BARCELONA barri a barri

AcelObert®

Revista mensual GRATUÏTA
Any VI · núm. 79 · Agost 2014
www.acelobert.com

Entrevista en exclusiva

Ada Colau

Pàg. 6

Bcn no fa vacances

Tot el que pots fer aquest estiu

Pàg. 9

Programa Festa Major Sants

Del 23 al 30 d'agost

Pàg. 12

Foto Portada: Elisabeth Serra

RESTAURANTE RINCÓN PERSA
COCINA PERSA MILENARIA
Único restaurante persa en Cataluña
Floridablanca, 85 ☎ **93 425 59 96 · 607 27 11 04** · www.rinconpersa.com

CEIR ARCO

www.ceir-arco.org

CICLES FORMATIUS GRAU MITJÀ

- Electromecànica de vehicles automòbils
- Carrosseria
- Instal·lacions elèctriques i automàtiques
- Cures auxiliars d'infermeria
- Farmàcia i Parafàrmacia

CICLES FORMATIUS GRAU SUPERIOR

- Interpretació de la llengua de signes
- Educació Infantil
- Integració Social
- Documentació Sanitària
- Automoció
- Sistemes Electrotècnics i Automatitzats

P.Q.P.I. PROVA D'ACCÉS GRAU SUPERIOR

Villarroel, 5 ☎ 93 423 30 86 · Aragó, 135 ☎ 93 323 35 23

ESTAS DE VACACIONES?
TE HAS QUEDADO EN CASA?
HAS HECHO LIMPIEZA?

No te preocupes nos traes aquello que no usas y sales con las manos llenas para disfrutar del verano

Compra
lo que necesitas
Vende
lo que no utilices
Ganarás siempre

second
barcelona

València 662
Tel. 93 245 20 99

Vende tus artículos sin salir de casa!!!
Envíanos un mail con tu consulta y te informamos de las condiciones
secondbarcelona@secondcompany.es

Visítanos o ponte en contacto con nosotros. Abrimos de Lunes a Sábados de 10 a 14 y 17 a 20.30 h.

Sumari Agost'14

Entrevista a **Ada Colau** *Pàg. 6*

BCN no fa vacances *Pàg. 9*

Festa Major de Sants *Pàg. 12*

Cuina:
Pollastre amb llimona *Pàg. 59*

15 Barri Sants-Hostafrancs
22 Barri Sant Antoni
24 Bars & Restaurants Sant Antoni
30 Barri Les Corts
30 El llibre del mes
"Wabi-Sabi"
33 Citas citables
33 Guanyador del concurs, guanya un pernil juny'14
37 Barri Sagrada Família
40 El secreto de las Hierbas
Berro
40 Bars & Restaurants Sagrada Família
45 Espai Jurídic
Perquè signar un contracte d'arres
46 Sudoku
47 Secció Immobiliària
48 Barri Clot-Camp de l'Arpa
52 Gent Gran
La importancia de vivir. Sin descuidar de sentirse vivo.
54 Barri Sagrera·Navas Congrés/Indians
61 Tauler d'Anuncis
62 Horòscop

Sant Antoni Pàg. 22

Sants-Hostafrancs Pàg. 15

Les Corts Pàg. 30

Sagrada Família Pàg. 37

Clot-Camp de l'Arpa Pàg. 48

La Sagrera Navas Congrés/ Indians Pàg. 54

AcelObert BARCELONA barri a barri

Publicació associada a: acpg premsa gratuita i mitjans digitals

C/. Indústria, 137-141, entl. 1a, esc. esq. - 08025 Barcelona • T. 93 010 16 73 - 605 813 098 • 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, Menfis Grup i Llibreria Sintesis.

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.

La Diputació de Barcelona vigila els boscos aquest estiu

El Pla té com a finalitat principal evitar els incendis i limitar-ne els efectes. *(Foto: Diputació de Barcelona)*

Redacció

A mig juny va començar l'operatiu del Pla d'Informació i Vigilància (PVI) contra incendis forestals 2014, que la Diputació de Barcelona ha posat en marxa fins a principis de setembre, dins la campanya d'estiu.

