI RÓDENAS, PAPERERIA I IMPRENTA
C/ Floridablanca, 127 - T. 93 423 45 97
TORRADAS, LLIBRERIA I PAPERERIA
C/ Manso, 62 - T. 93 441 88 49

Petits

CLICK PARTY
C/ Villarroel, 50 - T. 699 66 16 44
COLORS
C/ Manso, 66 - T. 93 441 84 98
JOGUINES GEMMA
C/ Floridablanca, 49 - T. 93 325 67 42
VAINILLA
C/ Manso, 74 - T. 93 329 93 05

Restaurants i Bars

Veure Bars i Restaurants a les pàgs. 14-15

AMIGÓ CASCARILLES
C/ Tamarit, 181 - T. 699 66 16 44
BAR BODEGA CHIQUI
C/ Vilamarí, 29 - T. 93 325 08 33

Restaurants i Bars

RESTAURANT · BAR · TAPES
Aranega
Av. Paral·lel, 188
www.aranega.es
Reserves:
93 325 63 07

BAR CALDERS
C/ Parlament, 25 - T. 93 329 93 49
BAR EL DUENDE
C/ Comte Borrell, 35 - T. 674 53 27 70
BAR NOSTÀLGIC
C/ Viladomat, 38 - T. 633 88 75 02
BAR POTHOS
C/ Marquès Campo Sagrado, 29 - T. 93 441 57 25
BAR RADIO
C/ Sepúlveda, 91 - T. 93 453 11 64
BRACAFÈ
C/ Comte d'Urgell, 37 - T. 93 423 36 92
BAR 20 METROS
C/ Calàbria, 39 - T. 686 89 52 45
CAFÈ BAR MERQUÉN
C/ Viladomat, 36 - T. 93 441 47 33
CAFÈ DEL BARRI
C/ Comte Borrell, 75 - T. 93 325 85 54
CAFETERÀPIA
Ronda de Sant Pau, 59 - T. 628 30 90 55
DAI MO!
C/ Comte d'Urgell, 5 - T. 93 539 2002
EL JABALÍ DE RONDA
Rda. de St. Pau, 15 - T. 93 441 10 82
EL MUSEU DE L'EMBOTIT
Floridablanca, 131 bxs. - T. 93 325 48 89
ELS OCELLETS
Rda. de Sant Pau, 55 - T. 93 441 10 46
ELS SORTIDORS DE PARLAMENT
C/ Parlament, 53 - T. 93 441 16 02
GELATERIA BONASTRE
Av. Mistral, 10 - T. 93 423 81 27
GELADERIES SIRVENT
Rda. de St. Pau, 3-5 - T. 93 441 76 16
IDÒ D.O. BALEAR
C/ Viladomat, 43 - t. 93 423 96 27
LAUREL
C/ Floridablanca, 140 - T. 93 325 62 92
LIDER
C/ Floridablanca, 65 - T. 93 426 07 09
MONO RISTO-BAR
C/ Calàbria, 80 - T. 93 179 41 60
LA CHIRUSA
C/ Viladomat, 23 - T. 93 004 46 99
LA TATA, RESTAURANT
C/ Calàbria, 69 - T. 93 426 22 87
LA TERRASSA DE L'AIGUAJOC
c/ Comte Borrell, 21-33 - T. 93 329 87 46
MONDORÉ, CERVESERIA GASTRONÒMICA
C/ Floridablanca, 3 - T. 93 426 04 56
MORITZ
Rda. de Sant Antoni, 39 - T. 93 423 54 34
NOSTREBAR, CAFETERIA DE L'ESPORTIU
C/ Floridablanca, 41 - T. 93 141 34 76
PETIT BALLET
C/ Viladomat, 28 - T. 93 442 16 08
PIZZERIA TRES I NO RES
C/ de la Cera, 53 - T. 93 441 30 16
QUANTIC SPACE HUMAN
C/ Comte d'Urgell, 40 - T. 93 425 34 88
REKONS
C/ Comte d'Urgell, 32 - T. 93 424 63 83
RACÓ DE MANSO
C/ Calàbria, 23 - T. 93 532 86 51
RESTAURANT TERRA MAR
C/ Parlament, 34 - T. 93 329 68 62
RESTAURANT TONKA BAR
C/ M. de CampoSagrado, 27 - T. 931 27 05 44
VINÒDROM
C/ Tamarit, 111 bxs. local 4 T. 93 325 48 89

Salut

NutriBela
DIETÈTICA - HERBORISTERIA
• Productes alimentació, complements nutricionals i esportius • Cosmètica natural
• Dietes personalitzades • Naturopatia
C/. Calabria, 60 ☎ 93 325 91 98

AMPLIFON
C/ Manso, 36 - T. 93 424 87 19
BIELSA ÒPTICS
C/ Calàbria, 52 - T. 93 325 57 60
BOUTIQUE NATURAL COS-SA
C/ Comte Borrell, 32 - T. 93 441 10 53
CLÍNICA DENTAL FLORIDABLANCA DR. BAGÁN
C/ Villarroel, 17-1r. 2a. - T. 93 425 24 10
CLÍNICA DENTAL MERINO
C/ Rocafort, 68, T. 93 424 85 22
DIETÈTICA CONDAL
Comte d'Urgell, 8 - T. 93 442 20 40
FARMÀCIA ALMUDENA MARTÍNEZ
C/ Parlament, 17 - T. 93 423 48 55

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

FARMÀCIA HERRERO
C/ Comte Borrell, 68 - T. 93 423 58 46
FARMÀCIA P. BALAÑÁ
C/ Comte Borrell, 43 - T. 93 441 02 11
FARMÀCIA VIVES FERRER
C/ Manso, 64 - T. 93 441 02 77
KORÉ, CENTRE DE TERÀPIES
C/ Gran Via, 516 · 1r-3a T. 93 425 44 40

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

NOVOLENT
C/ Urgell, 14 - T. 93 325 48 69
ÒPTICA SEGARRA
C/ Tamarit, 149 - T. 93 441 13 61

Edith Rodon Brunner
Educadora Social
Psicopedagogia social i escolar
PRIMERA VISITA GRATUÏTA
630 245 732 · 93 213 70 98
20 anys d'experiència

Anunciïs's aquí...
AceLObert
BARCELONA barri a barri
T. 93 010 16 73
www.acelobert.com
publicitat@acelobert.com
...perquè els millors sempre destaquen

TERÀPIA GESTALT
Ansietat, depressió, fòbies, teràpia individual i de parella
C/. Entença, 62 - T. 645 36 87 14
www.lesliebeebe.blogspot.com

ORTOGIM
C/ Floridablanca, 80 - T. 93 423 13 92
PARAFARMÀCIA EMEBE
C/ Tamarit, 164 - T. 93 442 29 57
QUANTIC SPACE HUMAN
C/ Comte d'Urgell, 40 - T. 93 425 34 88

impulsa psicologia
TERÀPIA DE PARELLA
625 69 68 79 · Av. Paral·lel, 176, 1r - 2a

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

cashconverters
FLORIDABLANCA
Compramos lo que no utilizas, vendemos lo que no te imaginas
C/. Floridablanca, 145 · T. 93 423 99 00

Serveis

EUROPA 3G TELEFONIA
C/ Comte Borrell, 94 - T. 93 178 00 41
MABEL COPY
C/ Parlament, 51 - T. 93 324 94 84
TABACS EXPENDEDURIA, 379
C/ Tamarit, 158 - T. 93 179 45 27
VASAVA-VALLERY
C/ Calàbria, 85 - T. 93 539 64 30

P
PARKING
PARKING WINDSOR
Via Agusta, 2 bis · T. 93 218 87 88
PARKING URGELL
Floridablanca, 119-121 · T. 93 424 82 64
PARKING GRAN VIA
Gran Via, 415-417 · T. 93 423 15 88
www.coen.es

Barri de Sants · Hostafrancs

- Regals promocionals d'empresa
- Impressió i Disseny Gràfic
- Logotips, targetes i fullets
- Edició de revistes
- Webs
- Distribució (fullets, revistes, etc.)
- Vídeos promocionals i d'empresa
- Fotografia
- Xarxes socials (Facebook i Twitter)

AcelObert Comunicació

logotips targetes

destaca el que vols

20 anys d'experiència

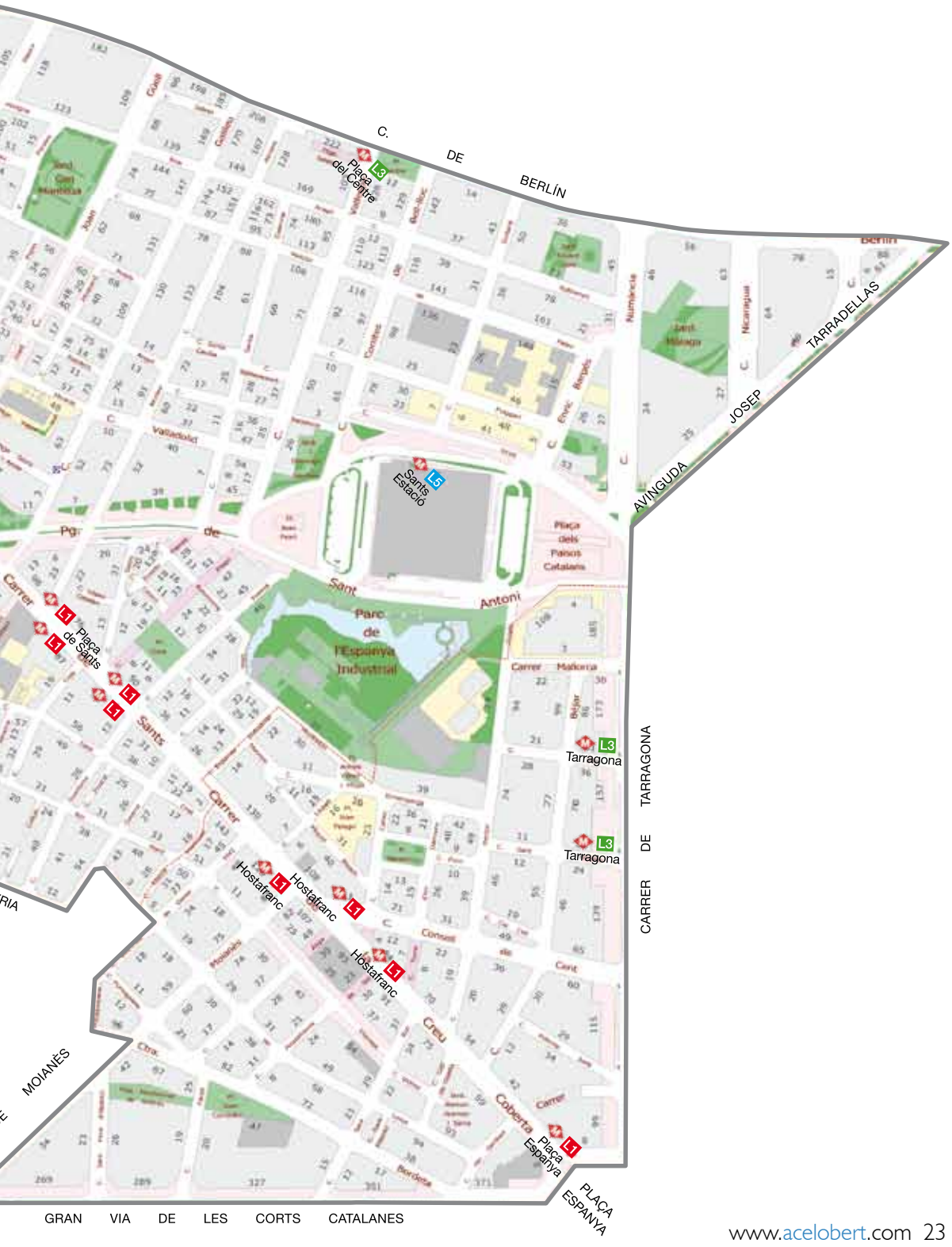
Indústria, 137-141, entl., 1a, esc. esq. | Tel. 93 010 16 73

DEJO DINERO

* Para lo que quiera
* Sin gastos previos
* Información sin compromiso
* Seriedad y discreción
* Sólo con escritura

Tel. 654 182 452

Barri de *Sants - Hostafrancs*



Alimentació

BODEGA LA MASIA
C/ Melcior de Palau, 73 - T. 93 339 48 52
CANSALADERIA JOAN VIDAL
C/ Vallespir, 55 - T. 93 339 25 55
CARNS SELECTES
C/ Vallespir, 116 - T. 93 339 52 32
CASA AMETLLER
C/ Sants, 219 - T. 661 940 545
CELLER DE GELIDA
C/ Vallespir, 65 - T. 93 339 26 41
CHARCUTERIA CEREX
C/ Caceres, 5
CUIT I CRU
C/ Vallespir, 46 - T. 93 490 90 04
EUGAMARE
C/ Galileu, 132 - T. 93 411 94 60
FRUTAS LOMBARTE
C/ Sants, 279 · bxs. - T. 93 432 33 35
HELADERIA VALLESPIR
C/ Vallespir, 75 - T. 93 339 35 79
LA CAMPA
C/ Vallespir, 87 - T. 93 491 44 83
LA SIRENA
C/ Sants, 138 - T. 93 490 19 70
LLEGUMS VARGAS
C/ Sants, 154 - T. 93 339 68 22
LOS MAÑOS
C/ Vallespir, 63 - T. 93 339 00 15
MERCADONA SANTS
C/ Sants, 206 - T. 93 788 42 54
MERCAT DE SANTS
C/ SANT JORDI, 6 - T. 93 339 55 53
MÓNIBÈRIC
C/ Sants, 180 - T. 93 411 89 01
MONTERO
C/ Mercat de Sants, 44
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
TAULA SELECCIÓ
Ptge. Serra i Arola, 2 - T. 93 490 86 11

Animals i Plantes

FASHION CAN
C/ Galileu, 139 - T. 93 491 03 67
FLORISTERIA P. CENTRE
Plaça del Centre s/n - T. 630 466 549
HIVERNACLE
C/ Melcior de Palau, 32-36 - T. 93 491 21 7 8
INTERZOO
C/ Vallespir, 67 - T. 93 186 33 06
LLOVERAS BARCELÓ
C/ Sants, 5 - T. 93 421 47 39
M & M FLORISTAS
C/ Joan Guell, 34 - T. 93 490 78 40
SALUS VETERINARIA CLÍNICA
C/ Vallespir, 77 - T. 93 491 23 67
ZONA DE CULTIVO
C/ Galileu, 169 - T. 93 491 20 07

Assesories i Asseguranços

ADVOCATS DE SANTS
C/ Sants, 125 - ppal 1ª - T. 622 55 0980
DUX
C/ Joan Guell, 103 - T. 93 521 85 80
NOTARIA SANTIAGO GARCIA ORTIZ
Ptge.Vapor Vell, 10-20 - T. 93 491 43 15
PELAYO MUTUA DE SEGUROS
C/ Sants, 266 - T. 93 490 69 98
SOL-ADVOCATS,SL
Pge.Serra i Arola 16 - T. 93 339 14 98

Entitats

ASS.CULTURAL LLUM DEL SOL
C/ Melcior de Palau, 114 - T. 690 069 693
BIBLIOTECA VAPOR VELL
Ptge. Vapor Vell, s/n - T. 93 409 72 31
EL PUNT D'INFORMACIÓ JUVENIL
C/ Muntadas,5 - T. 93 291 42 54
CENTRE CÍVIC COTXERES DE SANTS
C/ Sants, 79 - T. 93 291 87 01

Esports

CLUB ESPORTIU MEDITERRANI
C/ Begur, 44-52 - T. 93 431 58 55
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
ENTULINEA
Psg. Sant Antoni, 5-7 - T. 93 440 24 48
GRUP JOTA
C/ Galileu, 84 - T. 93 411 00 83
GRUP XIROI
C/ Vallespir, 23 - T. 93 339 17 42
IMATGE 21
C/ Vallespir, 59 - T. 93 503 15 16
LES TISORES DE SANTS
C/ Blanco, 30 - T. 93 339 69 36
MÀRIUS ESCODA PERRUQUERS
C/ Vallespir, 97 - T. 93 339 63 88
PELOSTOP
C/ Sants, 196 · bxs. T. 93 491 13 44
PERFU. HNOS.MARTÍN
C/ Vallespir, 91 - T. 93 490 81 71
PERFUM PUFF
C/ Bassegoda, 6
PERFUMERIES SAN REMO
C/ Sants, 133 - T. 93 409 03 13
PERRUQUERIA LUQUIN
C/ Sants, 294 - T. 93 240 14 27
STR ESTILISME I ESTETICA
C/ Alcolea, 51 - T. 93 330 51 52
VALENTIN GOMEZ PELUQUEROS
C/ Vallespir, 94 - T. 93 339 61 82

Cursos i Formació

BALL CENTER
C/ Sants, 82-96 - T.93 296 90 17
CAMPUS 25
C/ Daoiz i velarde, 2-6 - T. 93 490 22 26
ESCOLA DE CARME
C/ Vallespir, 79 - T. 93 339 62 77

Forns, Pastisseries i Dolços

CASA VIVES S.L
C/ Sants, 74 - T. 93 431 76 79
EL MUSSOL GOURMAND
C/ Cros, 5 - T. 93 000 56 11
FARINETES
C/ Sants, 115 - T. 699 41 79 87
FORN BALTA
C/ Sants, 117-119 - T. 93 339 54 85
FORN DE L'AVI
C/ Joan Guell, 74
FORN ESPLUGUES
C/ Sants, 14-16 - T. 93 432 59 02
FORN DE PA SAN FRANCISCO
C/ Vallespir, 96 - T. 682 471 551
FORN VELL
C/ Joan Guell, 44-48 - T. 691121180
GRANIER PANS ARTESANS
C/ Sants, 147 - T. 93 330 25 74
KING FRUITS
Pl. Sants, 12 - T. 93 421 29 19
NOU FORN VALLESPIR
C/. Vallespir, 95 - T. 93 422 21 05
PASTISSERIA KESSLER-GALIMANY
C/ Sants, 53 - T. 93 421 09 20
TOT LLAMINADURES
C/ Joan Guell, 70 - T. 606 55 21 11

Immobiliàries

FINQUES DIANA
C/ Sants, 85 - T. 93 422 42 11
FINCAS JORDAN
C/ Vallespir, 57 - T. 93 339 74 94
FINQUES MIRET
C/ Vallespir, 48 - T. 93 409 10 81
FINQUES RABAL
C/ Sants, 317 · Ent.2 - T. 93 332 35 08

Informàtica, Imatge i Só

CHALONS
C/ Joan Guell, 38-40 - T. 93 490 66 99
ECOLIDER SANTS
C/ Galileu, 17-21 - T. 93 409 19 31
LABORATORI FOTOGRAFIC MCD S.C.P
C/ Sants, 308 - T. 93 449 53 16
PACIÈNCIA INFORMÀTICA
C/ Vallespir, 120 - T. 93 490 86 36
V. V. FOTO
C/ Violant Hongria, 120 - T. 93 490 86 35

Joieries-Rellotgeries

ARGENT BASIC S.L
C/ Sants, 109 - T. 93 491 19 38
JOIERIA ALPER
C/ Sants, 58 - T. 93 431 50 89
JOIERIA ROÉ
C/ Sants, 41 - T. 93 421 03 28
JOIERIA SALVADOR
C/ Vallespir, 33-37 - T. 93 330 00 86
JOIERIA TIC-TAC
C/ Joan Guell, 95 - T. 93 339 47 88
JOY GOLD JOIERS
C/ Galileu, 111 - T. 93 490 98 78

Llar i Reformes

ANDRES MALDONADO S.A
C/ Galileu,15 - T. 93 330 20 00
ARTESANS DEL BARRI DE SANTS
C/ Olzinelles, 30
BOGADERIA SOLER
C/ Violant d'Hongria, 125 - T. 93 490 65 94
CERRAJERIA MARONAS
C/ Joan Guell, 87 - T. 93 339 20 99
DROGUERIA PERFUMERIA ARROYO
C/ Galileu, 89 - T. 93 339 14 88

Llar i Reformes

ELECTRODOMESTICS CONFORT
C/ Sants, 130 - T. 93 339 69 75
ESTRADA 35 ELECTRODOMESTICS
C/ Sants, 35 - T. 93 3321 21 62
DREÇATS
C/ Gaiarre, 18
FERRETERIAS JAIME VALLS C.B
C/ Sants, 172-174 - T. 93 339 60 01
GROUPE SEB FACTORY OUTLET
C/ Sants, 17 - T. 93 331 26 49
HERMS S.A
C/ Sants, 307-309 - T. 93 331 35 00
INDUSTRIAL ELECTRICA JUARANZ S.A
C/ Sants, 186-190 - T. 93 339 67 29
KYOTO
C/ Sants, 5-7 - T. 93 296 69 24
LA G. D'ELECTRODOMÈSTICS
C/ Vallespir, 75 - T. 93 490 08 77
LAMPARAS NURIA
C/ Sants, 373-375-314 - T. 93 334 82 32
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 Guell, 82-84 - T. 93 339 02 62
MOBLES GABARRO
C/ Vallespir, 90 - T. 93 490 11 53
MUY MUCHO SANTS S.L
C/ Sants, 111 - T. 93 330 73 23
NONETES
C/ Vallespir, 92 - T. 93 490 18 31
SANISANS BY NUNA ESPAIS S.L
C/ Sants, 223 · bxs. - T. 93 339 54 44
PORXAS
C/ Sants, 70-72 - T. 93 431 96 00
SANCHEZ HIPERTEXTIL
C/ Sants, 274 - T. 93 535 55 35
SERRA I RAMI
C/ Sants, 423 - T. 93 448 86 30
TANCAMENTS PER LA LLAR
C/ Joan Guell, 54-56 - T. 93 330 35 97
TAPISSERIA FAN 2
C/ Vallespir, 51 - T. 93 339 25 31
TOTART
C/ Sants, 3 - T. 93 421 47 22
VIDRES COLLADO
C/ Galileu, 163 - T. 93 339 73 84

Moda i Complements

ARTFANG
C/ Sants, 229 - T. 93 004 24 75
BOTIQUE DALMAU
C/ Sants, 51 - T. 93 421 09 27
CACHE & CACHE
C/ Sants, 44 - T. 93 432 88 52
CALÇATS BARCELONA
C/ Sants, 62 - T. 93 431 40 63
CALÇATS MARCOS
C/ Sants, 125 - T. 93 339 53 11
CALÇATS NOEL
C/ Sants, 34 bis - T. 93 431 72 77
CALÇATS S'CARPA
C/ Sants, 30 - T. 93 331 95 28
CALÇATS SORIANO
C/ Sants, 93 - T. 93 331 90 92
CALÇATS STYLO
C/ Sants, 71-73 - T. 93 421 83 18
CALZADOS SORIANO
C/ Sants, 133 - T. 93 339 66 00
CALZADOS REFORT'S
C/ Vallespir, 89 - T. 93 339 63 22
CAMPRUBI
C/ Sants, 230 - T. 93 330 48 08
CARLOTA/AGATA MARTÍN
C/ Roses, 58-60 - T. 93 491 04 28
CARMELO FERRANDO
C/ Sants, 70 - T. 93 431 65 08
CULTE AL COS
C/ Sants, 54 - T. 93 431 72 79
DIEZ X DIEZ
C/ Sants, 306 - T. 93 448 13 21
DOBLE G
Pl. Sants, 4-5 - T. 93 491 19 09
DRETA ESQUERRA
C/ Joan Güell, 50 - T. 93 490 98 89
INFINITY MODA
C/ Vallespir, 120 - T. 691 99 23 36
MARTICELLA, CENTRE DEL VESTIR
C/ Sants, 24 - T. 93 431 78 60
MITJA D'OR
C/ Vallespir, 118 - T. 670 888 125
MODAS CANELA
C/ VALLESPIR, 81-85 - T. 93 490 74 59
S3G SOSPEDRA
C/ Sants, 57 - T. 93 421 17 49
SASTRERIA ALLUEVA
C/ Sants, 259 - T. 93 422 50 40
SASTRERIA PLACIDO
C/ Sants, 290-292 - T. 93 334 28 27
SASTRERIA SOSPEDRA
C/ Sants, 59 - T. 93 421 17 49
SU PRENDA
C/ Sants, 135 - T. 93 339 88 14
TEENAGERS
C/ Sants, 58 - T. 93 432 97 59
VIA STEFANO
C/ Vallespir, 37 - T. 93 491 27 37
VIA LIBRE
C/ Sants, 97 - T. 93 431 31 50
YASMIN
C/ Vallespir, 110 - T. 93 491 41 14
ZOË
C/ Sants, 6 - T. 93 431 62 90

Motor

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

Oci

ATLANTIS MARA
Av. Madrid, 222 - T. 93 330 48 20
EL SUPER CREATIVO
C/ Galileu, 111 · Td. 6 - T. 93 409 82 99
EROTIC PALACE
C/ Sants, 225 - t. 93 491 36 26
ESTANK-9
C/ Joan Guell, 70 - T. 656 614 114
PG TOURS
C/ Melcior de Palau, 65 - T. 93 490 54 39
SALON RECREATIVO
C/ Sants, 72 - T. 93 431 41 23
UNIO MUSICAL SANTS
C/ Sants, 304 · bis - T. 93 440 24 48
VIATGES ATLAS INTERNACIONAL S.A
C/ Sants, 29 - T. 93 421 91 11