En aquest Pla hi participen, a més de la Diputació de Barcelona, un total de 265 ajuntaments, deu consells comarcals, 118 ADF i nou federacions d'ADF. Amb un pressupost global de 2.717.745€, està previst que aquest Pla mobilitzi un total de 334 persones, entre les quals hi ha 212 informadors, 25 operadors de comunicacions, onze enginyers de zona, 58 guaites i deu auxiliars de zona. Totes elles disposaran d'una flota de 106 vehicles 4X4 per realitzar tasques de vigilància de 472.979 hectàrees forestals de la demarcació de Barcelona.

En total, el Pla d'Informació i Vigilància contra incendis forestals de la Diputació de Barcelona d'aquest estiu 2014 consta de nou zones de vigilància i un total de 112 rutes, cada una d'elles dotada d'una unitat mòbil (vehicle 4x4), que recorreran les més de 470.000 hectàrees de boscos.

El president de la Diputació de Barcelona, Salvador Esteve, ressalta els bons resultats obtinguts en les campanyes dels darrers anys, però recorda que cal seguir treballant en la prevenció mitjançant la gestió forestal. En aquest sentit, assenyala com a accions prioritàries el pla d'explotació dels boscos a partir de la utilització de la biomassa i remarca que aquesta acció és especialment important ja que **«dinamitza el territori, fa més rendibles els boscos i funciona molt bé com a prevenció d'incendis»**. També destaca la continuïtat de l'acció de prevenció d'una forma coordinada amb els ajuntaments, Generalitat, ADF i consorcis per vetllar que no es produeixin incendis com la millor manera de lluitar contra els focs al bosc.

El president de la Diputació de Barcelona, Salvador Esteve, ressalta els bons resultats obtinguts en les campanyes dels darrers anys *(Foto: Judit Contreras / Diputació de Barcelona)*

"en la prevenció d'incendis és molt important el civisme i la responsabilitat de totes les persones"

D'altra banda, el president de la Diputació també posa èmfasi en la recent aprovació del programa europeu Life per a la gestió forestal i prevenció d'incendis a la muntanya de Montserrat, com a exemple d'accions importants que estan en marxa en el territori, entre les quals també hi ha la gestió de la biomassa o la introducció de ramats en la neteja dels boscos.

POR ANTONIA UTRERA FOTOS ELÍSABETH SERRA

Ada Colau

"Tenim mes poder del que ens havien fet creure i a més som majoria"

Ada Colau va néixer el 3 de març del 1974 al barri barcelonès del Guinardó. Va estudiar Filosofia a la universitat de Barcelona. Co-autora del llibre "Vides hipotecades", va ser portaveu i co-fundadora de la PAH, Plataforma Afectats per l'Hipoteca, des de l' any 2009.
Falten dones com ella que surtin a la palestra, dones empoderades, amb sensibilitat, compromeses i coherents amb el que pensen i senten, que denuncien els abusos i les injustícies socials del moment actual. Ada Colau es va guanyar el respecte i l'estimació de moltíssima gent, per la seva fortalesa, honestedat i claredat mental, defensant i fent costat -fins i tot davant Brussel·les- a la gent més empobrida i més vulnerable del nostre país, els milers i milers de desnonats.

El Dret a l'habitatge és un dret fonamental.
Si, malgrat això, utilitzen la força judicial i policial per treure a les persones de casa seva i deixar-les al carrer, encara que hi hagin nens, encara que hi hagin persones grans o persones malaltes. Fan desnonaments com si fos el més normal del món, pisos en mans d'entitats financeres, que han estat rescatades amb diners nostres. Una vegada ens treuen el pis, continuen fent negoci amb ell.

Vau aconseguir moltes coses amb la Plataforma Stop Desnonaments….
Tothom necessita un espai de seguretat, no només físic sino emocional. Quan et treuen la teva casa, tota la vida et salta pels aires… Són milers i milers de persones que han estat en aquesta situació limit, s'han viscut situacions duríssimes. Hem aconseguit aturar molts desnonaments, i hem aconseguit reallotjar a centenars de persones, hem aconseguit forçar als bancs a negociar, dacions en pagament i lloguers socials, ens hi han recolzat jutges, els Tribunals europeus, Nacions Unides… o sigui que, a poc a poc hem anat aconseguint coses, però amb moltíssim esforç.

Els mitjans de comunicació no parlen d'aquestes conquestes...
Durant molt de temps ens han dit que manifestar-se no servia de res, que la crisi es culpa nostra, un missatge oficial per culpabilitzar a la població i de dir-nos que som impotents i que no podem fer res.

"Les grans decisions no s'estan prenent als Parlaments, s'estan prenent als Consells d'Administració de les empreses"

Amb la Plataforma hem demostrat que la gent més empobrida, si s'ajunta i fa força, pot aconseguir coses que abans eren inimaginables. Això no interessa que es sàpiga, els bancs tenen molta influència en els grans mitjans de comunicació, molts d'ells estan endeutats amb aquests bancs, els partits polítics també, tenen deutes amb els bancs, és clar, hi ha una relació de dependència, per això la ciutadania està dient que vivim en una democràcia segrestada.

Per què es parla de democràcia Formal i no Real?
Votar cada quatre anys no és suficient. Democràcia vol dir el govern del poble, hauria de ser normal fer referèndums, consultes. Hi ha molts mecanismes de participació que avui no s'estan utilitzant perquè no interessen. Els partits polítics majoritaris tenen relacions de dependència amb les entitats financeres i les grans decisions no s'estan prenent als Parlaments, s'estan prenent als Consells d'Administració de les empreses. Si un ministre, quan surti, tindrà una feina de 200.000 euros per anar a una reunió dos cops a l'any, és evident que amb aquests incentius, aquests ministres acaben governant per les grans empreses i no per la ciutadania.

Avui a Barcelona hi ha un 25% de pobresa infantil.
Els drets essencials com és habitatge, alimentació, sanitat, educació, haurien de ser la prioritat absoluta de qualsevol política publica i mes en un moment com aquest. És escandalós que una ciutat com Barcelona que té recursos suficients, s'estiguin violant drets fonamentals com és el dret a l'alimentació, més si parlem d'infants o de persones grans. Que hi hagin nens passant gana…. Com ens podem mirar al mirall i permetre una cosa així?

Tampoc es parla de l'augment de suïcidis.
Sempre s'ha intentat silenciar. Han augmentat els suïcidis per la crisi, per tant és gent que no està boja si no que l'han tornat boja. Si a tu et treuen la feina, a més et diuen que ets culpable de tot el que et passa, veus que per molt que busques no trobes feina, per no trobar feina pots perdre casa teva, si a més ha sigut per una hipoteca, et pots quedar amb un deute de per vida, facis el que facis, no hi ha manera de què et puguis recuperar mai, i a més tens criatures, i tens persones grans al teu càrrec, és que la gent l'estan portant a una situació limit que és absolutament insuportable, llavors la gent acaba pensant a treure's la vida quan mai li havia passat pel cap.

El 26 de juny vas presentar Guanyem Barcelona.
Guanyem Barcelona no és un Projecte meu, és una Plataforma ciutadana impulsada per molta gent molt diversa, ciutadans i ciutadanes que hem estat actius amb moviments o entitats socials, del sector acadèmic, universitari o diferents professionals de l'àmbit de l'educació, de la sanitat, etc. que fa temps que treballem per la ciutat però no des de l'àmbit polític o institucional, i veiem la necessitat de preocupar-nos de les nostres institucions, que no estan governant per la ciutadania, si no que estan governant per les empreses i pel turisme de masses bàsicament, i que s'està venent la ciutat, s'està privatitzant l'espai públic i estem perdent els barris.

"Estem vivint una Democràcia Segrestada"

Quines son les vostres propostes?
Calen noves formes de fer política, cal una participació real, cal que els ciutadans realment siguin els protagonistes de les nostres institucions i això ara no està passant, cal una renovació en les institucions i cal un contracte ètic on hi hagi una limitació de sous, una limitació de mandats, on no es puguin acumular càrrecs, on realment s'evitin amb unes regles concretes, que els professionals i els "trepes" de la política no se'n puguin colar. Una economia que generi feina estable i de qualitat i no precària com la que tenim ara i cal prioritzar l'alimentació, l'habitatge, tenim pisos buits en mans d'entitats financeres, mentre es segueix desnonant. Cal revertir la privatització de la sanitat, l'educació, i els serveis bàsics.