Petits

ARTESANIA BONET
C/ Portbou, 1-9, 5è 2a - T. 93 441 05 20
CAMPRUBI NENS
C/ Sants, 192 - T. 93 490 61 39
JOGUINES MILA
C/ Sants, 2 - T. 93 431 46 08
JUGUETES TIO SAM
C/ Galileu, 106 - T. 93 339 57 04
NADONS PUERICULTURA
C/ Sant Medir, 4 - T. 93 339 55 34
OH! MY BABY
C/ Riera Blanca, 45 -47 T. 93 179 84 24

Restaurants i Bars

BAR CARGOL
C/ Violant d'Hongria, 134 - T. 93 490 76 81
BAR-CELONA
C/ Vallespir, 81-85 - T. 93 491 50 25
BAR MANITIN
C/ Sants, 1 - T. 93 422 65 70
BAR-RESTAURANT BOSQUET
C/ Galileu, 115 - T. 93 339 20 44
BAR TREBOL
C/ Joan Guell, 70 - T. 93 533 14 90
BODEGA BARTOLÍ
C/ Vallespir, 41 - T. 93 339 10 21
BODEGA MONTFERRY
C/ Violant Hongria, 105 - T. 93 162 96 36
BRACAFE
C/ Sants, 251 - T. 93 331 46 53
BLUES 48 BAR
C/ Valladolid, 48 · local - T. 93 491 50 25
CAFETERAPIA
C/ Sants, 156 - T. 654 48 06 05

Restaurants i Bars

BAR-CELONA
Des del sandvitx fins les postres i a qualsevol hora del dia
Vallespir, 81 • Tel. 93 491 50 25

CERVECERIA-SANDWICHERIA MAX
C/ Sants, 135 - T. 93 339 56 67
L'ANTIC DE SANTS
C/ Sants, 192-194 - T. 93 339 72 96
GALIMANY-KESSLER
C/ Cros, 3 - T. 93 421 72 52
GRANJA SANTS
C/ Sants, 34 · bis - T. 93 431 52 07
HELADERIA DINO
C/ Sants, 98 - T. 972 45 00 74

BOSQUET
BAR-RESTAURANT
▪ *Veniu a tastar el millor Bacallà*
▪ *Plats típics catalans*
Galileu, 115 ☎ 698 515 516

HOMOSIBARIS CELLER CERVESER
Pl.Osca, 4 - T. 93 422 42 11
REST. BRÉTEMA
C/ Violant Hongria, 123 - T. 93 409 30 17
RESTAURANTE TXALAPARTA
C/ Sants, 146-148 · bxs. - T. 93 409 20 19
RTE. CABAÑEROS
C/ Vallespir, 17 - T. 93 490 52 97
ROMA CAFE
C/ Sants, 29 - T. 93 421 19 29
ROZANA
C/ Galileu, 114 - T. 93 118 37 18
SANTS BIER
C/ Sants, 89 - T. 93 421 07 17
TAPA NOSTRA
C/ Violant Hongria, 111 - T. 627 000 238
TAVERNA LA BAUXA
C/ Vallespir, 23 - T. 93 491 19 46
TAVERNA RACO DE SANTS
C/ Guadiana, 6 - T. 93 421 64 22

L'ANTIC de SANTS
CERVESERIA · RESTAURANT · BRASERIA

Carrer de Sants, 192-194 · Reservas 93 339 72 96

BLUES 48 Bar
Beber, charlar, compartir
Big Pinxos • Copas • Gintonics
Valladolid, 48 · T. 93 491 50 25

Salut

Manantial de Salud
Des de 1923
Plantes medicinals ▪ Complements alimentaris
Productes apícoles ▪ Alimentació ecològica
Cosmètica natural
C/ Vallespir, 49 – T. 93 339 72 28
www.manantial-salud.com

CLÍNICA DENTAL SANTS S.L
C/ Sants, 206 - 1º5º - T. 93 330 97 13
CLÍNICA DENTAL VALLESPIR
C/ Vallespir, 81-85 ent. 1º 2ª - T. 93 330 88 46
DIET CENTER
C/ Sants, 216 - T. 93 330 46 69
FARMACIA BARENGUÉ
C/ Sants, 5 - T. 93 421 25 20
FARMACIA FAURA
Avda. Madrid, 222 - T. 93 339 63 32
FARMACIA GUAÑABENS
C/ Galileu, 104 - T. 93 339 12 88
FARMACIA MONT
C/ Joan Guell, 91 - T. 93 339 45 14
FARMACIA PIFARRÉ
C/ Vallespir, 45 - T. 93 339 34 56
FARMACIA PRADES HAUSMANN
C/ Sants, 145 - T. 93 339 55 82
FARMACIA PRAT MONGUIO
C/ Sants, 151 - T. 93 339 51 09
IN. MÈDIC OLIVÉ PIFARRÉ
C/ Vallespir, 45 - T. 93 330 09 85
ISFARMA
C/ Galileu, 23 - T. 93 490 32 50
MANANTIAL DE SALUD
C/ Vallespir, 49 - T. 93 339 72 28
MULTIOPTICAS JOSA
C/ Sants, 11-13 - T. 93 422 59 00
MULTIOPTICAS SANTS
C/ Sants, 132 - T. 93 441 84 90
OPTICA BASSOL S.L
C/ Sants, 216 - T. 93 490 85 50
OPTICA GANTZER
C/ Badalona, 11 - T. 93 339 34 97
OPTICA JAES
C/ Sants, 98 - T. 93 431 85 55
OPTICA UNIVERSITARIA
C/ Sants, 296 - T. 93 440 15 15
ORTOPEDIA TECNISORT
C/ Sants, 174 - T. 93 339 59 97
TOT OPTICA
C/ Vallespir, 112 - T. 93 490 72 32
RESIDENCIA CENTRE PARK
Av. Madrid, 210 - T. 93 330 11 35
SENIORSANTS
C/ Sants, 313 - T. 93 432 72 75

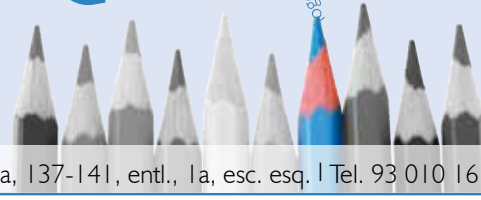
Serveis

quiosc BAMBÚ
C/Creu Coberta, 88
T. 934 320 856
Pl. Francesc Macia, 7
Tel. 934 109 830
www.quioscbambu.com

COPISTERIA SANTS
Galileu, 5 - T. 93 124 96 19
EVENTOS BERKANA S.L
Psg Jordi Ferran, 6 - T. 93 193 59 37
HOSTAL SANTS
C/ Antoni Campany, 82 - T. 93 331 37 00
KIOSCO ALCÁNTARA
Plaça del Centre s/n - T. 93 490 43 06
SANTS APARCAMENTS UNITS
C/ Joan Güell, s/n - T. 93 490 20 78

CB BÉJAR
CLÍNICA DENTAL

Confia en les persones
Confia en nosaltres
▪ ODONTOLOGIA GENERAL ▪ ORTODÒNCIA ▪ IMPLANTS
▪ PRÒTESIS DENTALS
• Pressupostos sense compromís
• Finançament per mesos
• Preus especials a la tercera edat
15% DTE. PRESENTANT AQUEST ANUNCI
Béjar, 1-5 · 1º E (Cantonada Creu Coberta) · Tel. 93 325 55 43

• Regals promocionals d'empresa
• Impressió i Disseny Gràfic
• Logotips, targetes i fullets
• Edició de revistes
• Webs
• Distribució (fullets, revistes, etc.)
• Vídeos promocionals i d'empresa
• Fotografia
• Xarxes socials (Facebook i Twitter)
destaca el que vols
20 anys d'experiència
AcelObert Comunicació

Indústria, 137-141, entl., 1a, esc. esq. | Tel. 93 010 16 73

Exposicions

Gretalitats

Cristina Morera ens presenta les seves obres amb el nom de *Gretalitats*. Greta és el nom de la meva néta, i "litats" és la terminació en plural d'alguns adjectius que, diuen, tenen les meves fotos (sensibilitat, sensualitat...). L'exposició us invita a gaudir de la fotografia dels petits detalls captats amb una sensibilitat especial. Deixeu-vos endur pel món de les *Gretalitats!*. L'exposició romandrà oberta del 31 de desembre al 18 de gener a la sala d'exposicions Lluïsa Franch del centre cívic Cotxeres de Sants (Sants, 79).

Subconscient i realitat...

L'Elena i l'Eugènia dues ceramistes-escultores ens ofereixen una obra plena de força i sensibilitat. Una obra basada en el subconscient, siguin somnis, desitjos o sensacions. Serà del 21 de gener al 8 de febrer del centre cívic Cotxeres de Sants (Sants, 79).

Concursos

7è Concurs d'Art Jove

El Col·lectiu d'Artistes de Sants i els centres cívics Cotxeres-Casinet volen impulsar l'expressivitat en la creació artística de les generacions més joves, i per això convoquen el 7è Concurs d'Art Jove 2014. El termini per a la presentació és el 3 de novembre de 2014. Consulteu les bases del concurs a http://www.cotxeres-casinet.org/expo/concurs.htm

Infantil

"Jump aboard the magic story train"

Divendres 10 de gener, a les 18 hores a la sala infantil de la biblioteca Vapor Vell (Ptge. Vapor Vell, 1) podrem gaudir un altre cop de Sac de Rondalles, en aquests cas d'històries tradicionals de les Illes Britàniques, a partir de 4 anys, entrada lliure.

Nadal de joc: El món salvatge

Coneixereu un món on podreu jugar amb animals que fan pocions màgiques, amb ovelletes fredoliques, amb marietes que es disfressen de colors i bruixetes que expliquen acudits. Serà el divendres 3 de gener, a les 11 hores a la sala infantil de la biblioteca Vapor Vell (Ptge. Vapor Vell, 1). De 4 a 8 anys.

SANTS-HOSTAFRANCS

El carrer Canalejas es transforma en un vial de plataforma única

El Districte de Sants-Montjuïc ha iniciat l'obra de transformació i remodelació del carrer Canalejas, en els trams entre la Rambla Badal i Sant Medir, per una banda, i la Rambla Badal i Riera Blanca per l'altra. L'obra, per tant, beneficia dos barris dels districte: Sants i Sants-Badal. L'obra prevista suposa una inversió de 1.346.508 euros, i consisteix en pacificar-hi el trànsit rodat i millorar les condicions per al pas i l'ús que en fan els vianants. De retruc, aquesta intervenció dinamitzarà el comerç de la zona. L'obra eliminarà les actuals voreres a diferent nivell, creant unes de noves al mateix nivell que la calçada.

El Districte lliura el premi Sants-Montjuïc

El veí de Sants i fundador de Sants3Ràdio, Oleguer Forcades, i l'associació de Disminuïts Sants-Montjuïc, ubicada a Hostafrancs, van rebre el premi Sants-Montjuïc 2013 el passat mes de desembre. Aquest guardó és una forma de reconeixement i agraïment a les persones i entitats del districte per la seva tasca associativa.

El carrer Creu Coberta millora l'enllumenat

L'Ajuntament ha iniciat les obres per instal·lar el nou enllumenat als carrers de la ciutat amb els criteris del Pla Director d'Il·luminació de Barcelona. Aquest pla prioritza la il·luminació de les zones per a vianants per davant dels vials de circulació, millora els nivells lumínics i l'eficiència energètica, incorpora tecnologia en la gestió de l'enllumenat públic. Aquest desembre s'han dut a terme les primeres actuacions a 15 carrers i places de la ciutat -entre ells al carrer Creu Coberta-, amb la renovació de 330 punts de llum i una primera inversió de 2 milions d'euros.

Plan para adelgazar con éxito este 2014

Comidas copiosas, un sin fin de tentaciones, horarios descolocados, celebraciones y resaca. Así nos despertamos en enero tras las fiestas navideñas. La resaca navideña nos lleva a plantearnos el inicio de año como una cuesta en la que nos vamos desprendiendo de los malos hábitos del año anterior y vamos recogiendo nuevos propósitos, como son en su gran mayoría, apuntarnos al gimnasio e iniciar una dieta que nos libere de esos kilos de más acumulados tras las fiestas.

La gran mayoría opta por restringir mucho su alimentación para perder el máximo número de kilos en el menor tiempo posible, aunque esta acción no sea ni saludable ni duradera. Pero siempre podemos escoger otra opción, la de adelgazar mediante una alimentación variada, equilibrada y adquiriendo unos buenos hábitos que nos ayuden a mantener el peso a largo plazo. ***entulínea*** de Weight Watchers lanza este 2014 el nuevo **Plan Exprés**, una forma muy fácil y eficaz para empezar a adelgazar de manera saludable que te dará las pautas para que conozcas los alimentos que nos ayudan a perder peso.

Está demostrado que las personas que no pasan hambre y se sienten saciadas mientras están adelgazando son mucho más constantes en su pérdida de peso. Es por ello que la base de este nuevo plan son los alimentos saciantes, que tienen menos calorías, grasas saturadas, sodio y azúcar que otros alimentos de su misma categoría, y un mayor contenido de proteínas y fibra, por lo cual, también son las opciones más saludables.

Con el Plan Exprés disfrutarás de la comida mientras adelgazas, ya que te propone deliciosas recetas para desayuno, comidas y cenas, permitiéndote además, la posibilidad de concederte un capricho diario, un "extra" que te ayudarán a combatir el aburrimiento y mantener tu propósito de año nuevo con la motivación inicial.

*¿Un buen consejo de **entulínea**?:*

Empezar a poner en práctica una pequeña acción para que se convierta en un buen hábito. Si desarrollas hábitos saludables a la hora de comer, beber y moverte, llegará un momento en que ya no tendrás que pensar qué es lo que tienes que hacer y lo harás de forma automática. Todo ello, te ayudará a adelgazar y mantener tu peso a largo plazo.

Enero es el momento ideal para aprovechar la buena predisposición que tenemos a cambiar y conseguir nuestros objetivos. Adelgaza a tu manera, crea tus propios menús saciantes, planifica las recetas que harás y empieza a quitarte los kilos de la navidad de encima.

¡Pasa a la acción con un plan diseñado para adelgazar de la forma más sencilla y motivadora!

Citas citables

Quien no se mueve no siente sus cadenas.

Rosa Luxemburgo

.....

La iglesia dice:
el cuerpo es una culpa.
La ciencia dice:
el cuerpo es una máquina.
La publicidad dice:
el cuerpo es un negocio.
El cuerpo dice: yo soy una fiesta.

Eduardo Galeano

.....

Toda ruptura de hábito produce un cambio.

George Gurdjieff

.....

Nos enseñaron desde niños cómo se forma un cuerpo, sus órganos, sus huesos, sus funciones, sus sitios, pero nunca supimos de qué estaba hecha el alma.

Mario Benedetti

Opinió

Hiperactividad bajo duda

El pasado 6 de diciembre el psicólogo clínico Joseph Knobel afirmaba en prensa que la hiperactidad no existía.

Tras sus argumentos en la contra de un conocido diario muchas cartas surgieron a favor o en contra de la existencia del TDAH. Llevo veinte años impartiendo clases entre adolescentes con muchos hiperactivos por medio. ¿Qué decir de la hiperactividad? Pues que sí, que existe, pero no como una enfermedad sino como un mal hábito adquirido desde muy pequeños. Malas costumbres al dormir, abuso de azúcares antes de ir a la cama, ausencia de rutinas en casa, ausencia del esfuerzo en tales rutinas, ausencia de disciplina y de límites más la impulsividad que ello conlleva, son las causas probadas que muchos estudios clínicos han demostrado y que explican como la sociedad permisiva de hoy en día aumenta los casos de TDAH actuales.

Hay más, ¿cómo un trastorno que se diagnostica por observación, y no por análisis clínicos, se trata con química? Parece más lógico pues que la hiperactividad resulta algo adquirido por unos malos hábitos que no debería tratarse con psicotrópicos, drogas que cuestan 30 euros la cajetilla y con efectos secundarios no deseados. Debo mencionar aquí que la mayoría de alumnos hiperactivos que he conocido sufrían algún desmayo en clase bajo tales narcóticos. Si un experto insiste que hay que priorizar los fármacos a los hábitos correctores, está haciendo un flaco favor al hiperactivo al tratarle como un enfermo paralizado y no como a una situación a superar. Sería como si a alguien olvidadizo por no utilizar la agenda se le recetaran pastillas.

Convertir a un alumno en un enfermo significa transmutarlo en un inválido intelectual, alguien que luego es incapaz de superar con su propio esfuerzo el mal hábito adquirido y que espera que los fármacos le resuelvan el problema. Muchos de los hiperactivos que he conocido pasaron de esforzarse a tirar la toalla al poco de comunicarles su diagnóstico y rebajarles los niveles educativos por su supuesta invalidez. Es decir pasaron del TDAH al QTTT, que trabaje tu tía, ¿o éste, el QTTT, será el nuevo trastorno?

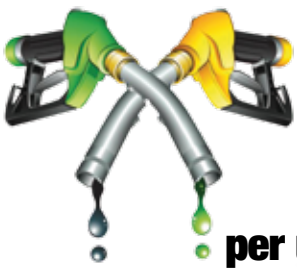
David Rabadà i Vives
Professor del IES Olorda de Sant Feliu de Llobregat

Barri de *Les Corts*

Barri de *Les Corts*

ES. GALILEU AutoRentat

Galileo, 217 · T. 934 902 893



Descompte en Carburant durant

TOT UN MES 0,10 Ct./Litre

per utilitzar 1 RENTAT A MÀ per vehicle i matrícula

✓ No acumulable a altres promocions. ✓ Consultar bases de la promoció als nostres empleats. ✓ Presentar aquest anunci per optar a aquesta promoció.

Altres

T'Interessa...

Aquest mes de gener parlarem de La Maternitat. Xerrades sobre espais emblemàtics del districte de les Corts amb Elsa Plaza, serà el dimecres 15 de gener a les 19 hores, en la Biblioteca Can Rosés (Déu i Mata, 57).

Cinema

La Claqueta

Com cada mes, la biblioteca Can Rosés (Déu i Mata, 57), projectarà pel·lícules dins del cicle "La claqueta". El primer film "Gala" de Sílvia Munt que serà el divendres 24 de gener, la segona projecció serà el dilluns 27 de gener amb la pel·lícula "Ágora" de Alejandro Amenábar. Totes dues projeccions seran a les 18 hores.

Dansa

"Nur", dansa experimental i hip hop

Nur és una forma de veure la vida a través de la dansa, des de la perspectiva de diferents individus que s'embarquen en un viatge introspectiu, on a través del moviment i la interacció descobriran el que els fa únics. Serà divendres 24 de gener a les 21 hores al cívic de les Corts (Dolors Masferrer, 33).

Exposició

"Un passeig pels llocs favorits"

Del 21 de gener al 3 de febrer es podrà veure l'exposició "Un passeig pels llocs favorits" de Yulia Fomicheva, aquarel·la, gouache i acrílic. Figuratiu. Al centre cívic de les Corts (Dolors Masferrer, 33).

Infantil

Sac de rondalles

Aquest gener la Biblioteca Can Rosés (Déu i Mata, 57) oferirà dues sessions de Sac de rondalles. La primera serà "Contes d´hivern i pastissets calents", el divendres 24 de gener. El dimarts següent 28, serà el torn de "Riiiinnnggg, riiiinnnggg! Digui'm?" amb Elisabeth Ulibarri. Totes dues activitats seran a 2/4 de 6 de la tarda per a nens i nenes de més de tres anys.

"Una paradeta particular"

Mai havia estat tan divertit anar al mercat! Sobretot si la mestressa de la paradeta és la maso Bleda. Amb la seva clau ens obrirà un món ben particular: on el carbassó ens farà una cançó, coneixereu el pèsol més famós, i la mongetera màgica... De tot això una recepta fareu entre cançons, rialles i endevinalles. L'espectacle es podrà veure el diumenge 12 a les 12 hores a l'auditori del cívic de les Corts (Dolors Masferrer, 33).

Música

"The Blue Shadow Duo"

The Blue Shadow Duo és un grup acústic-elèctric format per trompeta i piano, que abraça diferents estils musicals, partint del jazz i fusionant-se amb altres estils com blues, funk, hip hop, chill out, etc. El repertori passa pels estàndards més tradicionals, temes famosos i composicions pròpies. Serà el dijous 9 de gener a les 19.30 hores a la cafeteria del centre cívic Can Déu (Plaça de la Concòrdia, 13), gratuït.

Merighi-Menrath Jazz Duo

El dijous vinent 23 de gener gaudirem del duo que té el seu estil és un jazz, que reuneix la tradició i la modernitat, amb ingredients de swing, bebop, funk, bossa, ritmes llatins, interpretant estàndards del jazz i clàssics del pop, des de una visió jazzística. Serà a les 19.30 hores a la cafeteria del centre cívic Can Déu (Plaça de la Concòrdia, 13), gratuït.

"Momento Cero"

A l'hora de definir l'estil, encaixaríem al pop/rock independent, amb matisos o influències on el shoegaze, poestrock, psicoèlia, disco, noise i electrònica es fan notar. Les cançons tracten diferents registres, on cada una d'elles tenen el seu propi llenguatge, de vegades, fresques, unes altres amb matisos místics i unes altres recolzades amb molt sentit rítmic. Serà el divendres 17 de gener a les 20 hores al centre cívic Can Déu (Plaça de la Concòrdia, 13), gratuït.

Teatre

"Maribel i l'estranya família"

Adaptació al català de la reconeguda obra de Miguel Mihura, transportada a la ciutat de Barcelona a una trobada casual entre el nostre protagonista i la Maribel farà que aquest conegui la 'família' del seu 'promès'. Res és el que sembla, o potser sí? Descobrir-ho en aquesta hilarant comèdia còmica. Serà dissabte 25 (21 h.) i diumenge 26 de gener (18 h.) al centre cívic de les Corts (Dolors Masferrer, 33).