30.000 signatures abans del 15 de setembre…
De moment només som una plataforma ciutadana, que el que diu és "volem ajuntar forces per acabar fent una candidatura que permeti fer aquesta Barcelona que volem, aquest Ajuntament que volem", creiem en la democràcia, i per això ens fixem des de la presentació fins al 15 de setembre per reunir 30.000 signatures com a mínim, i si és així, a les hores seguirem a la següent fase, que és amb tots aquests actors que estiguin interessats a fer aquesta confluència amb objectius concrets doncs ja formalitzar una proposta de candidatura que haurà de desenvolupar tot un programa de forma participativa i finalment elaborarà una llista i escollirà uns candidats.

Participació directa dels veïns del barri.
No volem crear un nou partit. Els nostres barris tenen un gran teixit veïnal, associatiu i comercial, i el que volem és reforçar el que ja existeix. La Barcelona que volem l'han de fer els barris, la gent que viu als barris. I volem elecció directa dels regidors de districte.

Qualsevol veí o veïna del barri pot col·laborar?
A www.guanyembarcelona.cat és molt senzill signar. Volem que cadascú en la mesura del possible pugui contribuir, tant si saps d'un tema en concret, temes de comunicació, de sanitat, d'educació, o bé participant en el seu barri en concret, a través de la pàgina web hi ha un mail de contacte on es pot escriure. Estem fent moltes xerrades als barris, volem escoltar, preguntar quina ciutat creiem que s'ha de construir i com l'hem de fer de forma conjunta i estan venint centenars i centenars de persones.

"Dret a Decidir, si, però ha decidir-ho tot!"

Tenim Dret a Decidir?
És el nostre compromís total i democràtic amb el Dret de Decidir, però volem decidir-ho tot, no només el tema de l'Independència, volem decidir el model social, la prioritat de les polítiques publiques, els pressupostos. Avui ja podríem estar decidint sobre el model de sanitat i d'educació publica i això ens ho estan vetant. El tema és "quina societat volem", "quin país volem" De què ens serveix una Independència si només és canviar la bandera i canviar els càrrecs i el nom de les institucions però tot segueix igual, això no és suficient, volem decidir-ho tot.

Auditaríeu els comptes de l'Ajuntament?
És un requisit mínim de la ciutadania. S'hauria d'auditar no només els pressupostos i l'economia si no també els càrrecs que hi ha, no només l'Ajuntament si no també empreses municipals on s'hi ha col·locat a molta gent per motius que no són l'interès general de la ciutadania.

Pujaríeu els impostos municipals als més rics?
La fiscalitat ha de servir per fer justícia social. L'Ajuntament actual està fent al contrari, s'està utilitzant la fiscalitat per beneficiar encara mes a qui més té, i en canvi perjudiquen qui menys té.

Amb aquesta situació, que fer per mantenir-se en calma i no sortir corrent?
Estem descobrint que tenim mes poder del que ens havien fet creure. Ens estan traient la feina, les cases, els serveis bàsics, semblava que no els traurien mai, com sanitat, educació, aconseguits després d'anys i anys de lluita dels nostres pares i dels nostres avis, o sigui que si ens quedem quiets i no fem res, ens ho aniran traient tot i ens trauran la ciutat, ho privatitzaran tot.

La llei Mordassa complica…
El govern ha perdut tota la legitimitat i cada cop hi han més mobilitzacions al carrer, perquè la gent està farta que rescatin als bancs i no rescatin a les persones, llavors fan servir el llenguatge de la por i de l'amenaça. Amb la llei Mordassa ens volen prohibir directament el dret a la manifestació pacifica, això és aprovar ja una dictadura. S'han inventat multes de milers d'euros per penalitzar allò que els jutges no penalitzaven, la situació és molt preocupant, però és clar, si fan això és per feblesa política i no els hi sortirà bé, la gent ja està farta.

"...si ens quedem quiets, ens ho aniran traient tot"

L'esser humà és quelcom mes del que ens fan creure…
Ens han venut que l'ésser humà és dolent, és corrupte i per això tenim polítics corruptes, que aquí tothom mira per si mateix….A qui l'interessa que pensem que som egoistes, que som corruptes, que som dolents? L'interessa al poder, perquè aixi nosaltres estem tot el dia competint entre nosaltres en lloc de cooperar per fer un futur millor, més just i més igualitari i en definitiva més feliç, i això és el que importa, no les propietats que acumules o els èxits professionals que al final, quan et fas gran o et poses malalt, això no et consola. Hem aconseguit aturar desnonaments, hem canviat coses que semblaven impossibles, som capaços de fer el que ens proposem i nosaltres som majoria, si nosaltres ens ho creiem, ho farem possible.