Alimentació

POLLASTRISSIM
MENU DIARI POLLASTRES A L'AST CROQUETES CASOLANES
GRAN ASSORTIMENT EN MENJARS PREPARATS I CUINA CASOLANA
C/VALLESPIR, 140 (PROP PL. DEL CENTRE) - T. 933 396 089
DE DIJOUS A DIUMENGE I FESTIUS DE 10 A 15H

ART IBÈRIC LAIN
C/ Joan Güell, 165 - T. 93 490 81 18
BENDITOS PLATOS
c/ Europa,18 - T. 93 117 68 45
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
JAMON JAMON
C/ Europa, 23, - T. 93 322 78 58
MERCAT DE LES CORTS
Trav. de les Corts, 215 - T. 93 330 93 18
NOSTRUM MENJARS
C/ Josep Tarradellas, 61 - T. 671 660 122
POLLASTRISSIM
C/ Vallespir, 140 - T. 93 339 60 89
SUSHIBOX
C/ Galileu, 244 - T. 93 116 21 00
VINALIUM
C/ Joan Güell,160 - T. 670 44 13 43
XARCUTERIA CAN DEIROS
C/ Regent Mendieta, 10 - T. 93 334 54 87

Assegurances/Assessories

ASLE-LLOBERA & ASOCIADOS
Plaça del Centre, 12 - T. 93 414 55 99
ASESORIA RIERA BLANCA
C/ Riera Blanca, 13 - T. 93 440 59 93
ASSESSORS JURIDICS GALILEU
C/ Galileu, 313 - T. 93 494 13 86
BUFETE MA-GAL-VI
Av. Madrid, 9 - T. 93 440 90 98
CANAR ASSESSORS IMMOBILIARIS
C/ Riera Blanca, 11 - T. 93 448 94 10
M. TRAVÉ
C/ Conde Güell, 44-46 - T. 93 185 34 89
Mª JESÚS FUENTE SOLER
Rbla. Badal, 68, 6º1ª - T. 629 163 001
NJ ADVOCATS
C/ Regent Mendieta, 2 - T. 93 448 24 82
NT CORREDORIA ASSEGURANCES
C/ Galileu, 186 - T. 93 491 38 05
ZURICH SEGUROS
Trav. de les Corts, 221-223 - T. 93 490 59 94

Cursos i Formació

EL CLUB del TALLER
Tallers de dibuix • Pilates • Dansa • Memòria
Trapillo • Puntes de coixí • Pintura
Fusteria i molts més. Club social d'activitats.
Obert diari i dissabtes
Taquígraf Martí, 8 · local 2 · T. 935 34 33 99
www.elclubdeltaller.com

AUTO-ESCUELA MARAGALL
Trav. de les Corts, 190-196 - T. 93 330 83 02
COTA
C/ Joan Güell - T. 93 330 32 50
E.DANSA CARMEN CAPARROS
C/ Galileu, 261 - T. 93 339 95 90
KIDS&US
C/ Can Bruixa, 23 - T. 649 608 234

Entitats

ARX. MUNICIPAL DISTRICTE LES CORTS
C/ Dolors Masferrer, 29-31 - T. 93 291 64 32
ASS. COMER. C/ GELABERT I RODALIES
C/ Gelabert, 34 - T. 93 321 25 17
ASS. MIRALL DE PEDRALBES
C/ Capità Arenas, 25 - T. 93 203 62 71
AV I COMER. EL RACO DE LES CORTS
Tra. de les Corts, 94 - T. 609 435 049
AV I COMERCIANTS ELS TRES JARDINS
C/ Morales, 20 - T. 93 439 32 56
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
CASAL DE GENT GRAN CAN NOVELL
C/ Cabellero, 29 - T. 93 409 88 46
CASAL GENT GRAN J. OLIVER "PERE QUART"
C/ Comandant Benítez, 6 - T. 93 339 71 68
CASAL DE GENT GRAN MONTNEGRE
C/ Montnegre, 25 – T. 93 439 4141
CASAL GENT GRAN SANT RAMON
C/ Cardenal Reig, 11 bis - T. 93 334 83 53
CASAL DE JOVES DE LES CORTS
C/ Dolors Masferrer, 33-25 - T. 93 291 64 99
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
CENTRE SERVEIS SOCIALS ZONA EST
C/ Dolors Masferrer, 29-31 - T. 93 291 64 63
C/ Can Bruixa, 7-11
CENTRE SERVEIS SOCIALS ZONA OEST
Trav. de les Corts, 122 – T. 93 448 04 99
ESPAI PER A ADOLESCENTS
Trav. de les Corts, 122 bxs.
GUÀRDIA URBANA DE LES CORTS
C/ de Les Corts, 25 - T. 93 291 49 80
PUNT D'INFORMACIÓ PER A JOVES
C/ Dolors Masferrer, 33-35
PUNT D'INFORMACIÓ I ATENCIÓ DONES
C/ Dolors Masferrer, 33-35 - T. 93 219 64 91

Estètica i Bellesa

AICHA PERRUQUERIA
Trv. de les Corts, 313 - T. 93 410 94 76
ARTS ESTILISTES
C/ Deu i Mata , 62 - T. 93 444 76 51
BARBARA BALADA PELUQUERÍA
C/ Riera Blanca, 13 - T. 676 659 030
BRH PERRUQUERS
C/ Vallespir, 134 - T. 688 20 70 24
CARACTER
C/ Deu i Mata,104-110 - T. 93 405 37 46
CEBADO
C/ Joan Güell, 163 - T. 93 490 71 24
CENTRE ESTÉTICA EVA LUQUE
C/ Vallespir, 135 - T. 93 491 11 19
DANIELA STYLE
C/ Nicaragua, 32 - T. 93 405 36 92
DIANA GUILL
Av. Madrid, 169 - T. 93 411 01 00
FIORE TERAPIAS NATURALES
C/ Galileu,310-314·Ent. 4ª - T. 93 322 48 45
FLOR CASALDERREY PARRUCCHIERI
C/ Deu i Mata,118-120 - T. 93 419 14 66
HAIR STOR
Trv. les Corts, 238 - T. 93 533 16 14
IMAGH
C/ Vallespir, 188 - T. 93 339 86 60
LA BOHEME
C/ Taquígraf Martí,19-23 - T. 93 419 97 15

Estètica i Bellesa

PERRUQUERIA I ESTÈTICA REYES
C/ Galileu, 286 - T. 93 490 86 95
PILAR AGÜERO RAMIRO
C/ Europa,12 ·ent 4ª T. 678 435 434
SEVEN SECRETS
Av. Madrid, 135 - T. 93 135 05 14

BRH
BARCELONA ROYAL HAIRSTYLISTS
EDUARDO COMPANY
C/ Vallespir, 134 - T. 93 218 28 85

Estètica i Bellesa

SUMNATUR
C/ Taquígraf Garriga, 91 · bxs. 10 - T. 685 35 87 29
168 ELITE
C/ Lluçà, 34 - T. 93 491 23 45
VANITY CENTER
C/ Europa, 22 - T. 93 419 58 11
VIRGINIA ESTILISTES
C/ Josep Tarradellas, 115 - T. 93 321 83 64

Esports

BICI MAGIC
C/ Can Bruixa, 21 - T. 93 330 16 68
C.E. LAIETÀ
C/ Pintor Ribalta, 2-8 - T. 93 448 63 50
EQUIP RAIDERS
C/ Joan Güell, 117 - T. 93 430 88 03
METROPOLITAN GIMNAS
c/ Galileo, 186 - T. 93 330 38 10
MOCRI CLUB ESPORTIU
C/ Morales, 46 - T. 93 321 36 24
TREKWEAR SPORTS
C/ Gelabert, 28 - T. 693 548 961
PHYSICALMIND
C/ Caballero, 12-14 - T. 93 411 26 20

Forns, Pastisseries i Dolços

BABY DOLÇ
Trv. les Corts, 161- loc. 5 - T. 667 95 47 52
CAL FORNER
C/ Joan Güell, 125 - T. 93 339 21 58
ORIOL BALAGUER
Trv. les Corts, 340 - T. 93 363 22 98
PASTISSERIA BOAGES
Pl. Concordia, 10 - T. 93 439 36 34
PASTISSERIA JAUME
C/ Joan Güell, 135 - T. 93 339 06 96
PASTISSERIA MARCILLAS
C/ Riera Blanca, 21 - T. 93 440 51 13

Immobiliàries

EL CLUB DEL PROPIETARI
C/ Can Bruixa, 4 - T. 93 411 18 99
FINCAS GERBOLÉS
C/ Regent Mendieta, 2 · T6 - T. 93 440 31 75
FINQUES UNE
C/ Sants, 384 - T. 93 449 06 28
TECNOCASA
C/ Joan Güell, 188 · local 1 - T. 93 749 96 30

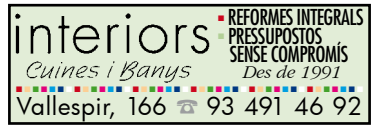
Informàtica, Imatge i Sò

BCN FOTOS
C/ Europa, 16 - T. 93 676 37 01
C-SYSTEM
C/ Regente Mendieta, 12 - T. 93 440 05 74
LOCUTORIO ALYAN
C/ Regent Mendieta, 8 - T. 93 448 60 33
LOCUTORI CAN BRUIXA
C/ Can Bruixa, 24 - T. 93 676 13 30
NOUTRADING S.L.
C/ Vallespir, 168 - T. 93 490 47 18
TELE&CO
C/ Vallepir, 180 · Tda. 1 - T. 93 491 50 78

Joieries

JOIERIA UNS
C/ Constança, 12 - T. 93 419 44 02

Llar



BAZAR GAO LI
c/ Joan Guell, 149 - T. 93 411 01 19
ECOBEL-LA PROD. ECOLOGICS
C/ Berlin, 80 - T. 93 412 79 00
EL CAU
C/ Taquígraf Garriga, 69 - T. 619 13 26 65
ELECTRICA CASALS
C/ Joan Güell, 111 - T. 93 339 84 23
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
ESTEVE CERRAJEROS S.C.P.
C/ Galileu, 271 - T. 93 490 52 43
FERRETERIA VALLS
C/ Vallespir, 117-119 - T. 93 490 60 90
INTERIORS CUINES I BANYS
C/ Vallespir, 166 - T. 93 491 46 92
M. ELÈCTRIC MESTRES
C/ Vallespir. 114 - T. 93 490 62 46
MÉNDEZ C. B.
C/ Regente Mendieta, 12 – T. 93 449 31 85
METALISTERIA SANCHÉZ
C/ Galileu, 275 - T. 93 490 15 26
MERÍ
C/ Vallespir, 171 - T. 93 676 22 26
MOBLESA LLAR
Av. Josep Tarradellas, 111 - T. 93 405 15 17

MOBLES ARENOS
C/ Vallespir, 138 - T. 93 490 56 74
PEDRO TELLO LAMPISTERIA
C/ Galileu, 278 - T. 93 490 96 08
RAPID 2
C/ Riera Blanca, 15-17 – T. 93 449 25 36
ROMESTIL MUEBLES
C/ Regente Mendieta, 22 – T. 93 440 82 49
SEIFEC
C/ Vallespir, 166 - T. 93 490 67 30
SPAI DESCANS
C/ Taquí graf Martí, 20 - T. 93 411 05 21
TINTORERIA GELABERT
C/ Gelabert, 34 - T. 93 321 25 17
TINTORIERIA LA RECORD
Trv. de les Corts, 282 - T. 93 430 90 44
TINTONRERÍA SOLANES
C/ Riera Blanca, 9 - T. 93 440 10 44
VIDRES PONS GUERRI
C/ Contes de Belloch - T. 93 490 67 08

Mascotes i Plantes

CAP I CUA
Av. Madrid, 96 - T. 93 339 54 75
CLINICA VETERINARIA CARLES III
Gran Via Carles III, 63 - T. 93 491 23 88
EL CLUB DELS TETES
C/ Vallespir, 189 - T. 93 163 21 84
EL MEU AMIC
C/ Galileu, 342 - T. 93 419 32 89
LA PLAÇA
Pl. Concordia, 10-11 - T. 93 410 24 29
STYLEGOS
C/ Taquígraf Garriga, 78 - T. 93 405 32 54

Moda i Complements

ART TRIS TRAS
C/ Europa, 20 - T. 93 419 29 12
BOUTIQUE LA PERA
C/ Galileu, 294 - T. 93 490 35 59
CALÇATS SANCHEZ
C/ Berlin, 105 - T. 93 430 10 38
CALÇATS VAIVEN
C/ Berlin, 78 - T. 93 321 89 83
CAMISETAS&CO
C/ Deu i Mata, 62 - T. 93 539 63 86
D'ARA
C/ Galileu, 302 - T. 93 401 10 21
DEKASTA
C/ Joan Güell, 139 - T. 93 330 36 80
DONNA
C/ Can Bruixa, 24 - T. 93 490 74 11
DRIP DRAP
Trv. de les Corts, 346 - T. 93 187 65 58
ENTORN
C/ Joan Güell, 131-133 - T. 93 490 07 03
GRACIA
C/ Vallespir, 117 - T. 93 339 63 39
JAIVA ESPARDENYERIA
C/ Sants, 439 – T. 93 449 81 42

Moda i Complements

tot laboral
ROBA I COMPLEMENTS PER AL TREBALL
Carrer Riera Blanca, 19-21
Tel. 93 440 50 06
info@totlaboral.com · www.totlaboral.com

LA DOLÇA
C/ Cabestany, 24·Tda. 5 - T. 609 26 22 67
OLGA MODA INTIMA
C/ Juan Güell,181 - T. 93 330 75 57
PASS-4
C/ Joan Guell, 135 - T. 93 339 02 96
HH VESTUARIO LABORAL Y PROFESIONAL
C/ Riera Blanca, 19-21 – T. 93 440 50 06

Motor

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

Moto Piscis
C/ VALLESPIR, 189 - 191
T. 93 411 85 17

Oci

ADMINISTRACIÓ DE LOTERÍA NÚM. 234
C/ Berlin, 99 - T. 93 439 29 00
ADMINISTRACIÓN DE LOTERÍA NÚM. 224
Carretera de Collblanc, 88 - T. 93 448 13 15
ADMINISTRACIÓN N. 19
Trav. de les Corts, 34 – T. 93 333 62 84
CRUCEMUNDO CREUERS
Trv. de les Corts, 348 - T. 663 090 652
DAMAS TOURS
C/ Vallespir, 169 - T. 93 490 68 00
ESTANC Nº 366
C/ Bordeus, 12 - T. 93 321 30 33
ESTANC Nº 367
C/ Deu i Mata, 54 - T. 93 430 13 51
ESTANC EXPENDEDURIA 31
C/ Regent Mendieta, 2-4 - T. 93 449 51 70
EXPENDEDURIA Nº 263
C/ Arizala, 27 – T. 93 440 41 32
GATZANA
C/ Joan Güell, 200-A - T. 93 439 06 43
GAMES I MÉS
C/ Joan Güell, 226 - T. 93 410 23 12
JOCLAND
C/ Morales, 44 - T. 93 430 14 42
KIOSKO CRISTOBAL
C/ Sants, Fte. 358
KIOSCO GERBOLES
C/ Riera Blanca, 8
KRONOS VIATGES
C/ Loreto, 10 - T. 93 371 20 98
LA VIDA EN 16:9 VIDEOCLUB
C/ Galileu, 252 - T. 93 187 20 30
ORION.ES
Trv. les Corts, 23 - T. 93 363 06 60
RAYO DE FUERZA
C/ Vallespir, 114 - T. 93 490 08 90
TARANNA
C/ Vallespir, 174 - T. 93 411 83 73

Papers i llibres

DRAÇ DE FERRO
C/ Berlin, 86 - T. 93 430 83 98

Petits

BEBESITOS
C/ Vallespir, 197 - T. 93 105 26 49
EL PALAUET
C/ Can Bruixa, 33·local 7 - T. 93 116 84 04
JOGUINES PATRICIA
C/ Joan Güell, 131 - T. 93 409 02 42
MIMEM
C/ Taquígra Garriga, 70 - T. 93 419 78 72

Restaurants, Bars i Hotels

BOCA LOKA
Cupcakes Pasteles Creativos
Europa, 24 · Tel. 93 667 06 34
wwww.bocaloka.es

BAR CAN BRUIXA
C/ Joan Güell, 168 - T. 658 97 44 26
BAR PETIT GALILEU
C/ Galileu, 294-296 - T. 93 490 14 59
BOCALOKA
c/ Europa, 24 - T. 93 667 06 34
CARIBEAN COFFEE CENTER
C/ Vallespir, 161 - T. 603 19 80 91
EL CAFÉ DE LA MARQUESA
C/Regent Mendieta, 7-9 – T. 93 440 90 09
EL JARDÍ DE LES DELÍCIES
C/Deu i Mata, 40·local 2 – T. 93 188 13 23
EL REBOST DE VALLESPIR
C/ Vallespir, 123 - T. 93 411 02 82
FIORE BAR
Trv. les Corts, 352 - T. 93 419 71 96
HOTEL ATENEA-RESTAURANT
C/ Joan Güell, 207-211 - T. 93 490 66 40
ICHO RESTAURANT JAPONES
C/ Deu i Mata, 69 - T. 93 439 41 88
INFUSSION
C/ Deu i Mata, 10 - T. 652 36 25 83
LA LLIMONA RESTAURANT
C/ Constança, 6 - T. 93 430 35 62
LIZARRAN
C/ Can Bruixa, 6-8 - T. 93 411 04 51
REBUJITO DE MORAN
C/ Rita Bonat, 3 - T. 93 430 10 45
RESTAURANT-BAR CIURANA
C/ Can Bruixa, 41-45 - T. 93 339 53 96
RESTAURANTE SANABA
C/ Galileu, 261 - T. 93 491 28 13
RESTAURANT VEGETARIÀ LA RIERA
C/ Regent Mendieta, 15 - T. 650 429 440
TASTOO
C/ Joan Güell, 169 - T. 93 411 04 51
THE BLACK LION
C/ Evarist Arnús, 70 - T. 93 490 33 84

ciurana
BAR-RESTAURANT
C/ Can Bruixa, 41 · T. 93 339 53 96
www.grupoelreloj.com

Salut

ARMAND ÒPTICS
Av. Madrid, 161/Pl. Centre, 13 - T. 93 339 20 11
ALSSA MEDICAL ORTOPEDIA
C/ Taquígraf Garriga, 121 - T. 93 430 90 36
ASFA 21 SERVICIOS SOCIALES
C/ Galileu, 270 · Tda. 2 - T. 93 490 55 90
CLÍNICA OCLUSDENT
Passatge de Xile, 11
CLÍNICA ORIS
C/ Joan Güell, 108 - T. 93 409 06 47
DIET CENTER
C/ Joan Güell, 170-172 - T. 93 490 87 02
FARMACIA FAURA
Av. Madrid, 222 - T. 93 339 63 32

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

FARMÀCIA M.BORONAT
C/ Vallespir, 190 - T. 93 490 47 17
FARMÀCIA M.COLLADO
C/ Joan Güell,174 - T. 93 490 45 75
FARMÀCIA MORÉ
C/ Galileu, 250 - T. 93 490 43 95
FARMÀCIA ROSA MARIA VIVES
C/ Riera Blanca, 11 - T. 93 449 80 14
ISFARMA
C/ Galileu, 23-63 · local 2 - T. 93 490 30 50
ISMAR DENTAL
C/ Josep Tarradellas, 97 - T. 93 444 91 90
KRISTALL OPTICA
Trv. les Corts, 307 - T. 93 439 83 07
MUTUA GENERAL DE SEGUROS
C/ Galileu, 152 - T. 93 411 09 90
OPTIGLASS
C/ Joan Güell, 183 - T. 93 330 62 68
PINA CLÍNICA DENTAL
Trav. de les Corts, 82 bajos - T. 93 330 17 24
PODOTECKNIA
C/ Galileo,176 - t. 93 411 92 45
RIOS DE BIENESTAR
C/ Caballero, 12-14·loc. 1 - T. 93 411 26 20
SERVIMEDIC
C/ Galileu, 300 - T. 93 490 62 33
TERAPIES NATURALS
C/ Caballero,12-loc. 1 - T. 93 411 26 20

Segona mà

cashconverters
FLORIDABLANCA
Compramos lo que no utilizas,
vendemos lo que no te imaginas
C/. Floridablanca, 145 · T. 93 423 99 00

Serveis

BCN RECICLA
C/ Joan Güell, 192. - T. 93 322 17 93
DIRECT PLATE
C/ Rosés, 37 bxs. - T. 93 330 89 14
EMBAGRAP
C/ Galileu, 286 - T. 93 490 96 37
ESTACIÓ DE SERVERI GALILEU S.L
C/ Galileu, 210 - T. 93 490 44 79
EUROCOURIER
C/ Burdeus, 22 - T. 93 405 16 47
GLOBUS NETWORK CENTER
C/ Constança, 5 - T. 93 494 88 44
I MES I MES
C/ Joan Güell, 142 - T. 93 531 80 11
TRASTEROS BARCINO
C/ Loreto, 8 - T. 93 321 16 87
STOP PLANCHA
C/ Josep Tarradellas, 37 - T. 93 494 10 00

DEJO DINERO
* Para lo que quiera
* Sin gastos previos
* Información sin compromiso
* Seriedad y discreción
* Sólo con escritura
Tel. 654 182 452

El barri projectarà un monument a l'antiga presó de dones

El Districte ha obert un procés de participació ciutadana entorn al projecte de creació d'un monument dedicat a les dones empresonades a les Corts durant el franquisme. Fins l'any 1955, a la plaça Maria Cristina, on ara hi ha el magatzem d'El Corte Inglés, hi va haver una presó de dones. Aquesta institució ja desapareguda va albergar milers de dones i onze preses van morir afusellades en als anys més cruents de la postguerra. L'origen del ja desaparegut edifici penitenciari es remunta al segle XVIII, quan la família Duran el va manar construir. Al 1886, el van comprar unes religioses dominiques i el van destinar a asil de jovenetes i nenes orfes. Fins que durant la guerra civil va ser confiscat pel Comitè de Presons de la Generalitat de Catalunya i transformat en Correccional General de Dones. Els cortsencs han volgut retre homenatge a totes aquelles dones amb la construcció d'un monument. La primera reunió de treball va tenir lloc el passat novembre però encara queden moltes per venir i tots els veïns estan convidats a participar-hi.

El Taller Ocupacional Ariadna elabora un avet amb paper reciclat

La seu del districte ha acollit, durant aquestes festes, un avet nadalenc molt especial elaborat amb paper reciclat pels usuaris i usuàries del Taller Ocupacional Ariadna. Situat al carrer Felipe de Paz, aquest taller ocupacional està especialitzat en el tractament de persones amb discapacitat intel•lectual i desenvolupa tot un programa d'activitats amb l'objectiu de millorar la qualitat de vida d'aquestes persones i també de les seves famílies. Els barris de les Corts tenen una vocació innata per la inclusió i desenvolupant projectes de treball com aquest arbre inclusiu. Amb aquest projecte l'arbre de nadal pren connotacions de sostenibilitat i de solidaritat amb una iniciativa visual que no deixa indiferent.

Finalitza la segona fase de la pacificació del carrer Déu i Mata

La reurbanització del carrer Déu i Mata ha enfilat la segona fase del projecte i està a punt de finalitzar. Les obres han afectat al tram del carrer comprès entre avinguda de Sarrià i el carrer Entença i també al tram del passatge de les Cinc Torres, entre el carrer Déu i Mata i el carrer Taquígraf Garriga, a tocar de l'avinguda Diagonal. Amb aquesta actuació es pretén convertir aquest carrer central per a la vida ciutadana del districte en un vial pacificat al trànsit amb una nova secció de plataforma única amb prioritat per als vianants. Aquesta actuació forma part d'un paquet de 20 projectes de regeneració urbana i millora de l'espai públic i dels equipaments del barri que el Districte va posar en marxa a finals d'any. Aquestes obres de millora s'emmarquen dins del Pla de Manteniment i de Racons del Districte de les Corts, en marxa des de l'inici de mandat.

SESIONES FOTOGRAFICAS
BOOKS PARA CASTINGS, FOTOS SESION DE FAMILIA, FOTOS PARA NAVIDAD
FOTOS DE GRUPO, FOTOS PARA PERFIL, FOTOS PARA PÓSTER
FOTOS PARA RECIEN NACIDOS, FOTOS DE PAREJA

presupuestos personalizados
636191641

NO DEJES DE VISITAR NUESTRA WEB
www.elisabethserraStudio.com

Eso que llaman meditación

A menudo nos hacen creer que meditar es algo complejo, que requiere de técnicas específicas, de una postura corporal determinada, de un lugar especial e incluso de una cuota mensual. Meditar es algo verdaderamente simple que no depende de nada externo a uno. Tampoco requiere de paisajes o momentos determinados.

Se trata de un modo determinado de "estar" y de "mirar". Se trata de observarme dentro de mi propio cuerpo y esto puedo hacerlo en cualquier lugar y momento del día. Siento mi cabeza, mis brazos, mis manos, mi pecho, mis piernas, mi espalda…. Siento mi cuerpo por dentro, siento el latido de mi corazón, mi pecho que se expande y luego baja acompañando la respiración, siento mi columna vertebral recorriendo mi espalda.

¿Y quién siente, quien observa todo esto? ¿Acaso mis ojos? Mis ojos ven lo que hay fuera de mí pero ¿quién registra todas las sensaciones internas de mi propio cuerpo? Me llegan datos a través de él, sensaciones internas y también información del mundo externo a través de la percepción de mis sentidos corporales tales como la vista, el tacto, el olfato y el oído.

Cuando siento mi cuerpo desde dentro y me doy cuenta de que tengo unos ojos a través de los cuales miro, y me doy cuenta de que tengo unas manos a través de las cuales agarro los objetos, unos oídos a través de las cuales me llegan sonidos y una piel a través de la cual siento la temperatura exterior; es entonces que me des-identifico de mi cuerpo. Me digo que yo no soy este cuerpo. Puedo observarlo y sentirlo; mas mi cuerpo no soy yo, mi cuerpo es mi vehículo, el instrumento a través del cual me relaciono con el mundo.

Este ejercicio tan sencillo puedo hacerlo mientras friego los platos y observo las manos y sus movimientos tan precisos, bajo el agua del grifo. Sentada ante el televisor, puedo darme cuenta de que tengo unos ojos que miran las imágenes que aparecen en la pantalla.

A mi alrededor puede haber silencio o no. De todos modos puedo sencillamente observar desde dentro mío lo que pasa en mí y fuera de mí; y puedo observar desde detrás de mis ojos lo que ven mis ojos. Incluso puedo observar que es lo que estoy pensando en ese momento. Puedo darme cuenta de que estoy pensando que se me hace tarde, o repasando una conversación que tuve ayer. También puedo darme cuenta de que ese chico que camina delante mío lleva un jersey rojo igual que el que

le regalé a mi padre. Y empezar a recordar momentos entrañables de mi niñez con él…. Me doy cuenta de que el color rojo que justo me pasó delante, ha hecho que la emoción y las lágrimas vengan a mí… Me doy cuenta de las operaciones que hace mi mente.

Ese modo de estar dentro del cuerpo y observar desde dentro de él, es a lo que llamamos Meditación.

Encontrarse con el Observador que hay en mí es como encontrarme con alguien afectuoso y cálido. Alguien que no te juzga y te comprende. Un verdadero amigo con el que uno desearía verse más veces. Los encuentros con este amigo son siempre momentos de calma, de serenidad; a veces de alegría, y siempre de gran fortaleza interna porque este compañero siempre está ahí, esperando nuestro encuentro. Porque uno sabe que no está solo, que jamás estará solo, que siempre puede contar con él.

Y si en algún momento dejamos de encontrarnos con este amigo tan especial, sin duda no es por su causa. De todos modos, uno va practicando el camino de regreso, que no es otro que volver al cuerpo y sentirse y sentarse dentro de él.

Antonia Utrera

DEJO DINERO

* Para lo que quiera
* Sin gastos previos
* Información sin compromiso
* Seriedad y discreción
* Sólo con escritura

Tel. 654 182 452

Barri de
Sagrada Família

Barri de Sagrada Família

Forn de pa
Pastisseria i
Desgustació

Gran varietat de pans artesans, pastisseria tradicional i moderna

paníssim

C/ Padilla, 240 - 93.436.48.75 - 08013 BCN / www.panissim.com

Cinema

"The Tenembaums"

Una família peculiar en què cada un dels membres viu en un univers particular. Encantadors i anòmals, ens mostren les estranyes relacions que mantenen amb el seu entorn, que donen pas a un seguit de situacions divertides i surrealistes. La pel·lícula es projectarà el dilluns 13 de gener, a les 20.00 hores, activitat gratuïta al centre cívic Sagrada Família (Provença,480).