Vídeo de l'entrevista completa a: **www.acelobert.com**

Bcn no fa vacances

Biblioplatja

Aquest estiu tant si t'oblides el llibre a casa com si te l'emportes, gaudeix de la lectura mentre escoltes les onades. Un servei de biblioteca ofereix lectura a peu de platja a la Barceloneta.

En aquest espai podràs trobar revistes i llibres sobre temes diversos. Segur que si t'acostes, podràs trobar allò que t'interessa. I és que la lectura també és pel temps lliure.

Aquest servei funcionarà fins al 30 de setembre als porxos de la Barceloneta, a peu de platja (sota el Passeig Marítim, davant de l'Hospital del Mar.) Només cal que et documentis, que trobis allò que t'interessi i...a gaudir de la lectura!

La Font Màgica

Simplement anomenada Font de Montjuïc o Font Màgica, és una exhibició de color, llum, moviment, música i acrobàcies aquàtiques espectacular. Si mescles tots aquests elements i els combines correctament n'obtens màgia pura!. La Font Màgica és un espectacle "obligat" i altament recomanat de Barcelona.

Com arribar a la Font Màgica de Montjuïc: amb metro plaça d'Espanya (línia verda, L3 i línia vermella, L1).

Estiu:
De dijous a diumenges, de 21.00 h a 23.30 h.
Horari d'inici de coreografies: 21 / 21.30 / 22 / 22.30 i 23 h.

EVASCRAP
Scrapbooking, manualitats i tallers
C/ Pobla de Lillet, 1, bis
✆ 93 185 82 68
www.evascrap.com

Tornen les Nits Màgiques de Casa Batlló!

Aquest estiu l'elegància i la creativitat de la Casa Batlló s'uneixen per crear un ambient únic i captivador al cor de la ciutat fins al 27 de setembre. Un espai sublim on gaudir de deliciosos sopars-buffet i selecta cocteleria i on sentir l'art i la música en directe amb la lluna com a singular testimoni.

A partir de les 21h, la Casa Batlló t'obra les seves portes amb una original proposta d'oci per a descobrir tota l'excepcionalitat creativa d'Antoni Gaudí en un ambient nocturn ple de fantasia.

Les actuacions musicals de diferents artistes de renom inundaran la nit de ritme. Amb una agenda musical variada i apta per a tots els públics, es podrà gaudir des de concerts de guitarra espanyola a càrrec de Sergi Vicente, a elegants interpretacions de piano d'Olga Kobekina, Aires de Rumba catalana, la intensa veu de Marga Mbande o suaus notes de soul i funky a càrrec de Laura Simó.

Doble a +a
CHALK PAINT™ by Annie Sloan™
Descobreix una pintura amb la qual no cal polir la superfície. Podràs pintar metall, fusta i plàstic amb base d'aigua i pigments naturals, no fa olor i s'asseca molt ràpid.
Vine a veuren's i descobreix totes les possibilitats dels teus mobles!
www.dobleamasa.com
dobleamasa@dobleamasa.com
Carrer Rosés, 58-60 ✆ 93 192 86 41

Nits d'estiu al terrat de La Pedrera

Les Nits d'estiu més màgiques de la ciutat de Barcelona: una experiència única per gaudir de la Pedrera de nit, amb música jazz en directe al terrat, i contemplar una de les vistes més espectaculars de Barcelona.

Nits d'estiu inclou una visita lliure a l'Espai Gaudí, un recorregut visual per l'obra del singular arquitecte, seguida d'una copa al terrat, un indret emblemàtic i suggestiu que convida a viure l'arquitectura, la nit, la ciutat i la música.

Tots els dijous, divendres i dissabtes fins al 6 de setembre.

- **Sabina Witt Quartet**
1 i 2 d'agost de 2014
- **JUAN DE DIEGO TRAKAS**
7, 8 i 9 d'agost de 2014
- **IVAN KOVACEVIC 5 SPOTS**
14, 15 i 16 d'agost de 2014
- **JAZZ MACHÍN**
21, 22 i 23 d'agost de 2014
- **LLIBERT FORTUNY & GERGO BÖRLAI**
28, 29 i 30 d'agost de 2014
- **FÉLIX ROSSY & ENRIQUE OLIVER**
4, 5 i 6 de setembre de 2014

Mecal Air, projeccions de curtmetratges a l'aire lliure, torna tots els divendres fins a setembre. A més de les projeccions, els assistents poden gaudir d'un espai Chill Out, servei de barra i música durant les pauses. Com ja és habitual, les projeccions seran a la plaça del Baluard d'El Poble Espanyol de Montjuïc.

Curs a l'aire lliure...

Preu de l'entrada: 3 € (amb flyer) i 6,50 € (sense flyer), el flyer es pot descarregar a Facebook Mecal.

Divendres 1 d'agost
"I think so I bike"
(Especial Bici / Secció patrocinada per Apinyó)
Divendres 8 d'agost
"Requetemiau"
(Especial Gats)
Divendres 15 d'agost
"Tinc un cargol al cap"
(Especial Frankenstein)
Divendres 22 d'agost
"Melons, Peres, Cocos, Domingues"
(Especial Tetes)
Divendres 29 d'agost
"T'estimo. Per cert, com et deies?"
(Especial Amor)

Gandules'14

Un any més, el CCCB us convida a compartir Gandules'14 està dedicat al cinema contemporani que ens parla dels emigrants d'avui dia i ens relata els difícils i inesperats camins que han de recórrer per arribar al destí on confien i somien trobar allò que el seu país d'origen no els ha donat. Pel·lícules en què es narra un viatge ple d'incògnites i, a vegades, de penúries, com també d'enganys: les dificultats per trobar una habitatge o una feina en un entorn desconegut, les experiències d'encaix en les diferències culturals i socials, o la vida lluny de la família i dels amics. L'entrada és lliure i les places són limitade.

Dimarts 5 d'agost
La pirogue (La piragua)
2012, Senegal/França/Alemanya, 87', VOSC

Divendres 8 d'agost
"Requetemiau" (Especial Gats)
Divendres 15 d'agost
"Tinc un cargol al cap" (Especial Frankenstein)
Divendres 22 d'agost
"Melons, Peres, Cocos, Domingues" (Especial Tetes)
Divendres 29 d'agost
"T'estimo. Per cert, com et deies?" (Especial Amor)

10 anys CosmoCaixa

Aprendre mentre gaudeixes és possible. Un planetari, un bosc inundat i més de 35.000 m² de ciència per tocar i descobrir amb tots els sentits

ACOSTA'T A L'ÚNIC LLOC ON OCI I CIÈNCIA, PER FI, ES TROBEN

De dilluns a diumenge, de 10 a 20 h
cosmocaixa.com/agenda

CLIENTS "LA CAIXA"
ENTRADA GRATUÏTA

Preu de l'entrada: 4 €
Menors de 16 anys, gratuït

Obra Social "la Caixa"

Festa Major de Sants'14

Del 23 al 30 d'agost

Dissabte 23 d'agost

18.30 h **Cercavila de Festa Major**
Geganters de Sants, Banda del Triangle de Sants, Tabalers de Sants i Castellers de Sants fan el cercavila des dels Jardins de Can Mantega, passaran pel c. Joan Güell, plaça de Sants, c. Sants, c. Espanya Industrial i l'arribada
serà al Parc de l'Espanya Industrial.
19.30 h **Ball de gegants actuació de la banda del Triangle de Sants i dels Tabalers de Sants i pilar de castells dels Castellers de Sants**
Al Parc de l'Espanya Industrial.
20.00 h **Pregó de Festa Major**
A càrrec d'Enric Massip, exjugador d'handbol amb un ampli palmarès esportiu. Sis copes d'Europa amb el F.C.
Barcelona i la medalla de bronze dels Jocs Olímpics de Sidney 2000 són els seus èxits més destacats.
Al Parc de l'Espanya Industrial.