Conferències i debats

Cicle de filosofia

Els paranys de la raó a la societat contemporània. Consciència i inconsciència a l'individu: entre Descartes, Schopenhauer i Lacan. D'ençà que la hiperracionalitat i el desenvolupament del coneixement en les societats modernes no aporten un major grau de sensatesa al món, sinó més aviat semblen prodigar l'absurd arreu, cal posar la racionalitat a examen. Aquest cicle de filosofia proposa diverses conferències i debats sobre societat, coneixement, economia, art, pensament, història, etc.- per tal d'entendre si la nostra cultura està en crisi o la crisi és essencial a la nostra cultura. Serà dilluns 20 de gener a les 19 hores, a la sala d'actes de la biblioteca Sagrada Família (Provença,480), activitat gratuït.

Poesies i parules

El Minotaure i Teseu

El viatge del Minotaure i Teseu, interpretat per Dídac Rocher. Un espectacle intens, on les paraules d'Espriu, mots de mort i desolació, transmeten un fort sentiment vitalista a través de la veu profunda i tranquil·litzant de Dídac Rocher. El dijous 16 de gener a les 20 hores, al centre cívic Sagrada Família (Provença,480). Activitat gratuïta.

Exposscio

FotoAves

L'exposició FotoAves presenta les 30 millors instantànies del concurs de fotografia d'ocells i natura que el 2011 SEO/BirdLife va dedicar als boscos i que va comptar amb fotògrafs de tot el món. Aquestes fotografies que ens obren les portes del bosc, i us convidem a entrar en aquest món a través seu i descobrir-ne els moments i les espècies que ens hi viuen. Podreu descobrir paisatges, mirades i instants des del punt de vista del fotògraf i que podreu veure d'espècies sovint esquives i difícils d'observar. L'exposició romandrà oberta del 9 al 28 de gener, a la sala d'exposicions Àlex García de la biblioteca Sagrada Família (Provença,480).

Infantil

"Cuentos musicales de invierno y de la selva"

Contes cantats amb instruments musicals com ara la guitarra, el "guitalele" i la percussió. Fins i tot amb instruments reciclats!. Per a infants de 2 a 4 anys, acompanyats d'una persona adulta. Dimecres 8 de gener a les 17.30 hores, activitat gratuïta, al centre cívic Sagrada Família (Provença,480).

"Bona nit i tapa't"

Primeres passes llança una proposta que treballa la música, el moviment i tots els sentits per poder viure un moment entranyable amb l'infant. Un nou projecte que vol familiaritzar els nadons amb el món del llibre des del primer any de vida. Divendres 24 de gener a les 11 hores, a l'àrea per a infants i famílies de la biblioteca Sagrada Família (Provença,480).

"A Babel amb patinet"

La biblioteca Sagrada Família (Provença,480) obre l'any dedicant als més petits amb sac de rondalles "A Babel amb patinet". Serà el dimarts 21 de gener a les 18 hores a l'àrea per a infants i famílies. A partir de 3 anys.

Teatre

"Iaia"

Iaia és la història real d'una dona que als 95 anys ens explica la seva vida a través de la seva néta, l'actriu Alba Valldaura. Les dues dones fan servir diferents llenguatges: documents d'arxiu, cançons d'època, així com teatre gestual. Dijous 23 de gener a les 20 hores, a la biblioteca Sagrada Família (Provença,480). Activitat gratuïta.

Xerrada

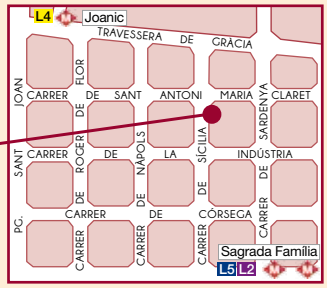
Punt d'informació al voluntariat

Presentació del nou servei d'informació i assessorament sobre voluntariat al barri Sagrada Família. Servei adreçat a les persones interessades a realitzar voluntariat i a les entitats i serveis del territori que precisin de voluntaris/es. Serà el dimarts 28 de gener a les 19 hores a la sala d'actes del centre cívic Sagrada Família (Provença,480).

RESTAURANTE BAR TÍVOLI

- **Menú diario variado y equilibrado, con productos de calidad.**
- **Salón privado con capacidad hasta 100 comensales.**

- Comidas y cenas de familia, amigos o empresa.
- Celebraciones.
- Servimos desayunos, almuerzos, meriendas, …
- Precios especiales para grupos.



Abierto todos los días

Sicília, 394 (esquina c/. Sant Antoni Maria Claret) ☎ **93 476 35 51**

OFERTES GENER'14

OFERTA

LONA PUBLICITÀRIA

200 x 100 cm

disseny inclòs

80€+iva

OFERTA

FLYERS A6

1000 unitats
10 x 15 cm

disseny inclòs

95€+iva

OFERTA

TARGETES COMERCIALS

1000 unitats

disseny inclòs

80€+iva

OFERTA

TRIPTICS TOT COLOR

1000 unitats
paper estucat brillant de 135 gr.

disseny inclòs

280€+iva

Més informació ☎ 93 010 16 73

Indústria, 137-141, entl., 1a, esc. esq. • Barcelona • publicitat@acelobert.com

El Centre Cívic assessora sobre les joguines

Hi ha joguines per nenes? I joguines per nens? O totes les joguines són per a tothom? El Centre Cívic de la Sagrada Família ofereix un taller per a famílies sobre els valors i la influència de la publicitat en la tria de les joguines. La primera sessió es va celebrar el passat 13 de desembre, de manera prèvia a la campanya de Nadal però el proper 17 de gener se celebrarà la segona, per aquells que s'hagin quedat amb les ganes d'assistir-hi. En aquest espai de tertúlia s'analitzaran diferents anuncis publicitaris per veure com influeixen en els desigs de nenes i nens i en el de les famílies. Es debatrà sobre els valors que potencien unes i altres joguines, sobre les pors i prejudicis sexistes que tenim les persones adultes més que els infants, i en com educar en igualtat per prevenir la violència de gènere en un futur.

Millores de pavimentació als carrers Provença, Mallorca i Cartagena

Aquest desembre s'han dut a terme les obres de millora de la calçada dels carrers Provença i Mallorca (entre Dos de Maig i Castillejos, i ambdós carrers) i de Cartagena (entre Mallorca i Provença). El trànsit només es va veure afectat un parell de dies i després tot va tornar a la normalitat. De la mateixa manera, s'han pavimentat els escocells interiors d'algunes de les àrees de joc del passeig de Sant Joan. La durada total dels treballs ha estat d'una setmana per cada zona de joc i durant aquest temps van estar tancades al públic.

El nou mercat dels Encants rep 150.000 visitants setmanals

Un cop obertes les noves instal·lacions de l'avinguda Meridiana, el mercat dels Encants han passat de les 90.000 visites setmanals que tenia l'antic recinte a unes 150.000. El tipus de públic s'ha ampliat, expliquen els comerciants, amb la incorporació de famílies i gent jove que, i en la majoria dels casos, no utilitzen el regateig com era habitual fins ara en algunes parades del mercat. Per accedir al mercat, l'accés a peu més utilitzat pels visitants ha estat el de Glòries (amb 62.142 persones), seguit de Castillejos (44.436), Meridiana (31.200) i Casp (7.872). Per l'aparcament, la setmana del comptatge, hi van accedir 5.016 persones.

• Regals promocionals d'empresa
• Impressió i Disseny Gràfic
• Logotips, targetes i fullets
• Edició de revistes
• Webs
• Distribució (fullets, revistes, etc.)
• Vídeos promocionals i d'empresa
• Fotografia
• Xarxes socials (Facebook i Twitter)

AcelObert Comunicació

destaca el que vols

20 anys d'experiència

Indústria, 137-141, entl., 1a, esc. esq. | Tel. 93 010 16 73

Bars & Restaurants Sagrada Família

Bierfest
PUB CERVESERIA
Cerveses d'importació · Copes · Còctels
Av. Gaudí, 81 · T. 93 348 01 57
www.bierfest.es

yogufruta
El mejor Frozen Yogurt
Además de nuestro Frozen Yogurt, podrás probar nuestras Crepe s y Gofres
Av. Gaudí, 27-29 · www.yogufruta.com
Facebook: yogufrutabcn · Zona wifi

RESTAURANT
ELS PORXOS
Especialidad en arroces marineros
Mallorca, 410 ✆ 93 231 99 90
www.restaurantelsporxos.com

ingredients:cafè
cultura de café
Còrsega, 562 · T. 93 667 13 93
TENEMOS MENÚ AL MEDIO DÍA

Andino
RESTAURANTE
Cocina Peruana
Pollos y Parrilladas a la Brasa
C/ Còrsega, 589 · T. 934 551 728

FIRO tast
RESTAURANT
BOMBONERIA CHOCOFIRO
Av. Gaudí, 81-83
T. 93 450 74 54

trinis
restaurant
Cuina mediterrània • Gelats artesanals • Tapes
Av. Gaudí, 8 ☎ 93 433 09 08

Xamfrà Gaudí
• Cuina tradicional catalana
• Tapes • Torrades
• Aperitius
• Cuina permanent
C/ València, 443 ✆ 93 232 59 07
www.xamfragaudi.com

ARROSSOS · PEIX I MARISC FRESC
gamba de la costa
RESTAURANT
C/Còrsega 479 · Tel. 93 457 77 93
www.gambadelacosta.cat
de la barca al plat

GRANJA-GELATERIA
LA FORMIGA
CREPS • GOFRES
Mallorca, 452 ☎ 616 595 986

RESTAURANT
Fidalga
Marina, 290
Tel. 932 42 78 92
www.fidalgabarcelona.es

RESTAURANT
SARMENT
Carnes a la brasa
C/ Còrsega, 596-598
T. 935 312 016

EL NILO
RESTAURANT
Comida Egipcia · Delicias de Oriente
C/ Dos de Maig, 241 · T. 93 246 39 17

olé mallorca
cafès, tapes i vins
Festes privades · Servei de Catering
Mallorca, 436 bis · T. 93 245 10 46

El Pórtico
RESTAURANTE
El Pórtico
Cocina Catalana-Gallega
Pulpo a la Gallega-Carnes de Galicia
C/ Grassot, 15 · T. 93 207 21 03
(Entre Roger de Flor y Nápoles)

Max Senyor
RESTAURANT
Cuina mediterrània
Av. Gaudí, 52 · T. 936 675 382

abarrotes
doña cuca
tu tiendita pal antojo mexicano
abarrotesdonacuca@yahoo.es • tel. 930 076 762
Passatge de Font 4 Sagrada Familia

LA TAQUERIA
Auténtica gastronomía callejera mexicana
Reservas: 931 261 359
Passatge de Font 5 Sagrada Família

Jijonenca
CAFETERIA - GELATERIA - ORXATERIA
Creps - Goofres - Entrepants
Av. Gaudí, 32 - T. 93 456 41 45

RESTAURANTE
BAR TÍVOLI
Abierto todos los días
Sicília, 394 (esquina c/. Sant Antoni Maria Claret) ☎ 93 476 35 51

LA CERVESERIA
ROCK'N'ROLL CLANDESTINA VERMOUTH&BEER
Especialistes en cerveses artesanes i d'importació, un gran assortiment de molt bones hamburgueses
C/ de Còrsega nº 611 · T/ 93 530 72 77

Guia de comerços i serveis Sagrada Família

Alimentació

CARNISSERIA DE CAVALL
MANOLI
ANTIGA CARNISSERIA DE CAVALL ENRIC
Des de 1940
Rosselló, 433 (cantonada C/. Marina)
93 436 49 87 - 680 532 271

CAL MARTI FRUITES
C/ Lepant 344 - T. 93 347 55 50
CANSALADERIA JOSEP ROS
C/ Castillejos, 314 - T. 93 348 19 75
CARREFOUR EXPRESS
C/ Marina, 265
DOMENECH XARCUTERIA
Av. Gaudí, 52 bis - T. 93 435 74 53
FRUITAS I VERDURES TERE
C/ Cartagena, 302 - T. 93 455 08 55
LA SIRENA
C/ Castillejos, 283 – T. 93 436 19 87
PAPRIKA GOURMET
C/ Lepant, 311- T. 93 433 57 09
POLLERIA J. ESCALA
C/ Lepanto, 321- T. 93 455 31 03

BUFET DE CUINA CASOLANA
iaia Sisca
XARCUTERIA - CATERING
POLLASTRES A L'AST
C/. Padilla, 305
Per encàrrecs: 93 450 31 96

Assessories i Assegurances

MG MENFIS GRUP
GABINET JURIDIC FISCAL-LABORAL GESTORIA
C/. Cartagena, 261 bis
T. 934 354 506
www.menfisgrup.es

ACOSTA - ALONSO ASESORIA
C/ Padilla, 301 - T. 93 456 04 06
MAPFRE ASSEGURANÇES
C/ Castillejos, 318 - T. 93 436 48 64

Cursos i Formació

ESCOLA GREMIAL D'INSTAL.LADORS BCN
C/ Mallorca, 462 bis - T. 93 451 92 66

Entitats

AGRUP. EXCURSIONISTA "CATALUNYA"
C/ Padilla, 255-263 1a Pl. - T. 93 302 45 29
ARXIU MUNICIPAL DE DISTRICTE
C/ Aragó, 311 - T. 93 291 62 28
ASS. DE VEÏNS SAGRADA FAMÍLIA
C/ Valencia, 415 - bxs. 1 - T. 93 459 31 64
BIBLIOTECA SAGRADA FAMÍLIA
C/ Provença, 480 - T. 93 450 87 33
CAP PARE CLARET
C/ St. Ant. Mª Claret, 21-23 - T. 93 208 25 70
CAP SAGRADA FAMÍLIA
C/ Còrsega, 643 - T. 93 507 25 80
CENTRE CÍVIC SAGRADA FAMÍLIA
C/ Provença, 480 - T. 93 450 89 17
ESPAI GENT GRAN SAGRADA FAMÍLIA
C/ Mallorca, 425 - T. 93 256 28 31
ESPAI 210 (COORDINADORA D'ENTITATS)
C/ Padilla, 210 - T. 93 265 36 45
GUÀRDIA URBANA DE L'EIXAMPLE
C/ Nàpols, 42 - 62
MERCAT SAGRADA FAMÍLIA
C/ Padilla, 255 - T. 93 436 34 52
SERVEIS SOCIALS SAGRADA FAMÍLIA
C/ Mallorca, 425 - T. 93 256 28 28
PUNT D'INFORMACIÓ I ATENCIÓ A DONES
C/ Mallorca, 425 - T. 93 256 28 19

Esports

PIOLET SPORTS
C/ Mallorca, 451 - T. 93 456 32 56
SPORT DIR
C/ Castillejos, 388 - T. 93 347 66 44

Estètica i Bellesa

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

ANGEL PELUQUERIA
C/ Lepant, 334 - T. 93 455 31 10
CEBADO
C/ Padilla, 273 - T. 93 435 13 23
CLEMENTS
C/ Lepant, 325 - T. 93 456 78 14
CAROL'S
C/ Padilla, 220 - T. 93 245 10 01
DOS PERRUQUERS
S.A.Mª Claret, 238 - T. 93 435 72 46
EASY CUT
Av. Gaudí, 66 - T. 93 222 06 05
JEAN LOUIS DAVID
C/ Indústria, 142 - T. 93 436 52 44
MARANBELS
C/ Castillejos, 273 - T. 93 436 39 93
MERCHE FABREGAS
C/ Mallorca, 439 - T. 93 446 29 90
CARMEN Y MARIO
C/ S.A. Mª Claret, 180 - T. 93 435 16 18
PERFUMERIA GUILLEN
C/ Indústria, 168 - 170 T. 93 435 93 97

LEXA
DISTRIBUÏDOR PERRUQUERIA COSMÈTICA
INDUSTRIA, 80 - T. 93 457 73 05

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
www.carolsjacinto.com

FERNAND VERO
Av. Gaudí, 21 - T. 93 433 05 42
SAMPOL
C/ Castillejos, 347 - T. 93 456 90 43
TONI PERRUQUERIA
C/ Padilla, 254 - T. 93 450 86 19

Forns, Pastisseries i dolços

paníssim
Forn de pa
Pastisseria i
Degustació
Carrer Padilla, 240
☎ 93 436 48 75

CHOCOFIRO BOMBONERIA
Av. Gaudí, 81 - T. 93 435 78 91
FORN PA CAFETERIA PUIGGRÒS
Av. Gaudí, 39 - T. 93 436 23 04
GAUDÍ DOLÇOS
C/ Lepant, 312 - T. 93 456 84 46
LA BOULANGERIE
Rosselló, 414 - T. 93 348 01 90
MORA PASTISSERIA (LLISO LIS)
Av. Gaudí, 60 - T. 93 352 13 78
PANÍSSIM
C/ Padilla, 240 - T. 93 436 48 75
PASTISSERIA LEPANT
C/ Mallorca, 436 - T. 93 232 58 66
PASTISSERIA LLISÓ LIS
C/ Rosselló, 436 - T. 93 456 55 49
VIA DOLÇA
C/ Provença, 477

Immobiliàries

FINQUES LISA INMOBILIARIA
S.A.Mª Claret, 83 - T. 93 450 17 25

Informàtica, Imatge i Sò

INTY RAYMI COMUNICACIÓ, S.L.
TELEFONIA FIJA Y MÓVIL
ADSL - IMAGENIO
Reparación - Centralitas
T. 93 231 30 73
Lepanto, 276 (esq.Mallorca)
E-mail: inti@intiraymi.es

BEEP INFORMÀTICA
C/ Provença, 485 - T. 93 436 51 38
CAINFOR INFORMÀTICA
C/ Padilla, 322 - T. 93 456 91 53

Informàtica, Imatge i Sò

FOTO DIGITAL IRIS
Av. Gaudí, 75 - T. 93 456 03 28
JORDI FOTO'S
C/ Castillejos, 280-282 - T. 93 433 18 34
PC INSTANT
C/ Enamorats, 81 - T. 93 530 92 53
ROYAL FOTO
C/ Rosselló, 473 - T. 93 455 06 22

Joieries i Rellotgeries

FERRETERIA
PABLOS
cofac
Provença, 504 - Tel. 93 436 66 56

JOIERIA RIBERA
C/ Padilla, 258 Tda. 7 - T. 93 455 66 27
JOIERIA TORRENTS GIANNI
Av. Gaudí, 60 - T. 93 436 38 40
JOIERIA RELLOTGERIA SANT PAU
C/ Dos de Maig, 311 - T. 93 347 61 65
CONSTRUCCIONES FRAN Y WUIL
C/ Castillejos, 254 - T. 93 244 82 93
CRISTALERIAS PADILLA
C/ Padilla, 243 - T. 93 232 76 55
DAVELOR
C/ Padilla, 253 - T. 93 436 48 57
DETALLES
C/ Lepanto, 309
DONAIRE
C/ Indústria, 163 - T. 93 435 46 86
MOBLES EXPO MOBI
C/ València, 488 - T. 93 231 51 52
FERRETERIA GAUDÍ
Av. Gaudí, 79 - T. 93 436 64 13
FERRETERIA MANEL GINER
Av. Gaudí, 79 - T. 93 435 78 98
LA INOXIDABLE
C/ Provença, 449
MILAR
C/ València, 493-495 - T. 93 456 04 71
JUDITE ARTESANIA
C/ Rosselló, 458 Tda. 4 - T. 93 455 79 41
MÀXIM REGAL
C/ Rosselló, 495 - T. 93 436 44 07
REGINA
C/ Rosselló, 442 - T. 93 456 36 51
TOT TANCAT
C/ Indústria, 126 - T. 93 433 10 89

Mascotes i Plantes

ALOHA
C/ Padilla, 254 - T. 93 435 17 24
ACTIOMON AQUAROFILIA
S.A.Mª Claret, 242 - T.93 435 27 42
PELGUAY
S.A.Mª Claret, 65 - T. 93 456 53 49

Moda i Complements

CALÇATS GIMA
C/ Padilla, 275 - T. 93 435 34 02

Gaimu
SELECCIÓ HOME · DONA
Corsega, 593-595 - T. 934 561 410

CAMISERIA LYS
C/ Còrsega, 597 - T. 93 435 97 87
CATBAG
C/ Cartagena, 319 - T. 93 456 07 91
CRISTALL
C/ Còrsega, 585 - T. 681 05 87 81
CONFECCIONES ROSIS
C/ Indústria, 171 - T. 93 435 29 68
CONXITA CASADO
C/S.A. Mª Claret, 153-155 - T. 93 347 48 91
GAIMU MODA HOME
C/ Còrsega, 593-595 - T. 93 456 14 10
GAMBARO BOUTIQUE
Av. Gaudí, 72 - T. 93 531 24 73
GEIH MODA
C/ Castillejos, 338 - T. 93 347 93 20
JUDITE
C/ Rosselló, 458 Tda. - T. 93 455 79 41

SANT PAU
Joieria - Rellotgeria
Taller Propi
Dos de Maig, 311 · T. 93 347 61 65

LA LOLA
C/ Rosselló, 477 - T. 93 446 26 69
MEPAS
Av. Gaudí, 10 - T. 93 295 41 71
MERCÈ CASTAÑÉ
C/ Padilla, 254 - T. 667 986 808
MERCERIA ELENA
C/ Padilla, 262 - T. 93 436 38 53
MODES ROYMAS
St Antoni Mª Claret, 131 - T. 93 456 26 79
NOTTENS
S.A.Mª Claret, 222 - T. 93 436 33 31
NOU 9
C/ Padilla, 264 - T. 93 347 93 99
NOVETATS PADILLA
C/ Mallorca, 437 - T. 93 456 86 67
ONIX COMPLEMENTS
Av. Gaudí, 64 - T. 93 436 38 22
OPALO MINERALES
C/ Castillejos 343 - T. 93 368 32 99
PATS COMPLEMENTS
Av. Gaudí, 43 - T. 93 455 62 61
PER DINS LLENCERIA
C/ S.A. Mª Claret, 139 - T. 93 436 67 87
PUNT 7
C/ València, 494-498 - T. 93 244 03 98
RAFAEL CAMISERIA
C/ Indústria, 157 - T. 93 455 01 36
RIMINI CALÇATS
Av. Gaudí, 46 - T. 93 436 04 07
SABATERIES SORIANO
C/ Castillejos, 326 - T. 93 435 60 08
OH! LA, LA
Av. Gaudí, 37 - T.- 93 347 28 25
TEMPTATION
Av. Gaudí, 54 - T. 93 446 14 17
TORRE BIANCA
C/ Lepant, 296 - T. 93 446 02 28

Oci

Fresh Vape
CIGARRETS ELECTRÒNICS
Kit d'Inici des de 19'90€
Lepant,304 93 511 38 75 (Parking gratuït clients)

ADMON. DE LOTERIAS TRIO D'ORO
C/ Castillejos, 268 - T. 93 436 34 19
TABACS 306
C/ Castillejos, 288 - T. 93 435 99 26

• Regals promocionals d'empresa
• Impressió i Disseny Gràfic
• Logotips, targetes i fullets
• Edició de revistes
• Webs
• Distribució (fullets, revistes, etc.)
• Vídeos promocionals i d'empresa
• Fotografia
• Xarxes socials (Facebook i Twitter)

AcelObert Comunicació

destaca el que vols

20 anys d'experiència

Indústria, 137-141, entl., 1a, esc. esq. | Tel. 93 010 16 73

Oci

FOC I CENDRA
C/ Padilla, 250
ESTANC Nº 254
C/ S.A. Mª Claret, 206 - T. 93 436 50 07
EXPENDIDURIA, 36
Castillejos, 320 - T. 93 436 48 64
ADMINISTRACIÓ DE LOTERIES Nº 246
C/ Indústria 135 - T. 93 455 31 22
JUGAR X JUGAR JOCS
Av. Gaudí, 39 - T. 93 436 64 47
RACÓ TINTINAIRE
C/ Valencia, 412 - T. 93 485 02 17

Petits

EL XANET
Calçat infantil i juvenil
València, 554 · T. 636 60 67 11
(al costat metro "Encants")

CRISPETES
C/ Castillejos, 288 - T. 93 433 52 79
LA CANASTRETA
C/ Padilla, 284 - T. 93 446 17 32
PEUS PETITS
Av. Gaudi, 62 - T. 93 435 09 02
TAMARA
C/ Castillejos 339 - T. 93 435 94 79