Diumenge 24 d'agost

10.00 h **Ofrena floral a Sant Bartomeu**
A l'Església Santa Maria de Sants, per part de les comissions de festes dels carrers, Castellers de Sants i veïns i veïnes que ho desitgin. Posteriorment es farà l'ofrena floral al Mercat de Sants.
10.00 - 17.30 h **Beisbol**
Beisbol per a nenes i nens de 5 a 15 anys.
El Club Beisbol Barcelona us convida al seu inflable perquè pugueu conèixer l'esport del beisbol. Podràs practicar la punteria i l'encert amb un bat. I si tens una mica de sort et pots endur un record.
Al Parc de l'Espanya Industrial.
18.00 -19.30 h **Activitat familiar: Tastet d'expressió corporal en família, a càrrec de Tata Inti**
Tastet creatiu on apropar-nos al propi llenguatge corporal com a adults i com a nens/es, incidint en la descoberta, la curiositat i la creativitat a l'hora de moure'ns i expressar-nos. Proposta lúdica on jugar en moviment amb els nostres fills i filles tot creant noves proximitats i sistemes de comunicació a través dels sentits, el moviment i el contacte.
Al Parc de l'Espanya Industrial.

Dilluns 25 d'agost

11.00 - 13.30 h **Festa de l'Aigua**
De la mà d'Aigües de Barcelona podràs divertir-te amb jocs d'aigua per a tota la família. Adreçats a infants d'entre 0 i 12 anys.
Al Parc de l'Espanya Industrial.
11.00 -18.00 h **Mercat infantil de 2a mà**
A Vallespir, 12 (Portal de Sants).
Informació a: espaitatainti@gmail.com
17.30-19.00 h **Visita àudiodescrita per persones amb dificultats de visió als carrers guarnits. Itinerari nord.**
Inscripcions gratuïtes a SUBTIL fins al dia 22 d'agost enviant un correu electrònic a subtil@subtil.cat o trucant al telèfon 620626704.
17.30 - 19.00 h **Ballada de sardanes amb la Cobla Principal del Llobregat**
Al Parc de l'Espanya Industrial.
19.00 - 19.45 h **Espectacle de dansa aèria *Cantare Volare* de la companyia Circo Delicia**
Al Parc de l'Espanya Industrial (àrea frontó).
20.00 h **Lliurament de premis del concurs de guarniment de carrers**
Al Parc de l'Espanya Industrial.

Dimarts 26 d'agost

10.00 - 13.30 h **Tallers infantils i exposicions.** Vine a conèixer alguns dels serveis que fan els Mossos d'Esquadra; fes-te fotos amb els cotxes patrulla, les motos de trànsit i la llanxa de salvament. O descobreix com treballen els gossos policia dels Mossos d'Esquadra. Durant tot el matí hi haurà tallers i exposició del material que utilitzen les diferents unitats: Unitat de Trànsit, Unitat Canina, Unitat Subaquàtica, Desactivació d'explosius (TEDAX) i la Unitat d'Intervenció en Muntanya. La Unitat Canina realitzarà una exhibició amb els gossos a les
Al Parc de l'Espanya Industrial.
11.00 -18.00 h **Ambulàncies Catalunya**
Ambulàncies Catalunya, a la carpa que tenen al Parc de l'Espanya Industrial, ensenyaran al públic infantil a fer maniobres de primers auxilis i prevenció. A més, els més petits podran veure el funcionament d'una ambulància per dins.
Al Parc de l'Espanya Industrial.
17.30 - 19.00 h **Visita àudiodescrita per persones amb dificultats de visió als carrers guarnits. Itinerari sud.**
Inscripcions gratuïtes a SUBTIL fins al dia 22 d'agost enviant un correu electrònic a subtil@subtil.cat o trucant al telèfon 620626704.
19.00 h **Segon Tastet Popular de la Festa Major de Sants**
Al Portal de Sants (Vallespir, 12).