Restaurants i Bars

Veure Bars i Restaurants a la pàg. 43

Jijonenca
CAFETERIA - GELATERIA - ORXATERIA
Creps - Goofres - Entrepants

Av. Gaudí, 32 - T. 93 456 41 45

ARA VINC BAR RESTAURANT
S.A.Mª Claret, 220 - T. 93 433 57 61
ARDÈVOL RESTAURANTE BAR
Av. Gaudí, 8 - T. 93 436 50 57
CENTRAL CATALANA DEL POLLASTRE
C/ Padilla, 323 - T. 93 436 00 10
FIDALGA RESTAURANT BAR
C/ Marina, 290 - T. 93 242 78 93
FIROTAST CAFETERIA-RESTAURANTE
Av. Gaudi, 83 - T. 93 450 74 54
INTERTAPA
Av. Gaudí, 11 - T. 93 435 43 83
LA JIJONENCA
Av. Gaudí, 32 - T. 93 456 41 45
LA LLESCA
Av. Gaudí, 12 - T. 93 455 31 30
MOZART GELATERIA
Av. Gaudí, 60 - T. 93 436 61 72
OLÉ MALLORCA
C/ Mallorca, 436 - T. 93 245 10 46
RESTAURANTE ALA TURCA
Av. Gaudí, 19 - T. 93 450 88 88
RESTAURANTE INTER TAPA
Av. Gaudí, 11 - T. 93 435 43 83
TOOTI
Av. Gaudí, 27 - T. 93 187 57 60

Salut

Podólogo
Desde 1957
Miguel Ángel Cuesta Alonso
DESCUENTOS CON LA TARJETA ROSA
Dos de Maig, 223 · 1er 2a (Edifici Encants Nous)
Tel. 93 245 48 29
Horario: de 16.30 a 19.30 h. de lunes a viernes

AMPLIFON
Av. Gaudí, 87 - T. 93 455 34 26

Centre Dietètic i Herbolari
▪ Herbes i espècies ▪ Productes ecològics
▪ Naturopatia ▪ Kinesiologia
▪ Flors de Bach ▪ Teràpia del color
▪ Reflexologia podal cromàtica
▪ Massatge cromàtic ▪ Reiki
▪ Estètica facial i corporal
Sardenya, 371 ☎ 93 458 75 37

ODONTHOS
C/ Indústria, 153 - T. 93 450 29 28

Edit Rodon Brunner
Educadora Social
Psicopedagogia social i escolar
PRIMERA VISITA GRATUÏTA
630 245 732 · 93 213 70 98
20 anys d'experiència

FARMÀCIA SERRA FORTUNY
C/ Provença, 506 - T. 93 436 66 88

OPTICALIA®
JUMIR
Avda. de Gaudí, 28 · T. 93 436 01 41
Guipúscoa, 94 · T. 93 314 30 20
València, 635 · T. 93 231 87 49
Fabra i Puig, 154 · T. 93 408 64 21
jumir@opticalia.es

Anunciïs's aquí... AcelObert BARCELONA barri a barri
T. 93 010 16 73
www.acelobert.com · publicitat@acelobert.com
...perquè els millors sempre destaquen

MAURICE MESSEGUE
C/ Còrsega, 567 - T. 93 456 12 20
OPTICALIA
Av. Gaudí, 28 - T. 93 436 01 41
ORTOPEDIA J. ALMIRALL
Av. Gaudí, 56 - T. 93 456 36 43

Segona mà

MER-K-2 des de 1997
2ª Oportunitat. Comprem i venem
Provença, 517-521
(cantonada Cartagena)
T. 93 450 86 27

MER-K-2
C/ Provença 517-521 - T. 93 450 86 27

cashconverters
FLORIDABLANCA
Compramos lo que no utilizas,
vendemos lo que no te imaginas
C/. Floridablanca, 145 · T. 93 423 99 00

Anunciïs's aquí... AcelObert BARCELONA barri a barri
T. 93 010 16 73 · publicitat@acelobert.com
www.acelobert.com
...perquè els millors sempre destaquen

Serveis

P PARKING RIUS
ABIERTO 24H
Se admiten coches a pupilaje
C/. Valencia, 480
(entre Padilla y Lepanto)
T. 93 245 21 33

OM SAI RAM
C/ Lepant, 292 local 5 - T. 93 436 39 70
COPISTERÍA RÉPLICA
C/ Rosselló, 458 bis - T. 93 435 50 14
BENZINERA SERVICIO ESTACIÓN
C/ València, 503 - T. 93 232 67 60
SPRINT COPY
C/ Còrsega, 546 - T. 93 446 39 00

ofyscom
▪ Domiciliació d'empreses
▪ Oficina virtual
▪ Despatxos equipats per hores, dies, mesos, etc.
▪ Sales de Juntes i/o Formació
▪ Gestió Integral de Pymes
C/ Industria, 137-141, entl. 1. Esq.
T. 934 463 210 / 902 197 422
info@ofyscom.es · www.ofyscom.es

La Biblioteca Sagrada Família recomana

Música

Núria Graham
First tracks
• Lizardqueen, 2013

Núria Graham, amb només 17 anys, s'ha convertit en una de les promeses indiscutibles de la música jove actual, i només amb una maqueta. A part de destacar per la seva singular i poderosa veu, és la compositora de les seves cançons i toca el piano i la guitarra. Les seves arrels, irlandeses i basques, també es deixen entreveure en els colors i ritmes de la seva música, que la diferencien del què sol sonar a les ràdios.

Cinema

Direcció: Ben Lewin
Las sesiones
• Twentieth Century Fox, 2013

Mark O'Brien és un poeta i periodista tetraplègic i amb un pulmó d'acer que, als 38 anys, decideix perdre la virginitat. Amb l'ajuda de la seva terapeuta i l'orientació del seu capellà, es posa en contacte amb una professional del sexe. Una pel·lícula que toca un tema controvertit, però que es tractat amb molta tendresa, sensibilitat i subtilesa, sense abandonar l'humor. Un film veraç i honest i amb molt bones actuacions.

Llibres

Margaret Fenwick
Eco chic: pequeños gestos para cuidar de ti y de tu planeta
• Martínez Roca, 2010

Si ets dels qui creu que les coses han de canviar però no saps molt bé com fer-ho, o vols estalviar una mica en el dia a dia, o vols saber quines repercussions tenen alguns dels productes que consumeixes a la llar, o et preocupa el què menges, aquest és el teu llibre. Hi trobaràs cent consells sobre ecologia, consum i estalvi, per aplicar-los cada dia, explicats de forma senzilla i entenedora. Qualsevol petit gest ens pot ajudar a viure una mica millor i a no malmetre tant el planeta.

Totes aquestes recomancions 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

Racó Poètic

Ara mateix

Miquel Martí i Pol

Ara mateix enfilo aquesta agulla
amb el fil d'un propòsit que no dic
i em poso a apedaçar. Cap dels prodigis
que anunciaven taumaturgs insignes
no s'ha complert, i els anys passen de pressa.

De res a poc, i sempre amb vent de cara,
quin llarg camí d'angoixa i de silencis.
I som on som; més val saber-ho i dir-ho
i assentar els peus en terra i proclamar-nos
hereus d'un temps de dubtes i renúncies
en què els sorolls ofeguen les paraules
i amb molts miralls mig estrafem la vida.

De res no ens val l'enyor o la complanta,
ni el toc de displicent malenconia
que ens posem per jersei o per corbata
quan sortim al carrer. Tenim a penes
el que tenim i prou: l'espai d'història
concreta que ens pertoca, i un minúscul
territori per viure-la.

Posem-nos dempeus altra vegada i
que se senti la veu de tots
solemnement i clara.
Cridem qui som i que tothom ho escolti.
I en acabat, que cadascú es vesteixi
com bonament li plagui, i via fora!,
que tot està per fer i tot és possible.

Puc posar música al meu negoci?

Mercedes Pérez
Directora Jurídica Menfis Grup

Maria Clotas
Advocada

NO, a no ser que estigui autoritzat per la SGAE, Societat General d'Autors i Editors, que és una entitat privada dedicada a la **defensa i gestió col·lectiva dels drets de propietat intel·lectual**, amb la missió de protegir i repartir la remuneració dels socis per l'ús de les seves obres (reproducció, distribució, comunicació pública, transformació i còpia privada).

*Qui regula aquest ens?

Tot i que la SGAE és una entitat privada, l'Estat, mitjançant la Llei de Propietat Intel·lectual, Reial Decret 1/1996, de 12 d'abril, per la qual es dóna la potestat de recaptació i repartiment dels dret dels autors que han cedit la seva representació a la SGAE.

Així doncs, és un ens regulat per la normativa estatal i per tant pot imposar una sèrie de tarifes a negocis i particulars per la utilització d'obres d'autors que hagin cedit la representació a la SGAE. Així, es produeix una infracció si el negoci o particular fa un ús d'aquestes obres i no paga la compensació als autors, representants per la SGAE, independentment del mitjà de reproducció (per Internet, televisió, radio o cinema).

*A qui afecten les tarifes?

A tots aquells negocis del sector terciari, sobretot, petits bars, restaurants o negocis, perruqueries, salons d'estètica, gimnasos, entre altres, que per amenitzar l'estada dels seus clients tenen un fil musical o simplement tenen la televisió posada sense tenir cap intenció d'enriquir-se pel fet de tenir una música de fons que coincideix amb l'última cançó d'èxit del moment.

Aquestes tarifes s'imposen arrel d'una sèrie de criteris de recaptació que van en funció de la superfície de l'establiment, així com de la categoria de restaurant o cafeteria.

*Com realitza la SGAE la funció de recaptació?

La SGAE realitza una sèrie d'inspeccions per zones de la ciutat, visitant els negocis i comprovant si s'està realitzant algun tipus de comunicació pública de les seves obres, per exemple, tenir una radio o televisió encesa, o bé un ordinador amb el típic programa de reproducció "Spotify", entre altres.

Un cop realitzada la inspecció, la SGAE, notifica al negoci inspeccionat quina és la tarifa a la que s'ha d'incloure per la utilització de les obres musicals, és a dir, un cop l'inspector verifica que hi ha una comunicació pública d'obres musicals, donen un termini perquè el propietari del negoci es doni d'alta a la SGAE, tenint en compte, que es recaptarà les quotes que es meritin des de la data de la inspecció.

Per tant, a data d'avui, l'efecte de les inspeccions de la **SGAE és del tot contraproduent ja que condemna, directament, tant a tots els negocis**, que tenen un reproductor per atraure a clients, com a aquells que sense tenir un ànim de lucre, tenen un reproductor per amenitzar les estades dels clients encara que no sigui amb la utilització d'obres gestionades per l'ens.

MG
MENFIS GRUP

ASSESSORAMENT INTEGRAL
Empreses:
• Fiscal • Laboral • Comptable

GABINET JURÍDIC
• Família
• Aceptacions herències
• Reclamacions impagats
• Accidents de trànsit i comuns
• Assistència a judicis

FELIÇ 2014

C/. Cartagena, 261 bis · T. **934 354 506** · **www.menfisgrup.es**

secció immobiliària

Les immobiliàries de confiança del barri

PISOS LLOGUER

PLA DE MONTBAU 10. 68 m2. Pis exterior, 2 hab., 1 bany, sala menjador i cuina reformada. Serveis donats d'alta. 525€. T. 93 450 41 43.

CASTILLEJOS 366. 55m2. Pis en bon estat. 2 hab. dobles, despatx, 1 bany, menjador, cuina i balco. 2 armaris encastats. ascensor. 550€. T. 93 450 41 43.

BEAT ALMAT 19. Pis reformat i exterior. 2 hab.,un bany i sala menjador amb cuina americana equipada. Terrassa. calefacció. 760€. T. 93 450 41 43.

RIBES 73. 45 m2. Pis exterior davant auditori a la zona de fort pienc. 1 hab. doble, 1 vestidor, menjador, cuina, bany reformat i balco. ascensor. 500€. T. 93 450 41 43.

MOLI 34. 60m2. Baix ext. ref. i molt lluminós. 1 hab. doble, despatx, 1 bany, safareig, menjador de 20 m2 i cuina. radiadors. parquet. ascensor. 525€. T. 93 450 41 43.

PIS EN LLOGUER **PG. MARE DE DEU DEL COLL** 63m2. 3 habitacions, 1 bany, terraceta, sense mobles, ascensor. 500€ T.934574900.

PISO EN ALQUILER C/ INDEPENDENCIA ESQ ARAGON , 2 habitaciones perfecto agua incluida 635,00 €. T. 93 667 17 99.

PISO EN ALQUILER C/ DEMOCRACIA 7. Bajos, piso impecable para entrar a vivir, 3 habitaciones 85 m2 685,00 €. T. 93 667 17 99.

PISOS EN VENDA

C/ SARDENYA. 270.000 € .Magnifico piso de 65m2 en finca nueva, 2hab, salón comedor, cocina, baño, balcón y zona comunitaria con piscina. Telf 672662597. Ref. 800

ENSANCHE DERECHO. 177.000 € .Piso en finca regia, 60m2, 2hab, comedor, cocina, baño, aseo, calefacción, reformado. T. 672 662 597. Ref. 802

C/ MALLORCA. 185.000 €Piso en finca joven, 73m2, 3 hab, cocina, baño ,gran salón comedor, parket, climalit y balcón, exterior a calle. T. 672 662 597. Ref. 803

GRACIA. 192.000 € Bonito piso de 73m2, 2hab, despacho, salón comedor, cocina, baño, exterior a calle, zona tranquila. T. 672 662 597. Ref 806

ZONA BORNE. 322.000 € Piso de 125m2 en finca regia, 4 hab, baño, aseo, cocina y gran salón comedor, exterior, muchas posibilidades. T. 672662597 Ref 807

PARAL.LEL. 330.000 €. Excepcional ático 82m2, 35 m2 tza. vistas impresionantes forrada teka, 2 h. suites, sal. 40 m2 , coc. abierta y equip., parquet, a.a., recién ref. T. 673 028 803. Ref. 915

SAGRADA FAMILIA. 327.000 €. Expect. ático 55 m2+20 tza., frente templo, 1 h.+dpcho, Exc. calidad, bños y coc., electrod., calf. y a.a., amuebl. Para entrar a vivir. T. 673 02 88 03. Ref. 913

C/ERCILLA. 365.000 €. Piso de 110 m2, 4 h. (1 suite), fca. joven, pocos vecinos, parket, calf., a.a., pk incl., amplia tza Pisc. y z. común. Finca accesos cerrados. T. 673028803. Ref. 911

C/GENOVA. 129.000 €Piso exterior y soleado, reformado, 65 m2, 3 habitaciones dobles, cocina equip.., bño completo y lavad.,calef, Tel. 673028803.Ref. 919

ROSSELLO/HOSP.SANT PAU 230.000 € Atico duplex, 80 m2, 2 hab., coc. amueblada, parket, calef. a.a., sin ruidos, solárium 15 m2, para entrar a vivir. T. 673 028 803. Ref. 917

ROGER DE FLOR/S.A.Mª CLARET. 99.000 € Para entrar a vivir, 45 m2,1 hab.,salón, comedor, parquet, a.a., calefac.. ideal inversor.s/asc. T. 673 028 803. Ref. 921.

C/ PROVENZA / MERCADO S. F. Piso 83 m2, ext. , luminoso y soleado, 4 hab, 2 bños., coc, sal., tza. Para Actualizar. 167.000 €. T. 931 271 523.

C/ PROVENZA/PSO. SANT JOAN. Obra nueva. Excelentes pisos de ALTO STANDING. Pisos 103 m2, 3 h (1 suitte), 2 bños., TZA. Soleados. Desde 325.000 €. T. 931 271 523.

C/ ROSELLON/CERDEÑA. Todo ref. con encanto. 71 m2. Gran salón-com., 2 hab, baño, balcón. Alto y soleado. Finca Clásica Rehabilitada. 197.000 €. T. 931 271 523.

PSO. LLUIS COMPANYS/CIUTADELLA. Todo REFORMADO. Piso 83 m2. 3 hab, 2 baños, coc.tza. Casi todo exterior. Alto .Finca con Conserje 239.000€ T. 931 271 523.

C/ BRUC/DIPUTACION. Magnifico piso reformado 98 m2. Finca regia catalogada. Salón-com, 4habitacions, baño, balcones. Soledadisimo. 385.000 € T. 931 271 523.

PIS EN VENDA INDUSTRIA - **SARDENYA** 136 m2., 4 hab., 1 bany, 1 aseo, 2 balcons, A.A., calef., ascensor. 285.000€ T. 93 457 49 00.

PIS EN VENDA **PASSEIG D'AMUNT** 80m2. 3 hab., 1 bany, 1 aseo, A/A. i calef., terraceta al carrer, ascensor. 230.000€ T. 93 457 49 00.

PIS EN VENDA **GALILEU – AV. MADRID** 90m2. 4 hab.,1 bany, 1 aseo, calefacció, per reformar, ascensor. 239.000€ T. 93 457 49 00.

PISO EN VENTA C/ CASTILLEJOS 177, 103 m2, 3 habitaciones una de ellas triple y dos dobles, precio 240.000,00 €. T. 93 667 17 99.

PISO EN VENTA OPORTUNIDAD C/ LEPANTO 342, 7º piso, 4 habitaciones y un baño , perfecto para entrar a vivir 179.000,00 €. T. 93 667 17 99.

PISO EN VENTA C/ CONSELL DE CENT 94, 85 m2 perfecto,2 habitaciones y un baño, recién reformado a estrenar 228.000,00 € T. 93 667 17 99.

LOCALS

LOCAL EN LLOGUER TORRENT DE LES FLORS. 80m2. 1 bany amb dutxa. A/A. Parquet. Pati a l'interior. 770€ T. 93 457 49 00.

Gaudí House FINCAS
Tel. 93 566 26 53
Sant Antoni Mª Claret, 192 · Cartagena, 320
Nº1 EN ALQUILER · www.gaudi-house.es
Sr. Propietario, traiganos su piso en venta o alquiler y le REGALAMOS el CERTIFICADO ENERGETICO
Nosaltres l'aconseguim per tu!

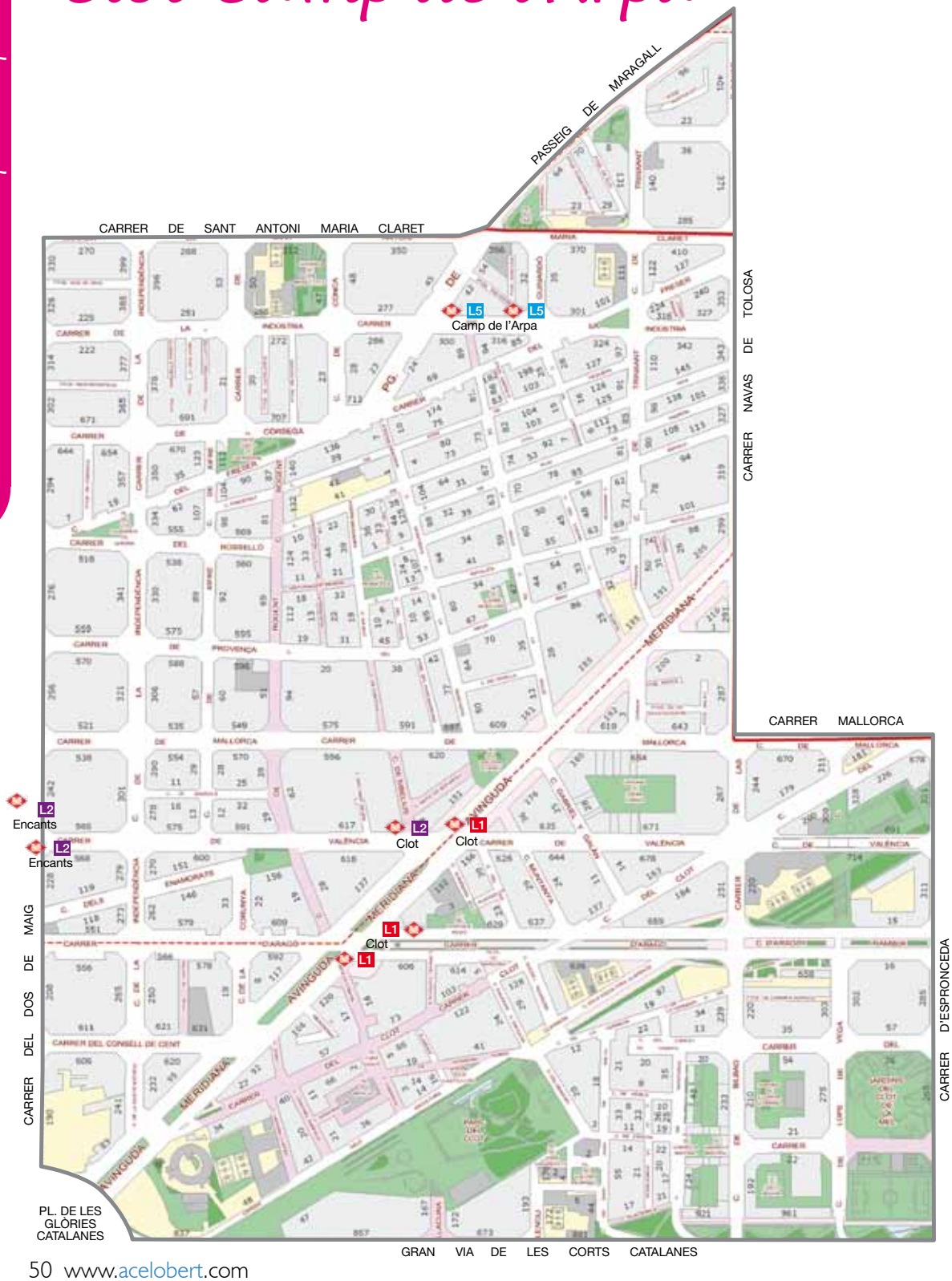
consultoria immobiliària
VADPISOS
Rosselló, 308. T. 931 271 523
www.vadpisos.com

BALSELLS ZARAGOZA GESTIÓ, S.L.
ASSEGURANCES I ADMINISTRACIÓ DE FINQUES
Cartagena, 243 · baixos ☎ 934 504 143
www.bzgestio.com

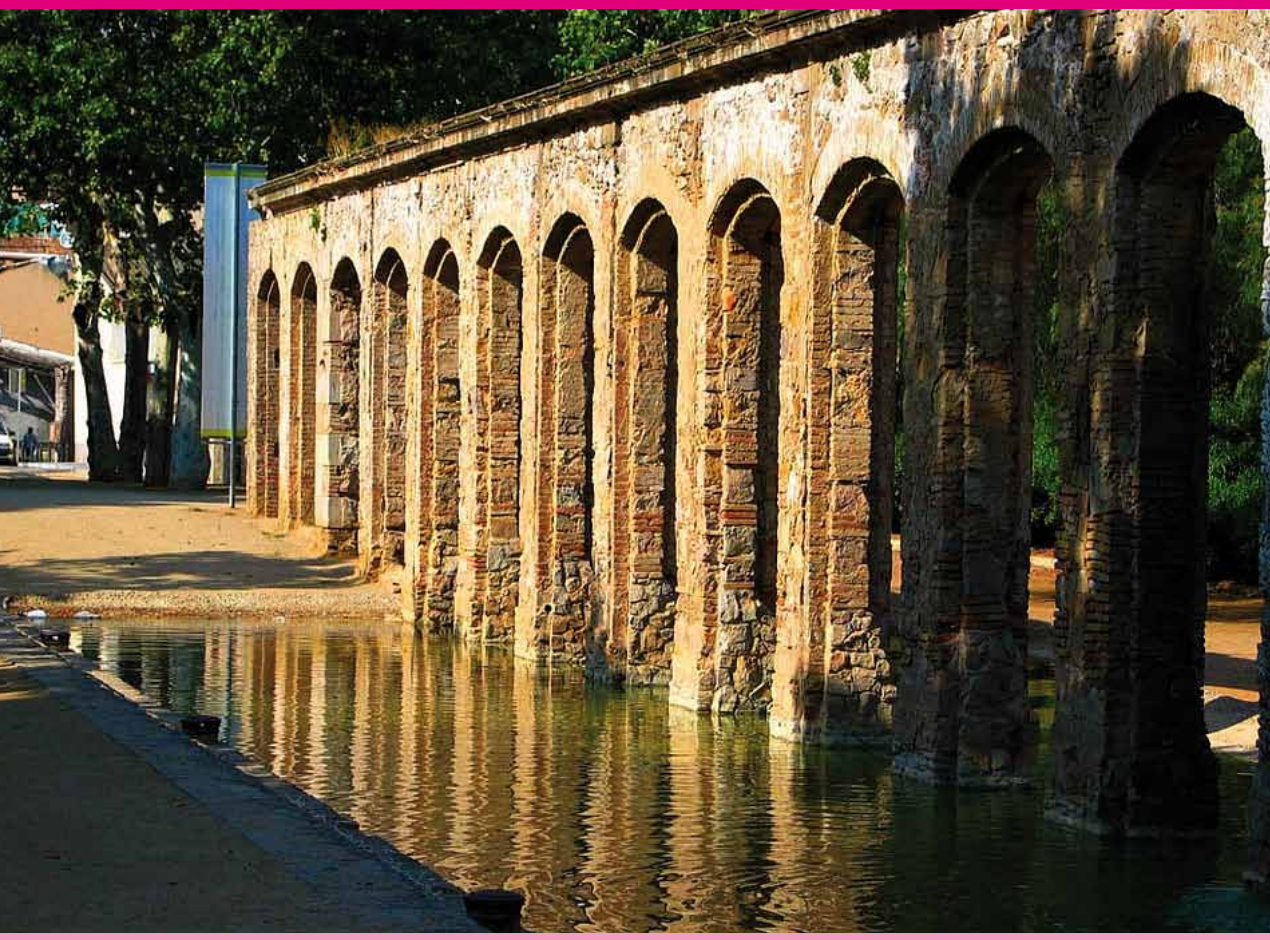
Gestoría Cerdán
www.gestoriacerdan.net
Sant Ant. Mª Claret, 63 Bis, Baixos
Tel. 93 457 49 00

Grup Immobiliari s.c
Grupo subastas.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

Barri de
Clot-Camp de l'Arpa



Barri de Clot-Camp de l'Arpa



NATURDESCANS

La Garrotxa

Gru Mat

MATALASSOS
- *Làtex* . *Viscolàstic*
- *Molles* . *Llana*

BASES
- *Somiers fixos*
- *Somiers articulats elèctrics*
- *Canapè amb arcó*

COIXINS
- *Làtex* . *Viscolàstica* . *Llana* . *Miraguà*

NÒRDIC
- *Plomes* . *Fibra*

RELAXACIÓ
- *Butaca relaxant* . *Butaca de massatge*

Passeig Maragall, 78 - Tel. 93 351 10 02 - 93 534 88 44
www.naturdescans.com

La Biblioteca Camp de l'Arpa-Caterina Albert recomana

Llibres

Robinson, Alex

Malas ventas

- Bilbao: Astiberri, 2007

Malas ventas és una novel·la gràfica ambientada en el Brooklyn novaiorquès a mitjans dels 90, que posa en escena la vida quotidiana de Sherman, un escriptor que somia a publicar i que arrossega la seva frustració com a dependent d'una llibreria. El seu millor amic, Ed Velasquez, vol convertir-se en dibuixant de còmics de superherois. Sherman comparteix pis amb la parella formada per Jane Pekar, igualment aspirant a una carrera com a autora de còmic, i Stephen Gaedel, professor d'història. El grup es completa amb l'arribada de Dorothy Lestrade, redactora d'una revista chic i el Sr. Flavor, un vell dibuixant de còmics estafat per una editorial. Es tracta d'una narració d'històries entrelligades que relacionen personatges i situacions de manera divertida, emocionant i realista. Molt recomanable.

Llibres

André, Christophe

Meditar día a día: 25 lecciones para vivir con mindfulness

- Barcelona: Kairós, 2013

Aquest llibre s'ha concebut com un manual d'iniciació al *mindfulness* o a la plena consciència, el més fascinant de tots els mètodes de meditació. És un pràctic i alhora poètic manual de 25 lliçons, i cadascuna inclou textos per comprendre, quadres de grans pintors per sentir i una meditació guiada per practicar (en el CD que acompanya el llibre). Christophe André és metge psiquiatra a París, en una unitat especialitzada en el tractament de trastorns emocionals, ansiosos i depressius. Practica la meditació des de fa anys i la utilitza per ajudar els seus pacients a alliberar-se del patiment i assaborir la seva existència. «Meditar és una eina, accessible a tothom, per cultivar la serenitat i el gust per la felicitat. M'agradaria iniciar-los en aquesta experiència que m'ha canviat la vida», diu l'autor.

Llibres

Alzamora, Sebastià

Crim de sang

- Barcelona: Proa, 2012.

Barcelona, estiu de 1936. Als inicis de la guerra civil, en plena persecució i matança de religiosos per part de nuclis anarcosindicalistes, un sacerdot marista i un nen de set o vuit anys apareixen assassinats en circumstàncies molt estranyes. El comissari Gregori Muñoz obre una investigació per descobrir la identitat de l'assassí, de qui només sabem que és algú que afirma ser un vampir. Mentrestant, una comunitat de monges caputxines viu un estrany segrest dins el seu convent, en companyia del bisbe de Barcelona, que ha estat suposadament executat. La recerca policial farà coincidir el comissari amb les negociacions que mantenen l'orde marista i la CNT-FAI per alliberar 172 religiosos a canvi d'una important suma de diners. Obra guardonada amb el Premi Sant Jordi del 2011.

Totes aquestes recomancions les podreu trobar a la Biblioteca Biblioteca Camp de l'Arpa-Caterina Albert carrer Indústria, 295 i al catàleg de la Xarxa de Biblioteques de Barcelona. http://sinera.diba.cat

Activitats Culturals

CLOT-CAMP DE L'ARPA

Infantil

El carnaval dels animals

Cia. Forani Teatre presenta "El carnaval dels animals" basada en les conegudes composicions de Camile Saint-Säens. En aquesta adaptació, un malvat rei captura el lleó per fer-se un elegant vestit amb la seva pell. La resta d'animals del reialme (el cangur, l'elefant, el burro, les orenetes, la tortuga, la gallina, el cucut...) intentaran alliberar el lleó. Una divertida història d'aventures, on la música d'un piano interpretat a quatre mans i uns entranyables i simpàtics titelles, ens transportaran a un món de faula. Teatre Centre Cultural la Farinera del Clot (Gran Via de les Corts Catalanes, 837). Edat recomanada a partir de 3 anys, entrada 4,50€

Música

Pep Poblet & Nito Figueras

Després de 3 anys de passejar el reconegut "DI-VERSIONS SONORES", arriba l'hora de presentar el segon projecte conjunt. Bàsicament de pop de totes les èpoques i territoris, Pep Poblet i Nito Figueras ens ofereixen un concert ple de sensibilitat i joc musical. Serà el divendres vinent 17 de gener a les 22 hores al Centre Cultural la Farinera del Clot (Gran Via de les Corts Catalanes, 837). Preu de l'entrada 5€.

Tallers

Autocoaching

El pròxim dimecres 29 de gener a les 19 hores, es portarà a terme el taller "Autocoaching: L'art de dirigir la teva vida" on et convida a veure la crisi com una nova oportunitat d'assolir els teus objectius personals i professionals. Biblioteca Camp de l'Arpa-Caterina Albert (Indústria, 295).

Xerrada

Noves maneres de viatjar

La xerrada "Noves maneres de viatjar", el consum col·laboratiu està present també a noves formes de viatjar: intercanvi de cases, House Sitting (cuidant de cases o mascotes), Hospitality Exchange (couchsurfing) i de lloguer entre particulars. Es Parlaran de les diferències i les avantatges de cadascuna d'aquestes modalitats, es donaran consells i recomanacions i us presentarem les webs més importants de cadascuna d'aquestes formes de viatjar. Serà el dilluns 20 de gener a les 18.30 hores a l'Espai Antoni Miró Peris (plaça de Carmen Monturiol, 10).

REBAJAS

NEKANE
BOUTIQUE
P° Maragall, 70 · T. 93 433 51 09

Ropa de marca:
ESCADA, BANDAS ROJAS,
ANNA MORA, etc.
Precios desde 20€ por cambio de temporada.

AVI AMUNT

UNIDAD TERAPEÚTICA ALZHEIMER Y PATOLOGIAS NEUROLÓGICAS

Centro Colaborador de la Generalitat

Centro de Día Asistencial:

- Asistencia sanitaria
- Valoración y Tratamiento Neuro-sicológico
- Talleres Cognitivos y de Memoria
- Terapia ocupacional y estimulativa
- Fisioterapia y Rehabilitación Neurológica
- Podología
- Musicoterápia
- Transporte adaptado
- Asistente social (Asesoramiento Ley Dependencia)
- 2 Excursiones al mes

Abierto de Lunes a Sábado: *Opción días sueltos laborarables. Opción solo Sábados*
aviamunt@gmail.com · www.aviamuntcentrodedia.es

Centro de Dia Avi Amunt · C/ Llagostera, 4 - 08026 Barcelona - Tel. 93 455 86 30
Centro Residencial Amunt · C/ Ripollés, 8-10 - 08026 Barcelona - Tel. 93 433 13 17

Guia de comerços i serveis Clot-Camp de l'Arpa

Alimentació

Isabel
Cuina Natural amb Oli d'Oliva
Canelons • Esqueixada • Escalivada
Cargols • Croquetes
Obert Dissabtes, Diumenges i Festius
Joan de Malta, 53 · T. 93 308 83 50

AUTÒCTONS
C/ Rogent, 24 - T. 620 415 149
BACALLANERIA VIDAL
Pl. Mercat, 9 - T. 93 232 46 15
FRUITERIA NEUS
C/ Rogent, 132 - T. 93 455 93 07
FRUITES ROGENT
C/ Rogent, 27 - T. 93 231 22 41
FRUTAS EL ALMACEN
C/ Mallorca, 569 - T. 93 435 68 75
MON IBÈRIC
C/ Mallorca, 566 - T. 93 244 41 45
PEIXOS JARDI
C/ València, 602 - T. 93 245 43 94
SORLI DISCAU SUPERMERCAT
C/ Mallorca, 588 - T. 93 561 03 00
VINACOTECA
C/ València, 595 - T. 93 232 07 15
XARCUTERIES BOSCH
C/ Mallorca, 535 . T. 93 232 45 06

Assegurances i Assessories

ASESORIA DE EMPRESAS
FISCAL-LABORAL-CONTABLE
Pedro Mateos
C/ Mallorca, 569 · 93 436 31 07- 639 307 731

2R ABOGADOS - ADVOCATS
T. 93 232 62 03 - (Urgencias de 9 a 21 h.)
FINQUES MARTELL
C/ Mallorca, 576, entl. - T. 93 265 65 38
ROMEO ABOGADOS
C/ Rossend Nobas, 9 - T. 93 245 59 90

Cursos i Formació

Escola Ballet David Campos

Escola reconeguda i autoritzada per: Departament d'Ensenyament Generalitat de Catalunya
25 Aniversari
C/. Nació, 50 · T. 93 347 73 40
www.escuelaballet.com

MUSICANT ESCOLA DE MÚSICA
C/ Indústria, 311 - T. 93 340 69 99
LA CREATIVA MERTXESITES
Pl. Mercat, 9 - T. 93 265 85 69
TOWANDA TALLER
Rossend Nobas, 1, local 2 - T. 93 004 03 91

Entitats

ATENEU DEL CLOT LA FARINERA
C/ Muntanya, 16 -T. 93 232 99 08
ASS. CASAL DE GENT GRAN JOAN CASANELLES
C/. Concili de Trento, 15,35 - T. 93 356 22 33
ASS. VEÏNS I VEÏNES DEL CLOT-CAMP DE L'ARPA
C/ Sibelius, 3 - T. 93 232 46 10
CAP EL CLOT
C/ Concili de Trento, 25 - T. 93 303 73 00
CAP MARAGALL
Pg. Maragall, 52-54 - T. 93 446 29 50
CASAL GENT GRAN SANT MARTÍ
C/ Xifré, 41-47 - T. 93 455 98 03
C. SERVEIS SOCIALS CLOT - CAMP DE L'ARPA
G.V. Corts Catalanes, 837 - T. 93 291 84 48
CENTRE CULTURAL LA FARINERA DEL CLOT
G.V. Corts Catalanes, 837 -T. 93 291 80 80
COMISSARIA MOSSOS D'ESQUADRA
C/ Bolivia, 30-32 - Tel. 93 300 22 96
DISTRICTE DE SANT MARTÍ
Pl. Valentí Almirall, 1 - T. 93 402 70 00
FOMENT MARTINENC
C/ Provença, 591-593 - T. 93 455 70 95
LA FORMIGA MARTINENCA
C/ Mallorca, 580 - T. 93 232 77 09
MERCAT DEL CLOT
Pl. Mercat, 26 - T. 932318604

Estètica i Bellesa

floreor
perruqueria
Espai per a la bellesa i el benestar
C/València, 558
Tel. 932 315 606
www.floreor.com

ANNA PAVIA
C/ Coronel Sant Feliu, 15 - T. 932 328 879
BELL CAP
C/ Mallorca, 581 - T. 93 450 09 77
DIETA ESTÈTICA VILELLA
C/ Rogent, 17 - T. 93 232 75 08
EQUIVALENZA
C/ Rogent, 69 · bis - T. 93 000 30 72

annapavia
pelusalón
¡Reserva tu cita!
Coronel Sanfeliu, 15 - 93 232 88 79
Andrade, 45-47 - 93 303 45 38

GEMMA BALAGUÈ
C/ València, 612 - T. 93 247 16 48

Anunciïs's aquí... AcelObert BARCELONA barri a barri
T. 93 010 16 73 · publicitat@acelobert.com
www.acelobert.com
...perquè els millors sempre destaquen

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
www.carolsjacinto.com

DEPILINE CENTER
C/ Clot, 52-54 - T. 93 221 17 45
PELUQUERIA FRANCIS
C/ Clot, 108 - T. 93 265 00 70
PERUQUERIA LAURA
C/ València, 590, Tda. 2. - T. 93 265 92 66
MÓN ESTÈTIC
C/ València, 599 - T. 93 265 90 76
NATURAL PERRUQUERIA
C/ Mallorca, 617 - T. 93 245 06 05
PERRUQUERIA NUJOR
Av. Meridiana, 164-166 - T. 93 246 36 59

Forns

FORN ELIAS
C/ Freser, 90 - T. 93 455 61 76
FORN ROGENT
C/ Rogent, 23 - T. 93 265 65 00

Informàtica, Imatge i Sò

CENTRE DIGITAL ROGENT
C/ Rogent, 74 - T. 93 436 27 16
PC INSTANT
C/ Enamorats, 81 - T. 93 530 92 53

Joieries i Rellotgeries

ANDRÉS CASTILLO JOIERIA
C/ Rogent, 106 - T. 93 435 08 62
JOIERIA JAUME PALLARÈS
C/ Enamorats, 148-150 - T. 93 247 15 38
JOIERIA TECU
C/ Rogent, 51 - T. 93 435 59 22
KILEY JOIERS
C/ València, 606 - T. 93 245 31 91
RELLOTGERIA LARA
C/ Rogent, 39 - T. 93 232 13 05

Llar

TRANSPORTES
Pequeñas Mudanzas
Precio Ajustado
Aeropuerto
Puntualidad

Tel. 93 450 29 18 - 609 702 450

ALBERT TORRES ARTESANIES
C/ Rogent, 21 - T. 93 265 50 19

Llar

NATURDESCANS
La Garrotxa
Matalassos · Bases · Coixins · Nòrdic · Relaxació
Passeig Maragall, 78 · Tel. 93 351 10 02

ELECTRODOMESTICS PEINADO
Escultor Claperós,43-45 - T. 93 300 52 59
ELECTRONURIA EXPERT
C/ Mallorca, 592 - T. 93 232 47 64
GANIVETERIA - JOGUINES "EL PEQUE"
C/ Rogent, 47 - T. 93 435 69 45
FERRETERIA VALLS
C/ València, 589-591 - T. 93 231 17 01
LA CREATIVA MERTXESITES
Pl. Mercat, 9 - T. 93 265 85 69
MOBLES ELIFER
C/ Rogent, 92 - T. 93 436 02 08
MUDANZAS FARRÉS
C/ Clot, 45 - T. 93 231 54 09
TINTORERIA FERNANDEZ
C/ Mallorca, 575 - T. 93 455 43 15

Mascotes i Plantes

GOS I GAT
C/ Rogent, 16 - T. 93 231 51 11

Moda i Complements

ARA FLIS FLAS
C/ Provença, 598 - T. 93 455 60 03
ARXÉ
Pl. Dr. Serrat, 3 - T. 93 231 76 10
CALZEDONIA
C/ Rogent, 15 - T. 93 231 24 60
COTÓ – COTÓ
C/ Rogent, 28 - T. 93 231 22 08
CUBANITOS SABATERIES
C/ Mallorca, 543 - T. 932 326 453
DREAMS
C/ Rogent, 9 - T. 93 232 77 61
EVENT
C/ Mallorca, 592 - T. 93 446 48 75
FLIS FLAS
C/ Provença, 598 - T. 93 455 21 68
GENERES DE PUNT MUSET
C/ Rogent, 40 - T. 93 232 36 59
LARRIBA SABATES
C/ Mallorca, 567 - T. 93 348 16 32
RIUS
C/ Rogent, 26 - T. 93 232 79 59
ROBA AMIGA FARCELLS
C/ Sibèlius, 9 - T. 93 245 26 85
SET CALÇATS
C/ Rogent, 79 - T. 93 423 36 85
SWING
C/ Mallorca, 560 - T. 93 232 67 64
TERESA LENCERIA
C/ Sèquia Comtal, 8 - T. 93 246 28 75

Motor

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

MOGADEALER SKODA
C/ Aragó, 602 - T. 93 232 10 00

Oci

CRONOLOGIC
Av. Meridiana, 129 - T. 657 25 48 95
LOTERIA CAP I CUA
Pl. Font i Sagué, 1 - T. 93 246 51 54
TEIPO VIATGES
C/ Corunya, 31 - T. 93 245 54 32

Papers i Llibres

GRAP/PA
C/ Rogent, 11 - T. 93 232 32 13
GRUP PALOMA 2002
C/ Clot, 59 - 63 - T. 93 245 30 59
LLIBRERÍA ONADES
C/ Mallorca, 550 - T. 93 427 73 75
PAPER GROC
C/ Clot, 51 - T. 93 232 91 66

PAPERERIA - LLIBRERIA
GERMANS LLUCH
Agendas ▪ Blocs ▪ Calendaris
▪ Nadales ▪ Paper i Bosses per regal
▪ Obert Festius pel mati ▪
Muntanya, 105 - T. 93 436 28 34

QUIOSC DEL CLOT
Pl. Font i Sagué, s/n - T. 93 247 33 97

Pastisseries i Dolços

PASTISSERIA GUAL
C/ Mallorca, 529 - T. 93 435 74 86
PASTISSERIA LA PALMA
C/ Clot, 72 - T. 93 232 52 57
TUTTI FRUTTI
C/ Mallorca, 561 - T. 695 362 759

Petits

Ter Vint
Llar d'Infants de 0 a 3 anys
Més de 30 anys al barri
Centre autoritzat pel Departament d'Educació
GRUPS PER MESOS D'EDAT
C/ Ter, 20 (Meridiana - Valencia)
T: 93 232 64 09 - Metro Clot L1 i L2
www. tervint.com

BAMBINO
C/ Rogent, 84 - T. 93 436 27 23
JOGUINES TEAR
C/ Mallorca, 583 - T. 93 435 43 36
CHIQUIBOY
C/ Mallorca, 585 - T. 93 435 42 58
LLAR D'INFANTS TER VINT
C/ Ter, 18-20 - T. 93 232 64 09

Restaurants i Bars

A RUTA GALLEGA
C/ Clot, 78 - T. 93 265 46 85

Restaurants i Bars

Cafeteria Restaurant Capri
Provença, 576 · T. 93 446 26 65
www.restaurantcapri.es
Cocina de mercado • Surtidos de embutidos ibéricos y quesos
Pescados y mariscos frescos
Paellas, fideuas y caldosos
Carnes de Girona • Cuidada selección de vinos y cavas
Postres y helados caseros
MENÚ DIARIO desde 10,50€
Precio medio de Carta de 25 a 30 €

BAR NURIASKA
C/ Mallorca, 586 - T. 93 245 40 96
BAR SUCRO "CA LA MARGUI"
C/ Sèquia Comtal, 7 - T. 93 245 11 66
EL RACÓ
C/ Mallorca, 561 - T. 656 83 95 45
FRANKFURT ROGENT
C/ Rogent, 28 - T. 93 245 21 76
MARLEN TASTETS
C/ Clot, 75-77 - T. 93 265 53 43
RESTAURANT BRASERIA SUYAPA
C/ Mallorca, 601 - T. 93 435 80 78
RESTAURANT CAPRI
C/ Provença, 576 - T. 650 501 117

Salut

Edit Rodon Brunner
Educadora Social
Psicopedagogia social i escolar
PRIMERA VISITA GRATUÏTA
630 245 732 · 93 213 70 98
20 anys d'experiència

ClotClínicaDental
Ortodoncia e Implantología
Odontología General
Clot, 58-60, Entlo. 4ª
Tel. 932 650 590

ARMAND OPTICS
C/ Clot, 66 - T. 93 450 14 30
CLINICA DENTAL CLOT
C/ Clot, 58 - 60, ent.4ª - T. 93 265 05 90
CORGOS SALUT FISIOTERAPIA
Sant Ant. Mª Claret, 265 - T. 93 408 34 87
DENTAL VALLÈS
C/ Aragó, 673 - T. 93 119 06 10
DIETA ESTETICA VILELLA
C/ Rogent, 17 - T. 93 232 75 08

Anuncïis's aquí... AcelObert BARCELONA barri a barri
T. 93 010 16 73 · publicitat@acelobert.com
www.acelobert.com
...perquè els millors sempre destaquen

FARMÀCIA E. VENTURA
C/ Clot, 71 - T. 93 231 36 05
FARMÀCIA ANA Mª MACIÀ
C/ Mallorca, 591 - T. 93 436 27 10
FARMÀCIA BASTÉ
C/ Rogent, 54 - T. 93 231 45 54

herbolari
cosmètica natural
www.mariacasasbiologa.es
MARIA CASAS biòloga
Rossend Nobas, 12 · Tel. 93 246 45 57
Pl. del Mercat, 22 · Tel. 93 265 93 56

FARMÀCIA EGEA – THOMAS
C/ Mallorca, 544 - T. 93 231 42 08

NATUR HOUSE
Reeducación alimenticia
C/. Rogent 81 - T. 93 450 48 39
(entre Rosselló i Freser)

sonisord
AUDIÒFONS & REPARACIÓ
El teu Centre Auditiu del barri
Valencia, 612 bis · T. 93 265 36 39

FARMÀCIA Mª TERESA PEÑAFIEL
C/ Clot, 57 - T. 93 231 20 59

FARMÀCIA
ANA M. ANDRÉS PERERA
DERMOFARMÀCIA - HOMEOPATIA - ESPECÍFICS
DIETÈTICA - FÓRMULES MAGISTRALS
MALLORCA, 621 - TEL. 93 352 70 54

FARMÀCIA J. MESIA
C/ València, 614 bis - T. 93 245 63 22
FARMÀCIA RITA AUGÉ
C/ Rogent, 118 - T. 93 436 23 26

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

HERBOLARI DIETÈTICA
C/ Mallorca, 545 - T. 93 436 33 74
MARIA CASAS BIÓLOGA
C/ Rossend Nobas, 12 - T. 93 246 45 57

CENTRE ORTOPÈDIC CLOT
Clot, 82 - T. 93 265 18 12

NATUR HOUSE ROGENT
C/ Rogent, 81 - T. 93 450 48 39

AVI AMUNT
UNIDAD TERAPEÚTICA ALZHEIMER Y PATOLOGIAS NEUROLÓGICAS
Centro de Dia Avi Amunt · C/ Llagostera, 4 ☎ 93 455 86 30
Centro Residencial Amunt · C/ Ripollés, 8-10 ☎ 93 433 13 17

OPTICA TUTUSAUS
C/ Rogent, 80 - T. 93 435 12 77
C/ Mallorca, 602 - T. 93 245 94 55

FARMACIA E. VENTURA
SERVEI PERMANENT DE 9 A 22 H.
Clot, 71 - T. 93 231 36 05

Cercador de comerços i serveis a Barcelona
On és?
¿Dónde está?
Where is it?
AcelObert BARCELONA barri a barri
www.acelobert.com

Salut

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
Avda. de Gaudí, 28 · T. 93 436 01 41
jumir@opticalia.es

ORTOPEDIA CLOT
C/ Clot, 82 bjs. - T. 93 265 18 12
SONISORD
C/ València, 612 bis - T. 93 265 36 39

Segona mà

second barcelona
COMPRAMOS Y VENDEMOS TUS ARTÍCULOS USADOS
C/ València 662 · T. 93 245 20 99

cashconverters
FLORIDABLANCA
Compramos lo que no utilizas,
vendemos lo que no te imaginas
C/. Floridablanca, 145 · T. 93 423 99 00

Serveis

DIGICOPY (COPISTERIA)
C/ Mallorca 614 - T. 93 245 40 08
EL TEU DIA
C/ Sèquia Comtal, 15 - T. 670 537 793
HOTEL CATALONIA ALBENIZ
C/ Aragó, 591-593 - T. 93 265 26 26
HOTEL CATALONIA ARAGÓN
C/ Aragó, 569 Bis - T. 93 245 89 05
HOTEL CATALONIA ATENAS
Av. Meridiana, 151 - T. 93 232 20 11
HOTEL INK606
C/ Mallorca, 606 - T. 93 231 42 58

Anunciïs's aquí...
AcelObert
BARCELONA barri a barri
T. 93 010 16 73
www.acelobert.com
publicitat@acelobert.com
...perquè els millors sempre destaquen

CLOT-CAMP DE L'ARPA

Les atraccions de la Festa Major es queden sense solar

El solar adjacent al centre cívic la Farinera ja no serà escenari de la fira d'atraccions que any rere any diverteix els nens de la zona durant la festa major del Clot. Aquest ha sigut l'últim cop que els firaires s'instal·laran en aquest espai, on s'hi ubicaven des de feia anys. Les obres de reforma de la plaça de les Glòries estan transformant el terreny del solar i aquest fet obliga a que l'any vinent la fira s'hagi d'ubicar en un altre espai que encara està per definir.

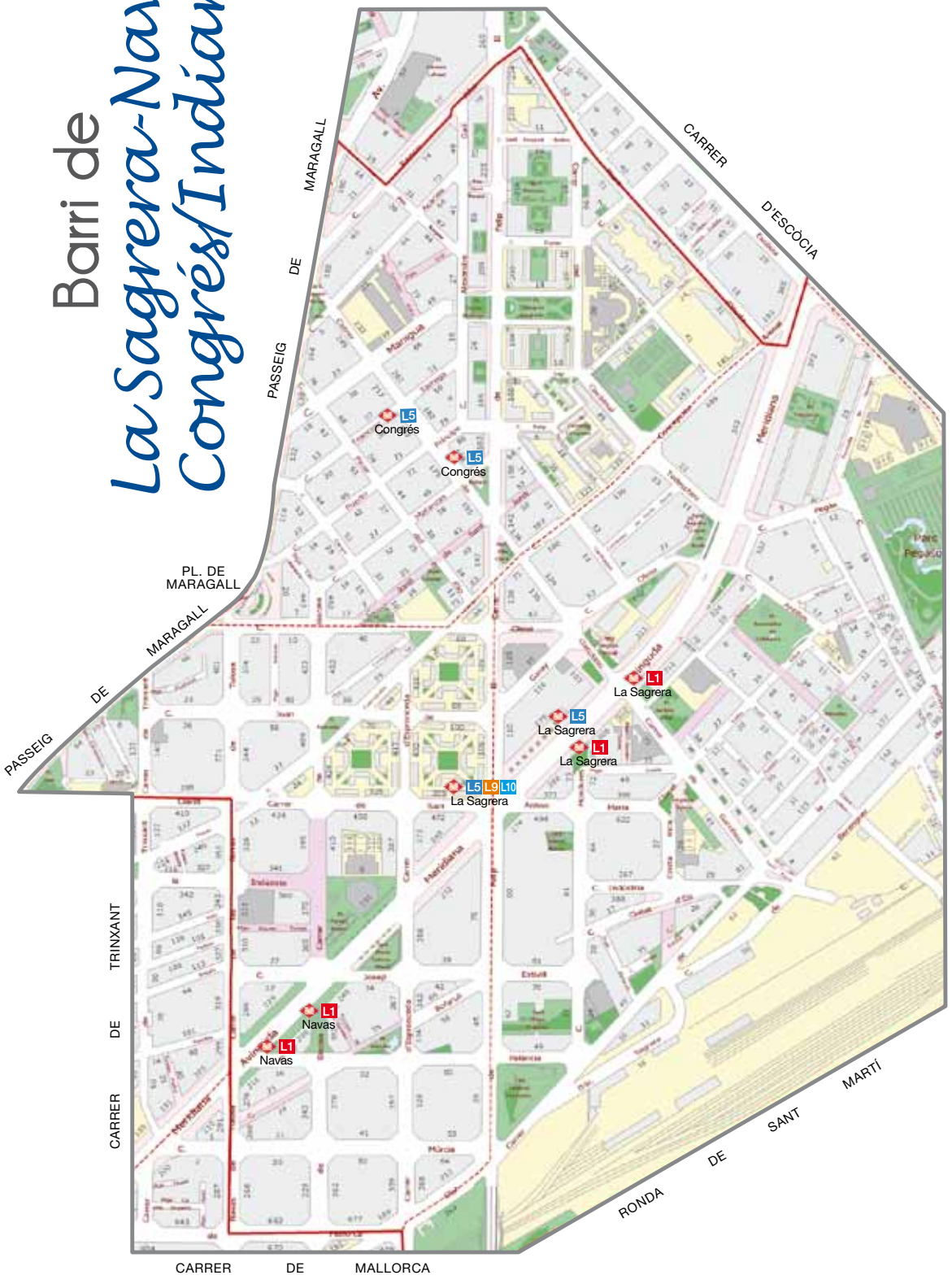
El Mercat del Clot i el carrer Rogent reordenen les terrasses

El passat mes de desembre es va aprovar la nova Ordenança Municipal de Terrasses per regular la seva instal·lació a l'espai públic i unificar les normatives existents als diferents districtes. No obstant, hi ha algunes zones estratègiques de la ciutat, com ara l'eix comercial del Mercat del Clot i del carrer Rogent, que podran adaptar la normativa a les seves necessitats. El nou text, que entra en vigor aquest mes de gener tot i que s'estableixen moratòries fins al 2021, garanteix que les terrasses mai ocuparan més del 50% de la vorera, estaran perfectament delimitades i les conformaran elements desmuntables.

La torre Agbar es convertirà en un hotel de luxe

El grup Agbar ha arribat a un primer acord amb la companyia hotelera Hyatt per convertir l'emblemàtic edifici en un hotel de luxe. Aigües de Barcelona podria vendre'l per un preu aproximat de 150 milions d'euros. Hyatt té previst reconvertir el que avui són oficines en un complex hoteler amb restaurants i d'altres espais d'oci. En una entrevista a Catalunya Informació, l'alcalde Xavier Trias va comentar que encara falta gestionar permisos i fer alguns tràmits per acabar de tancar l'operació de compravenda.

Barri de *La Sagrera-Navas Congrés/Indians*



La Sagrera · Navas · Congrés/Indians

EL CHARRO

JAMONES SOTOSERRANO

www.elcharro.com

SALAMANCA c/. Montito, s/n
37657 Sotoserrano · T. 923 422 001

BARCELONA c/. Mallorca, 654
08026 Barcelona · T. 933 526 937

“Si jo fos un alumne no passaria de l’escola... perquè la meva escola seria diferent”

Jaume Funes. Educador, psicòleg i periodista.

Aquest any he descobert que algunes de les preguntes que a estones em faig tenen respostes en allò que aprenc a l’escola. No he de consultar l’horòscop. La gent inculta és la que s’ho creu tot. El profe no planteja les seves preguntes i dóna les seves respostes. Mira de descobrir primer què sabem i si dubtem o tot ens és igual.

Crec que no es tracta d’estudiar i menys encara d’ “empollar”. Allò que mola és haver d’investigar: fer proves a química, cercar a Internet sense perdre’t, arribar a alguna conclusió, a les teves conclusions. A vegades hi ha temes que, veritablement, no sé per a què serveixen però et sents important quan els domines. Tinc un profe boig per les pedres i un altre per les novel·les romàtiques. Ara ja sé per què es dur el diamant i com no declarar-me a la noia que m’agrada. No passo d’aprendre, passo d’haver d’aprendre llibres que poc tenen a veure amb mi.

A vegades, el dissabte és avorrit i el dilluns divertit

Quan era petit m’agradava anar a escola. Després, a la secundària, les coses van canviar. L’any passat hi anava fonamentalment perquè trobava els amics i ocupava el temps. Somniava que arribés el dissabte. Ara he canviat d’escola i, a la nova, trobo que molts dilluns són més divertits que moltes de les estones avorrides del cap de setmana amb els amics. A socials estem descobrint per què amb les crisis econòmiques la gent es queda sense feina i què passa quan envies una foto atrevida pel WhatsApp. Podem fer algunes redaccions sumant deu piulades del Twiter i, com que a totes les cases tenim hipoteques, hem aprés a calcular interessos i a saber quan val la pena demanar un préstec. Ara que alguns proven a fumar cigarretes electròniques sense saber què tenen dins del tub hem descobert com funcionen les resistències i la composició dels gasos. Avui hem discutit si la maria produeix càncer o si, com diuen, ajuda a curar-lo.

He pogut explicar a un col·lega el teorema de pitàgores

Escriure no se’m dóna gaire bé però m’enrotllo bé quan parlo. Alguns col·legues no s’acaben d’aclarir amb els càlculs que s’han de fer amb els triangles. Jo ho vaig comprendre quan la profe explicava la relació entre els satèl·lits i els mòbils. Com

que al llarg de la setmana tothom ha d’explicar a un altre allò que ha après he pogut ensenyar al Cristian a calcular distàncies a partir de dos punts. A canvi, ell m’ha ajudat a escriure millor els verbs en català. A totes les classes hi ha qui només pensa en les notes i sembla que ho tenen fàcil perquè no fan altra cosa que estudiar. Tanmateix, la majoria no som ni tontos ni llestos. Sabem fer algunes coses i ens costa aprendre’n d’altres. Però com millor s’aprèn és ensenyant el que saps. El més divertit és que et posen nota no pel que tu saps sinó per allò que has aconseguit que el col·lega aprengui.

Fundació Jaume Bofill
www.fbofill.cat

Alimentació

EL CHARRO
JAMONES SOTOSERRANO
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

CLINICA VETERINARIA ANUBIS
C/ Ciutat d'Elx, 6-8 - T. 93 408 61 43
ESPAI MASCOTA
C/ Olesa, 67 - T. 93 340 74 04
FLORISTERIA EMI
C/ Navas de Tolosa, 298 - T. 93 340 60 04
FLORISTERIA Mª OTILIA COLOM
C/ Mossèn Juliana, 45 - T. 93 349 38 16

Anunciïs's aquí... AcelObert BARCELONA barri a barri
T. 93 010 16 73 · publicitat@acelobert.com
www.acelobert.com
...perquè els millors sempre destaquen

www.animalius.com
Animalius
cadells · perruqueria · residència
Av. Meridiana, 270-272
Tel. 93 349 67 27

FLORS PASCUAL
Pl. Congrés nº 5 - T. 93 667 34 67
TOT ANIMALS
Pl. Dr. Modrego, 4 - T. 93 352 80 56

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.veterinarilasagrera.com
Avgda. Meridiana, 262
T. 93 351 84 57

Assessories i Assegurances

ASESORES Y SERVICIOS ARCIÓN
C/ Navas de Tolosa, 283, - T. 93 340 69 00

Cursos i Formació

C. D'ESTUDIS HOMOLOGAT SAM CLARET
S. A. Mª 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. 1ª - T. 93 340 03 58

Entitats

ARXIU MUNICIPAL DEL DISTRICTE
C/ Segadors, 2 - T. 93 291 69 32
ASSOCIACIÓ GENT GRAN LA PALMERA
C/ Olesa, 41 - T. 93 351 67 55
ASSOCIACIÓ GENT GRAN MERIDIANA
Sant Ant. Mª Claret, 474 - T. 93 340 80 78
ASSOCIACIÓ VEÏNS BARRI DE NAVAS
C/ Biscaia, 402 - T. 93 340 51 85
ASSOCIACIÓ VEÏNS CONGRÉS - INDIANS
C/ Felip II, 222 - T. 93 340 70 12
ASSOCIACIÓ VEÏNS LA SAGRERA
C/ Martí Molins, 29 - T. 93 408 13 34
BIBLIOTECA LA SAGRERA-MARINA CLOTET
C/ Camp del Ferro, 1-3. T. 93 340 86 75
CAP LA SAGRERA
C/ Garcilaso, 1-9 - T. 93 243 25 27
CAP PASSEIG DE MARAGALL
Pg. de Maragall, 52-54 - T. 93 446 57 57
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 CULTURAL LA NAU IVANOW
C/ Hondures, 28-30 - T. 93 340 74 68
CENTRE SERVEIS SOCIALS GARCILASO
C/ Juan de Garay, 116 - T. 93 256 29 49
COMISSARIA- MOSSOS D'ESQUADRA
C/ Bolívia, 30 - 32
MERCAT FELIP II
C/ Felip II, 118 - T. 93 351 64 34

Estètica i Bellesa

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
PELUQUERÍA 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

Estètica i Bellesa

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
PRODUCTES PERRUQUERIA JOMAG
C/ Josep Estivil, 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

Informàtica, Imatge i Sò

ECOSERVEI DIGITAL
C/ Garcilaso, 141 - T. 93 352 64 16

Joieries i Rellotgeries

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

MUDANZAS MUY ECONÓMICAS
✆ 657 095 354

AIRE CONDICIONAT-CALEF. FRANCESC
T. 687 874 405
A. M. MATERIAL ELÈCTRIC
C/ Felip II, 187 - T. 93 243 44 71
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
ELECTRODOMESTICOS CARLOS
C/ Navas de Tolosa, 304 - T. 93 408 35 70
EL PETIT DETALL
Pl. del Congrés, 8 - T. 643 152 821
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

GRUP GRES
ESPECIALISTAS EN REFORMAS INTEGRALES, COCINAS Y BAÑOS
Felip II, 144 · Garcilaso, 118
☎ 93 243 12 42

MARC A MIDA
Av. Meridiana, 290 - T. 93 408 55 31
MATALASSERIA PADROS
C/ Garcilaso, 141 - T. 663 015 623
MERIDIANA DISEÑO
Av. Meridiana, 261 - T. 93 351 52 27
PLATS I OLLES
C/ Felip II, 189 - T. 93 352 87 53
PUERTAS Y COCINAS SANDOVAL
C/ Pacífic, 38 - T. 93 340 21 70
REF. CUINES I BANYS ANDORRA CONFORT
C/ Jambrina, 9 - T. 93 351 14 09
C/ Sagrera, 184 - T. 93 408 30 58
SUMINISTROS HORTONS S.L.
C/ Cep 2 - T. 93 349 87 56

Moda i Complements

CALÇATS REFORT'S
Av. Meridiana, 276 - T. 93 340 09 58
CONFECCIONES GERARDO
C/ Coll, 7 - T. 93 352 90 52
LENCERIA INTIMA
St. Antoni Mª Claret, 371 - T. 93 408 78 33
MERCERÍA TALLER DE ROBERT
C/ Felip II, 183 - T. 93 010 10 98
ONIX MODA
C/ Navas de Tolosa, 300 - T. 93 186 21 27
QUINLOR
C/ Felip II, 191 - T. 93 352 44 10

Motor

TALLER EL 36
▪ Mecánica en general
coche, moto y alta competición
▪ Chapa y pintura
Santa Albina, 36 · T. 647 22 33 93

FAURE MOTOS
C/ Sagrera, 125 - T. 93 408 47 66
GARATGE JOAN CASAS
C/ Mossèn Juliana, 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

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
ESTANC
C/ Felip II, 229 - T. 93 352 40 02
ESTANCO SOTO
C/ Navas de Tolosa, 353 - T. 93 351 72 53
QUIOSC DAVID
Av. Meridiana, 276

Pastisseries, Forns i Dolços

FORN DEL BARRI
C/ Navas de Tolosa, 327 - T. 93 351 97 16
FORN ENRICH
C/ Francesc Tarrega, 29 - T. 93 352 95 38
PASTISSERIA I XOCOLATERIA BARECHE
St. Antoni Mª 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

Papers i Llibres

CONDONLAND
Av. Meridiana, 340, Ptge. T. 93 346 26 57

Cercador de comerços i serveis a Barcelona
On és?
¿Dónde está?
Where is it?
AcelObert
BARCELONA barri a barri
www.acelobert.com

Papers i Llibres

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
GRÀFIQUES SAGRERA
C/ Martí Molins, 11 - T. 93 352 94 08
SUGAR SUMINISTROS INDUSTRIALES
C/ Sagrera, 173 - T. 93 352 93 11

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 Mª Claret, 500 - T. 93 340 26 64
GRANJA BAR CRETA
C/ Navas de Tolosa, 319 - T. 93 340 80 45

Salut

Edith Rodon Brunner
Educadora Social
Psicopedagogia social i escolar
PRIMERA VISITA GRATUÏTA
630 245 732 · 93 213 70 98
20 anys d'experiència

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
FARMÀCIA BARBERÁ PERES
C/ Açores, 8 - T. 93 349 38 40

NUEVA ORTOPEDIA
sillas
camas
grúas
caminadores
ALQUILER Y VENTA
933 409 374
Pl. Jardins d'Elx, 6

FARMÀCIA BLANCH
C/ Navas de Tolosa, 329 - T. 93 351 73 64

CENTRO DE DÍA BCN
centro de día 3ª edad
C/ Garcilaso, 45 ✆ 93 408 50 01
centrodediabcn.123miweb.es · centrodedia@gmail.com

FARMÀCIA BERENGUER DE PALOU
C/ Berenguer de Palou, 37 T. 93 349 24 28
FARMÀCIA MONTSERRAT RUIZ
C/ Sagrera, 110 - T. 93 352 29 09
FARMÀCIA NESTOR SANZ
C/ Vallès i Ribot, 8 - T. 93 352 24 07

EQUILIBRI VITAL
CENTRE D'ACTIVITATS TERAPÈUTIQUES
EXERCICIS: Dansa Oriental, Daruma Taiso
Ioga Iyengar, Karate, Chi-Kung, Tai-Chi
TERAPIES: Fisioteràpia, Homeopatia, Massatges, Musicoteràpia, Psicoteràpia, Reiki
Espronceda, 367, Entlo. 2a - 08027 Barcelona
T. 932 434 838 - Mov: 679 550 971
www.equilibrivital.com - info@equilibrivital.com

FARMÀCIA Mª ANTONIA JORBA YLLA
C/ Pardo, 4 - T. 93 352 60 58

Farmàcia
Mallorca
Mallorca, 663
Tel/Fax 93 352 52 59
OBERT TOT L'ANY DE 9 A 22h

Recupera l'alegria!
MARC SUBIAS
REFLEXÒLEG PODAL HOLÍSTIC
• Reflexologia podal • Teràpia amb minerals
• Reequilibri txakres • Tècnica metamòrfica
T. 670 44 31 86 · www.reflexologiasubias.com · La Sagrera

FARMÀCIA XAVIER LÓPEZ
C/ Sagrera, 146 - T. 93 352 57 09
HERBOLARI BIO-DIETÈTICA
C/ Navas de Tolosa, 321 - T. 93 352 23 94
NUEVA ORTOPEDIA
Pl. Jardins d'Elx, 6 - T. 93 351 02 06

FARMÀCIA
ANA M. ANDRÉS PERERA
DERMOFARMÀCIA - HOMEOPATIA - ESPECÍFICS
DIETÈTICA - FÓRMULES MAGISTRALS
MALLORCA, 621 - TEL. 93 352 70 54

OPTICS BASSOLS
C/ Navas de Tolosa, 286 - T. 93 349 66 72

RESIDENCIA GERIÁTRICA
CENTRE DE DÍA
MARE DE DÉU DE MONTSERRAT
Horario libre visitas
Cocina propia
Médico y animación
C/ Cienfuegos, 27 bajos
Tel. 93 352 80 07 Sagrera/Congrés

Segona mà

cashconverters
FLORIDABLANCA
Compramos lo que no utilizas,
vendemos lo que no te imaginas
C/. Floridablanca, 145 · T. 93 423 99 00

• Regals promocionals d'empresa
• Impressió i Disseny Gràfic
• Logotips, targetes i fullets
• Edició de revistes
• Webs
• Distribució (fullets, revistes, etc.)
• Vídeos promocionals i d'empresa
• Fotografia
• Xarxes socials (Facebook i Twitter)
destaca el que vols
AcelObert Comunicació
logotips targetes
20 anys d'experiència
Indústria, 137-141, entl., 1a, esc. esq. | Tel. 93 010 16 73

El nou canòdrom serà un dels eixos turístics del districte

El Govern municipal ha posat en marxa els Plans de Turisme de Districte, una iniciativa per promoure un turisme responsable i revaloritzar la identitat de cada barri. És per això que cada districte ha dut a terme un procés participatiu per identificar quins són aquells actius i potencialitats que pot destacar. Sant Andreu promocionarà el seu potencial turístic a partir d'un pla articulat en quatre eixos: la cultura creativa, a partir d'espais com el Canòdrom; el patrimoni industrial, amb actius com el recinte fabril Fabra i Coats; la cultura popular, que inclou les festes i tradicions locals, i l'àmbit comercial, amb els eixos associatius i la restauració del districte. Cal recordar que el nou Canòdrom Meridiana entrarà en funcionament a principis del 2015.

Nou carril bici al carrer Felip II

Aquest desembre s'han iniciat les tasques per a la construcció de nous trams de carril bici al carrer Felip II-Bac de Roda entre la plaça Virrei Amat i el lateral costat muntanya de la Ronda del Litoral. Els nous vials seran tots bidireccionals i tindran un metre d'amplada per sentit de circulació. Les obres comportaran que al tram del carrer Felip II, entre el carrer Garcilaso i la plaça Virrei Amat, es suprimeixi un carril de circulació. Amb aquest nou tram de carril bici de 4,4 km de longitud es relligaran els trams de carril existent i es perllongaran per connectar el Poblenou, la Sagrera i el Congrés.

Premi Sant Andreu per a la Comissió de Festes de la Sagrera

La Comissió de festes de la Sagrera ha estat guardonada amb el premi Sant Andreu 2013. El Districte ha volgut reconèixer a aquest col·lectiu la seva tasca de coordinació i treball pel barri des de l'any 1976. L'entitat va néixer a partir de la vocalia de cultura de l'A.VV de la Sagrera ara fa uns 40 anys, tot i que com a entitat amb estatuts registrats apareix als anys 90. D'ençà fins a l'actualitat són moltes les persones que han format part de la seva junta i han anat fent créixer les festes de la Sagrera fins arribar a convertir-se amb la festa que coneixem avui.

Llibres

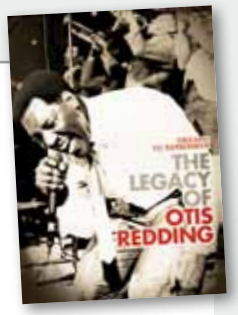
Joana Raspall; amb il·lustracions d'Àfrica Fanlo

46 poemes i 2 contes

- Barcelona: Abadia de Montserrat, 2013

Joana Raspall va publicar el seu primer llibre de poemes per a infants als seixanta vuit anys (1981). I abans de Raspall, hi havia només el desert. Tot pertanyent a una generació de grans autors i havent tingut grans mestres, Joana Raspall conrea un gènere, la poesia per a infants, que era pràcticament inexistent abans de la dècada dels vuitanta del segle passat. Amb una formació de bibliotecària, les marques de la casa Raspall són senzillesa, intel·ligència i l'afany de facilitar un pont entre la poesia que pot entendre i apreciar un nen i la que captivarà un adult.

Documental



Otis Redding

Dreams to remember: the Legacy of Otis Redding

- EU: Universal, 2008

Aquest documental musical és una revisió de la curta però brillant carrera del gran Otis Redding. Capaç de generar culte a la seva música i a la seva persona en vida, Otis va transcendir la llegenda amb el seu número 1 pòstum (SITTIN'ON) THE DOCK OF THE BAY.

Podreu gaudir de 18 interpretacions realitzades arreu d'Estats Units i d'Europa.

El documental es completa amb més de 40 minuts d'entrevistes de personatges propers a la vida personal i musical del rei del Soul com a Steve Cropper, Jim Stewart, Wayne Jackson, i la Zelma Redding, vídua d'Otis.

Premeu el "Play", seieu (si el ritme no us ho impedeix) i gaudiu amb el llegat de l'ànima (Soul) d'Otis Redding.

Música

Olivier Messiaen

"Quatuor pour la fin du temps"

El compositor francès Olivier Messiaen tenia només 31 anys quan va esclatar la 2ª guerra mundial. Al juny de 1940 va ser capturat per l'exèrcit alemany i empresonat al camp de concentració de Stalag, on va coincidir amb un petit grup de músics i va compossar aquesta obra que avui us recomanem. Els vuit moviments que donen forma al "Quartet per la fi del temps" (clarinet, viola, violoncel i el propi Messiaen al piano) es van estrenar al gener del 1941, a l'aire lliure, en un dia plujós i davant de prop de 400 presoners francesos. Una de les més importants obres de la música clàssica del segle XX que demostra que la creativitat humana es capaç d'obrir-se camí en les més adverses condicions.

Totes aquestes recomancions 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

Altres

Sala d'estudi nocturna

A partir del 7 de gener i fins al 7 de febrer de dilluns a divendres la biblioteca La Sagrera - Marina Clotet (Camp del Ferro, 1-3) disposarà d'una sala d'estudi nocturna, que podreu utilitzar de 20:30h a 1 de la matinada.

Cavalcada dels Reis Mags

El diumenge 5 de gener a les 18.30 hores, el barri de Navas farà la rebuda dels Reis Mags a la Placa Ferran Reyes. La cavalcada està organitza per la Federació d'Entitats del Clot amb la col·laboració d'associaciacions i col·lectius del barri.

Infantil

Contes màgics en la parla del Vallès Oriental

El dijous que ve 16 de gener a les 18 hores es podrà gaudir d'un mercat de veus on triar i remenar contes. Contes de desitjos, amb persones, fets i coses meravelloses, narrats en parles diferents dels Països Catalans.
Sala d'actes de la biblioteca La Sagrera - Marina Clotet (Camp del Ferro, 1-3). Per nens i nenes a partir de 4 anys. A càrrec de Mercè Rubí.

Contes de Rodari

La companyia *La penya de l'hort*, us ofereix l'espectacle *Contes de Gianni Rodari*, un recull de 10 contes teatralitzats. Serà el dijous 30 de gener a les 18 hores a la sala d'actes de la biblioteca La Sagrera - Marina Clotet (Camp del Ferro, 1-3), per nens i nenes a partir de 7 anys.

Tallers

Cicle temàtic: "Mirada de dona"

El pròxim dilluns 13 de gener de 17 a 20 hores, es portarà a terme el taller de cicle temàtic: "Mirada de dona". No cal inscripció prèvia, és un taller gratuït i obert a tothom. Sala d'actes de la biblioteca. A la biblioteca La Sagrera - Marina Clotet (Camp del Ferro, 1-3).

L'aventura de viure

Cicle de tallers i activitats que tenen per objectiu el desenvolupament integral de la persona. El conductor del taller és Bartolomé Bioque, autor local i veí de la Sagrera. No cal inscripció prèvia, és un taller gratuït i obert a tothom. Sala d'actes de la biblioteca. Dimarts 7, 14, 21, 28 de 11 a 12.30 hores. A la biblioteca La Sagrera - Marina Clotet (Camp del Ferro, 1-3).

Taller de creixement personal

Cada dimarts es reuneix un grup de gent amb inquietuds diverses amb ganes d'aprendre i créixer com a persones, tant intel·lectualment com espiritualment.
No cal inscripció prèvia, és un taller gratuït i obert a tothom. Sala d'actes de la biblioteca. Dimarts 7, 14, 21, 28 de 18 a 19 hores. A la biblioteca La Sagrera - Marina Clotet (Camp del Ferro, 1-3).

Teatre

"Esta linda la Mar"

La Pulpe Teatro presenta l'obra "Esta linda la Mar" a la Nau Ivanow (c/Hondures, 28-30). Zoe és una nena de deu anys que parla francès, vol ser carnissera, mestra i maga quan sigui gran, i que no creu en els pecats. Els seus pares marxen de vacances i la deixen a casa dels seus avis materns... Serà del 9 al 12 de gener, a les 21 hores i el diumenge a les 19 hores. El preu és de 12€ / 6€ Amics de la Nau.

"El vigilant del no-res"

Miki és vigilant de nit, els dimarts, en un magatzem de camions. Avui no és dimarts però ell igualment fa la ronda del magatzem buit i l'omple de la seva vida, paraules a mig fer: parla de la seva àvia a qui el fred de l'hivern va robar la mirada, la seva mare, el pare, la germana i la veïna del jersei d'angora color té núm. 24, amb qui es creua cada matí, i de qui s'enamora analitzant les escombraries. Un amor irreal, impossible, invisible... que el porta fins a la frontera de la raó. L'obra es podrà veure del 16 al 19 de gener a les 21 hores i el diumenge a les 19 hores, a la Nau Ivanow (c/Hondures, 28-30). El preu és de 12€ / 6€ Amics de la Nau.

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 nombres ja disposats en algunes dels quadrats. No s'ha de repetir cap xifra en una mateixa fila, columna o subquadre.

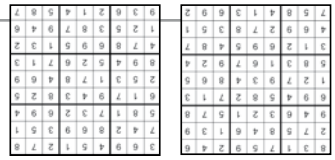
NIVELL MEDI

3						2	7	
			8			3	5	
		1	7				9	4
				4	3			
2		3	1	7	8			9
				2	6			3
4		8				1		
		5	3					6
9	3		2				8	

NIVELL DIFÍCIL

8				5				6
						1		
9					1		7	8
	9	4						
				3			6	5
	8		1		7			
	1	2				4		7
4			2				5	

Solucions



Nivell mediNivell difícil

Humor

Caram, Toni, quant de temps, què és de ta vida?
-Mira, porto 10 anys casat amb la meva xicota. I tan feliç!
Ostres, i com t'ho fas per aguantar la càrrega del Matrimoni?
-Fàcil, el secret és no dur la contrària, i funciona.
No, no pot ser!
-Tens raó, no pot ser.

Un tiu va conduint begut amb la seva dona a les quatre de la matinada.
- Mariano, ves amb compte!
- Tu tranquila, hip, que jo controlo!
- Mariano, Mariano, alerta, una curva tancada!
- I que et pensaves, que a les quatre de la matinada hauria estat oberta!

- Doctor, tinc un problema d'inseguretat. O no?

La Tira Còmica

fofiman.blogspot.com

ALEX FELIU

Galeta de Reis amb peres, ametlla i xocolata

Ingredients:

- 2 peces redones de pasta fullosa
- 3 peres conferència grosses
- 100 g de xocolate negre
- 250 g d'ametla mòlta
- 150 g de mantega
- 1 nou de mantega
- 3 ous + 1 ou
- 225 g de sucre

Posem a escalfar-se el forn amb la funció grill a 200 °C.

Pelem les peres, els llevem el cor, les partim en quatre a la llarga i cada tros, a la vegada, en quatre. Posem en una paella la nou de mantega i, en començar a fondre's, hi aboquem els trossos de pera. Els anem remenant a foc baix fins que comencen a fer-se blanets i a amollar suc. Ara hi afegim la cullerada de sucre perquè acaben de daurar-se més.

En un bol posem la mantega i li afegim el sucre. Batem tots dos ingredients fins que s'integren bé. Ara anem afegint d'un a un els tres ous. Finalment, la farina d'ametlla mòlta. Han de quedar tots els ingredients ben mesclats, fins que quedi una massa uniforme.

Posem un paper de forn sobre la safata. Escampem la primera de les masses sobre el full.

Posem el xocolate a trossos dins d'una bossa de plàstic hermètica i el colpegem amb el boix o amb una maça de fusta fins a fer-lo miques no massa petites.

Aboquem la mescla d'ous, ametla, mantega i sucre sobre la pasta de full tenint cura de deixar una vora de dos centímetres lliure. Sobre aquesta mescla, col·loquem els trossos de pera i els colpegem suaument amb el cullerot perquè s'hi integren més. Per damunt escampem el xocolate, tenint cura de repartir-lo per tota la superfície menys per la vora de la massa.

Batem l'ou que havíem reservat i pintem la vora de dos centímetres amb l'ou batut.

Col·loquem la segona de les masses sobre la primera i dobleguem les vores cap a dins. Amb l'ajuda d'una forqueta premem per tota la vora per a segellar-les bé. Després pintem tota la superfície amb la resta d'ou batut que ens ha quedat.

Si volem, amb una miqueta més de massa de pasta fullosa, podem tallar unes corones i unes estreles per a decorar i les apegarem damunt amb l'ou batut.

Agafem un furgadents redó i punxem per tota la superfície de la galeta. Això impedirà que la galeta s'infli massa i se'ns trenqui.

En el moment d'enfornar, a la meitat de l'altura del forn, abaixem el foc a 170°. La cuita durarà 25-35 minuts, després, es deixa fora reposant durant una mitja hora i ja es pot passar a una safata per a servir.

Tauler d'anuncis

Gratuïts

Varis

Venc cadira de rodes nova de color negra, plegable, lleugera i fácil de transportar. Contacte: 630 63 49 18.

Somier Pikolin de láminas de 80 x 180 (se adapta un matelas de 90) por 20€. Regalo cama. T. 617 31 69 54.

Se ofrece nevera y cama eléctrica semi nuevas, nevera: 200€, cama: 300€. Precios negociables. T. 627 22 84 08.

Vendo armario de 4 puertas con cajones interiores y con altillo. Ancho 190cm y alto 240cm. Todo de madera en buen estado. Precio 130 €. T. 605 27 55 91.

Tebeos,còmics Superherois,Manga,àlbums de cromos, llibres, calendaris de butxaca, Playmobil, soldadets de plom i joguines en general. T. 630 93 06 16.

Vendo dos chaquetones de piel. Són de los años 70. Talla 48. T. 628 47 98 89, Sra Consti.

Per canvi de domicili venc rentadora i nevera combi. Interesats T. 620 32 86 55.

Venc butaca vibratoria, color negre, reclinable, per dolors musculars, contractures, estres. Varios tipus de programes segons necessitat. Bon preu. Zona Clot. T. 932458520

Vendo bolso Tomy Hilfiger nuevo en buen estado, 10 €. Es de color beig con dos asas. T. 626 649 552.

Per canvi de domicili, venc dos armaris,un d'ells es de dos moduls i té prestatges. Puc enviar fotos pel whatsapp o correu elec. Sra. Lourdes. T. 620 328 655.

Vendo máquina de escribir. Muy buen estado.T. 600 224 631.

Vendo aspirador escoba sin cable, Minueto Solac, 39€. Perfecto estado, poco uso. Sin bolsa, ligero, inalámbrico permite moverse libremente, ergonómico.Carmen 617 892 583.

Busquem noies majors de 18 anys per tornar a montar l'equip de fútbol sala femeni de l'Associació Dolors Vidal. Per més informació: T. 670 229 311.

Vendo comedor para 6 personas desplegable que se convierte para 8 a 10 personas, muy buen estado valorado en mas de 1200 €, lo vendo por 450 € urge T. 603 118 681.

Para Damas ó caballeros. Desea verse esbelta/en forma, mantener mejor su estado nutriconal y fisico. Llame para informarse. T. 648 050 543.

Compro tebeos antics, (Roberto Alcazar, hazañas Bélicas, Capitán trueno, Vértice, etc), albums de cromos i cotxes d'scalextric. Paso a domicili. T. 654 154 765.

Vendo mechero Cartier de oro, funciona perfectamente. T. 676 066 066.

Vegeu més anuncis a la secció classificats
www.acelobert.com

Ofertes de treball

NECESSITEM COMERCIALS de PUBLICITAT

amb experiència.
Català parlat.
Fixe més comissió

Enviar currículum a: direccio@acelobert.com

Ingresos extres. Utilitza una mica del teu temps lliure per aconseguir ingressos extres!!. T. 93 128 72 17.

Gane dinero extra a tiempo parcial o a ratos libres, compatible con otras actividades!. Infórmese sin ningún compromiso!! T. 93 100 03 45.

Enhorabuena conocernos. Le invito a iniciar, proyectar y construir su futuro prospero, unase a nuestro equipo de trabajo. T. 648 050 543.

Busco personas que quieran ganar dinero. No importa edad - estudios - tu decides si quieres un dinero extra / Sueldo ó Superarlo. Sra. Rosa T. 663 001 170.

Se precisa persona, para servicio técnico de maquinas recreativas. Imprescindible experiencia. Llamar a Eduardo Santos. T. 93 232 20 62.

Te interesa trabajar!! Vende productos Aloe Vera 100% natural, gana desde un 40% hasta el 61% + un 25% extra. Si no lo pruebas no lo sabes. Contactame ritaloe@movistar.es.

Necessitem personal comercial entre 30 i 55 anys per treballar a mitja jornada. Podeu trucar a Teresa Tel. 93 582 07 78 (matins de 9 a 13 h.)

Ingresos extras y oportunidad de altas ganancias a tiempo parcial o completo. No precisa experiencia. Compatible con otras actividades. Infórmate: 93 100 02 03.

¿Cansado/a de trabajar para otro?, ¿No llegas a final de mes?, Oportunidad de tener un ingreso extra, a tiempo parcial o completo, sin dejar lo que estas haciendo. No se precisa experiencia. T. 625 596 754.

Se alquila espacio para persona que haga manicuras en un Centro de Medicina Natural bien situado (Valencia-Bailen). Información: 609 172 758 ó 93 476 45 90 Regina Moreno.

Es selecciona personal comercial per treballar mitja jornada. Majors de 35 anys amb bon nivell cultural. Interessats trucar a Srta. Marta: T. 93 582 11 49.

Se tu propio jefe. Gran oportunidad de un negocio internacional, nacional y local, con inversión reducida. Los interesados pueden llamar al: 93 427 35 86 o al 670 671 764.

Vegeu més anuncis a la secció classificats
www.acelobert.com

Demandes d'ocupació

Sra. catalana, amb vehicle, busca feina per hores a Barcelona acompanyant a persones grans, (metges, supermercat, pasejar i altres). Interesats trucar a Pepi 68612 16 47.

Busco feina de dependenta a qualsevol comerç, tinc experiència sobretot en farmàcies, mes de 5 anys. Interessats trucar al T. 619 98 29 22 pregunta Emma.

S'ofereix cangur catalana amb més de 12 anys experiència per cuidar nadons i nens. Aporto referencies. Sóc una persona seria, responsable i carinyosa. Contacte: 655 03 78 72.

Mujer de mediana edad se ofrece para cuidar personas mayores limpieza y plancha tengo referencias disponibilidad mañanas tardes y noches o fin de semana. T. 632 26 11 90.

Señora con referencias y auxiliar de geriatria, se ofrecen para: limpieza por horas o atender señora mayor. T. 600 22 46 31.

Señora busca trabajo con muy buena referencias escrita para atención domiciliaria a personas de la 3ra edad, fines de semana o turno noche. Julieta T. 632 34 15 49.

Chico Barcelona ciudad se ofrece para repartir publicidad, ofrezco seriedad y muchas ganas de trabajar. Reparto para empresas, pizzerías, inmobiliarias, etc. T. 650 80 65 79.

Mujer de mediana edad busca trabajo en limpieza o cuidado de personas mayores disponibilidad inmediata mañana ,tardes o noches interesados llamar al T. 632 26 11 90.

Hola sóc una estudiant de 24 anys . M'ofereixo per treballar ja sigui de cangur, acompanyament de nens al col·legi, depedenta, caixera... interessats trucar al T. 658 06 24 06.

935182195, rusa experiencia, buena presencia. Cuidar la gente mayor, plancha. 2 diplomas de vigilante, control de acesso. Urge.

Sr. se ofrece para trabajar en cuidado de persona mayores con conocimiento en geriatría mañanas y tarde. T. 698 33 49 11.

S'ofereix cuidadora per a persones grans i nens. Diplomada en geriatría. Contacte: cuidadores365@gmail.com

M'ofereix per tindra curar de personas grans, nens, els caps de setmana, puc quedarme a dormir. tinc experiencia. Interesat/das trucar el 636 73 75 61 preguntar per Lluïsa.

Hola soy tere me ofrezco para llevar niños al cole o darles clases ,soy monitora lleure y estudio para maestra primaria ,experiencia y seriedad. T. 693 80 99 49.

Sras. con referencias, se ofrecen para: limpieza por horas, o limpieza de escaleras. T. 600 224 631.

Vegeu més anuncis a la secció classificats
www.acelobert.com

Tauler d'anuncis

Gratuïts

Motor

Se alquila plaza de parking para moto de fácil acceso. Situado en la calle Marina con Roselló. 30e al mes. Teléfono de contacto 610 24 63 14/ 654 688 747.

Vendo mi Crysler Voayager por no utilizarla. Todo el día en aparcamiento sin moverse. Tiene sólo 27,000 Km. Precio 12.500€. T. 639 831 515.

Porche 944s2. Bon estat seients de pell, prova Itv i asegurança al corrent. Any 1989. 110 mil km sols 2 propietaris .9000 €. T. 678 522 043.

Embarcación neumática con motor de 6 C.V. Todo nuevo a estrenar. Se vende. T. 608 493 480.

Vendo coche NISSAN ALMERA GX, color blanco, gasolina, aire acondicionado, 130.000 km. Perfecto estado. Precio 950 € T. 626 413 610.

Citroën Xsara Picasso 2000 exclusive, 90 cv, año 2001. T. 93 501 65 30.

Vendo coche SEAT Leon 1.9 TDI 5V, acabado Sport. Año 2005, 63.500 Km., en perfecto estado. 5.000€, A.A., Full Equip., ITV hasta junio 2013. T. 93 265 81 63.

Es ven Chrysler PT cruiser. 2.0 limited, blau 110.000 Km. any 2001. Direcció assistida, AA, ABS, tapisseria pell, calf. seients, 140 cv. Canvi de nom inclòs. 4000 €. T. 616 394 039.

Estoy interesada en la compra de un coche de segunda mano a ser posible pequeño. T. 660 644 759 Josefina.

Sunroller modelo fiesta, 5 plzs., con cama fija litera y 2 sal. uno convertible en cama matrimonio y otro cama ind., no necesita pasar ITV, water químico. 5300 € T. 659 014 118.

Vendo moto de la marca Leonart, modelo Raptor, de 125 cc, negra, en muy buen estado, con sólo 4.000 km, seguro en vigor, siempre en parking. Precio 1.200 €. T. 607 955 689.

Vendo Ford Mondeo Ghia Año 1998, 132.000 km., dirección asistida, A.A., revisado, elevalunas elec., siempre en garaje, en muy buen estado. Precio: 2.000 €. T. 692 342 342 - 626 007 854.

Vendo Toyota Corolla 1600, año 2000- B-0230-XG. 59.875 km., Motor 1.598 cc, gasolina, revisado, dueño mayor 66 años. Motor excelente. Precio: 2.700 €. T. 622 321 944, Ferran.

Vegeu més anuncis a la secció classificats
www.acelobert.com

Immobles

Es lloga habitacio a una noia amb dret a cuina,300€ gastos inclosos,amb ascensor,lloc molt centric,parada de metro L2 Sant Antoni,Sra.Laureana 634723598/934263088

Casa con encanto en Querol (Tarragona). 2 hab., com/sala, cocina, baño, aseo, grandes terrazas con magníficas vistas. 99.950 euros. T. 93 424 14 97 Margarita.

Piso Barcelona-Barri Roquetes (Nou Barris). 70m., 3h., salon 18m., coc. y lavabo ref., balc., A.A. 2ª planta, muy soleado, con bus y metro al lado, colegios y ambulatorio. 120.000€. Tere 676 892 798.

Piso Sagrera semi-nvo. 110m2, Pisc., Park. opc., transp. publ., excel. zona. 3h. dob, 2 bños, coc-off., com-sal. 25m2, balc. trza. 270.000€, Park 36.000€ T. 656 320 936 y 930 042 079 Merche.

Particular vende casa planta baja en Montcada i Reixac 85 m2, con patio exterior, barbacoa, cocina americana, para entrar a vivir. Precio 259.000€. Fco. 678 886 429.

Es ven pis a Eixample Esquerra, finca reformada amb asc., 5é, pis, quatre hab., un bany, ext. amb balcó. molt lluminos. T. 686 092 236.

Alquilo plaza de parking grande coche y dos motos vijilada 24 horas avda MISTRAL 10 120 € al mes T. 667 601 339.
Alquilo 2 parking juntos al precio de 100€ en Felipe II, 82. T. 620 923 488.

Àtic prop Sagrada Família. 3 dorm., orientació mar, solejat, tranquil, amb asc., magnífiques vistes, moblat, 270.000 €, T. 93 436 91 37.

Vegeu més anuncis a la secció classificats
www.acelobert.com

Relacions

Soc noia 43 anys. Me agradaría coneixer amigues,per sortir al cinema, pendre algo, ect. Amb fi de amistat.658085638

Soltero 46 años muy alto busco compañera para poder salir ir al cine,teatro,viajar compartir aficiones si te interesa llamame 693811848

Hola a todos.Chico mayor de 60 busca chico de 55 a 65.Contacta a e-mail: beccar353@yahoo.es

Joven de cierto nivel, 49 años, de Bcn, separado, con buen aspecto, dialogante, culto. Desea conocer a una chica afín para relación estable. noupoble40@gmail.com

Hombre de 60 años viudo,busca Señora de 52 a 60 años,para tener una amistad y posible relación estable.Josep_BcN_@hotmail.es.

Jordi 47, capricornio, sencillo, sincero, divertido y muy romantico, busca princesa que se que existes, buscame. T. 617 764 768.

Amistad. Interesada en conocer amigos/as entre 60-70 años, para entablar amistad. Interesados/as, llamar (de 15-18 horas) al T. 93 352 9229. Preguntar por María.

Dona de 49 anys busca relació estable amb noi de 40 a 50, atractiu, simpatic, cult, que no li agradi gaire l´esport, amant del cinema subtitulat, carinyos... T. 625 236 705.

Hola soc noi de 41 busco noia per relacions coneixens i a veure cm va em dic franc soc molt dolç i molt simpatic tinc watssap petons T. 667 228 533.

Tengo 46 años soltero busco mujer para relacion seria, quedar para ir al cine, teatro, viajar. Si estás interesada llámame. T. 698 311 848.

Busco Sra. 60-68 años formal, libre y con personalidad positiva para amistad y posible relación. T. 633 954 405. Alfredo.

Hombre de 68 años. Culto. Sin cargas familiares. Deseo relación estable con señora afín. T. 608 791 321. email. corbella1942@hotmail.com. Jose.

Noi de 37 anys 1.80m., ulls clars, vol conèixer noies atractives per sortir T. 675 40 95 32 Josep Maria.

Vegeu més anuncis a la secció classificats
www.acelobert.com

PER POSAR EL SEU ANUNCI GRATUÏT

www.acelobert.com

Molt fàcil!. A partir d'ara el seu anunci particular sortirà també publicat a Internet.
Ara vostè mateix podrà afegir el seu anunci gratuïtament, entrant a:
www.acelobert.com - Classificats/Particulars (Gratuït)
No s'accepten anuncis professionals en aquesta secció.

Àries

21 MARÇ - 20 ABRIL

Les teves ganes de passar-ho bé i de generar energia positiva són la clau perquè l'ambient a casa millori. Treball: la teva manera de fer les coses, pot no agradar, però aquests dies, en general, tot seran elogis.

Taure

21 ABRIL - 20 MAIG

Les conquestes et plouen i és perquè mostres el teu costat més seductor. Et faran propostes molt atractives. Treball: et toca posar pau i intervenir en un conflicte laboral, que està alterant tot. La teva opinió s'escolta i respecta.

Bessons

21 MAIG - 21 JUNY

Setmana d'activitat i a tu et ve de gust passar més temps a casa. Aquesta vegada seràs tu la que hagis d'adaptar-se. Treball: molts encàrrecs i molt poc temps, deus organitzar-te i delegar, demanar ajuda. La tindràs.

Cranc

22 JUNY - 22 JULIOL

La intensitat emocional continua, et sents de meravella amb qui portes tota la vida gaudint, aquesta és la teva gran sort. Treball: cura amb la teva impaciència, no imposis el teu criteri en assumptes que no domines.

Lleó

23 JULIOL - 23 AGOST

Després d'una etapa difícil, la setmana es presenta bella, per la calor del teu cor. En tindràs prou per escalfar l'ambient. Treball: activa la teva voluntat, el primer és confiar en el teu potencial per portar endavant els teus objectius.

Verge

24 AGOST - 23 SETEMBRE

La paciència és un art que practiques sovint, però a les relacions sentimentals has de posar-li brio. Treball: un compromís pot obligarte a treballar aquests dies i no et deixarà gaudir les festes.

Balança

24 SETEMBRE - 23 OCTUBRE

Torna a encendre la flama de la passió. Aquesta és capaç de moure muntanyes i reconquistar el cor de la teva parella. Treball: tens una gran oportunitat, deixa els teus dubtes I valora la situació. Pot impulsar-te professionalment.

Escorpí

24 OCTUBRE - 22 NOVEMBRE

Decideix-te a superar un problema sentimental, deixa enrere el passat i gaudeix del que la vida t'ofereix. Treball: canvis professionals i hauràs d'adaptar-te, pot ser un trasllat o una reestructuració. Tot serà pel teu bé.

Sagitari

23 NOVEMBRE - 21 DESEMBRE

La teva generositat és enorme però ves amb compte amb el malgastar, pots acabar amb la teva targeta de crèdit. Treball: si tens la impressió que t'exigeixen massa, planteja-t'ho seriosament. Hi ha compromisos que poden esperar.

Capricorn

22 DESEMBRE - 20 GENER

Període replet d'oportunitats amoroses. Sabràs marcar les pautes i aconseguir el que ara com ara és possible. Treball: el teu poder de decisió i organització són les teves millors qualitats. Utilitza'ls per aprofitar les oportunitats.

Aquari

21 GENER - 19 FEBRER

La gent et titlla d'austera perquè no es prenen la molèstia de conèixer-te, o perquè tu no els ho permets. Pots començar el 2014 sorprenent-los. Treball: afluixa el teu ritme, dóna-li festa a les teves neurones i desconnecta dels problemes.

Peixos

20 FEBRER - 20 MARÇ

Hi ha retrets en l'ambient, la teva parella o algú proper pot queixar-se de coses que no acceptes. Però és passatger. Treball: tot indica que hi ha poques motivacions, has de canviar de seguida d'actitud, projecta i planifica.

per Centre Parapsicològic Acuario, María Olga Cid Cuadras / ACPG

18 ANIVERSARIO
1995-2013

cashconverters

Compra tus Reyes Magos y ahorra.

FLORIDABLANCA

Compramos lo que no utilizas, vendemos lo que no te imaginas

C/. Floridablanca, 145 · T. 93 423 99 00

JOYERÍA • INFORMÁTICA • FOTOGRAFÍA • INSTRUMENTOS MUSICALES
VIDEOCONSOLAS • IMAGEN Y SONIDO • TELECOMUNICACIONES
DEPORTE • BRICOLAJE • PEQUEÑO ELECTRODOMÉSTICO • ETC.

CUINES INTEGRALS · ELETRODOMÈSTICS · CORIAN
KRION · MARBRES · ACER · MICROCIMENT · BANYS
MAMPARES · SANITARIS · AIXETES · PLATS DE DUTXA
BANYERES AMB I SENSE HIDROMASSATGE · MOBLES
DE BANY · SAUNA SECA I DE VAPOR · SPA
ENLLUMENAT · VESTIDORS · FUSTERIA · PINTURA
MINUSVALIDESA · PAVIMENTS · RESVESTIMENTS

DISSENY D'ESPAIS · REFORMES

PRIMERES MARQUES AL MILLOR PREU.
SOM MAJORISTES.
40 ANYS AL SECTOR ENS AVALEN.

mio
INTERIORS

Passeig Maragall 13
☎ 93 465 23 19
Barcelona
www.mio-interiors.com

tapadel water .com
Busques tapa de WC?
No la trobes? Ja no es fabrica? Nosaltres les tenim totes!!! tapadelwater.com