Nit de concerts al Parc de l'Espanya Industrial

21.30 h **ANÍMIC**
La banda de Collbató ja porta 5 discos editats i han tocat amb noms com Portishead, Megafaun o These New Puritans. L'anterior treball, Hannah, els va posicionar en els primers llocs de les llistes de l'any segons la prestigiosa revista Rockdelux. El seu últim disc Hannibal suposa un gir important en la seva trajectòria musical, han abandonat el flok rock per un so més sintètic i fosc i amb ritmes contundents i electrònics. Aquest gir va lligat amb la marxa de Roger Palacín del grup i que va ha portat a Louise Sansom a encarregar-se de la base rítmica de la banda. A Hannibal la majoria de les cançons mostren un paisatge desolador, ple de cranis, batalles, tristesa... però els protagonistes diuen que el que en realitat volen transmetre és la força i el coratge, ja que en l'amor va implícita la guerra.
http://animicmusic.tumblr.com
22.45 h **SE ATORMENTA UNA VECINA**
És una de les formacions estables amb més recorregut en el gènere del disco-funk. Nascuda cap al 2005 com a grup de versions, es fa un nom ràpidament pel seu directe fresc i original i per la seva particular proposta musical. Dues veus de luxe, una poderosa secció rítmica i una brillant secció de vents són alguns dels ingredients per un concert de qualitat i energia excepcionals. La banda ha trepitjat escenaris de tot el país en diferents gires que han suposat la consolidació d'una formació que es mostra en plena forma i en renovació constant.
www.seatormentaunavecina.com
24.00 h **BUHOS**
Buhos és una de les principals referències festives de la música catalana amb més de 500 concerts a l'esquena per tot el país.

dentisalut
Dentisalut SLP
Especialistas en Implantologia:
Dientes nuevos en un sólo día.
C/ Creu Coberta, 54 · Tel. 93 315 85 57 · www.dentisalut.com

Amb Natura salvatge els del Vendrell fan un salt qualitatiu en la seva carrera i aposten per melodies elaborades, lletres incisives i de denúncia i un treball precís del productor David Rosell. El resultat és un disc coherent, sense fissures, orgànic, on l'ska rock més directe i els ritmes reggae són els protagonistes absoluts.
www.buhos.cat

Dissabte 30 d'agost

12.00 h **Entrega de premis**
de la votació popular de carrers de la Festa Major de Sants amb l'actuació dels Gegants de Sants
Al c. Valladolid

18.30 h **Diada castellera**
Castellers de Sants
Plaça Bonet i Muixí.

19.30 h **Correfoc infantil**
Les colles participants són **Guspires de Sants, Els Socarrimats de l'Infern i Els Barrufets.**
Recorregut: plaça Can Mantega, c. Joan Güell, c. Miracle, c. Galileu i plaça de Sants.

21.30 h **Correfoc d'adults**
Les colles participants són **Diables de Sants, Guspires de Sants i Els Socarrimats de l'Infern.**
Recorregut: plaça Osca, c. Premià, c. Autonomia, c. Muntades, c. Watt, c. Masnou, c. Miquel Bleach i plaça Joan Pelegrí.

Diumenge 31 d'agost

9.00 - 9.30 h **IV Cursa popular de Festa Major:**
c. Sants i Creu Coberta entre Olzinelles i Moianès.
Inscripcions: del 15 de juliol al 30 d'agost al c. Riego, 2 o a la web de l'entitat (www.uesants.cat).

10.30 - 13.30 h **Tradicional Cursa Ciclista:** c. Sants i Creu Coberta entre Olzinelles i Moianès.
Inscripcions per a persones federades: a la Federació Catalana de Ciclisme.

22.00 h **Piromusical,** cloenda dels actes unitaris de Festa Major.
Colla Diables de Sants
Al Parc de l'Espanya Industrial (davant del Poliesportiu de l'Espanya Industrial).

Visites guiades del MNAC

VISITES GUIADES DEL MNAC
(Museu Nacional d'Art de Catalunya)

Visites guiades:
30/08/2014 – 18.00 h **Art romànic i**
31/08/2014 – 12.00 h **Art gòtic.**
Inscripcions: a recepció del CC Cotxeres de Sants del 23 al 29 d'agost. Entrada gratuïta i aforament limitat a 30 persones per grup.

Dissabte 6 de setembre

19.00 h **Concert de Festa Major amb la Banda Municipal de Barcelona**
Al Parc de l'Espanya Industrial.

Altres actes

Del 22 al 31 d'agost

XVI Open Internacional d'Escacs
28 d'agost: Campionat de dobles a les 10.30 h, *al c. Guadiana*. Inscripció gratuïta.
30 d'agost: Campionat de ràpides, a les 10.00 h *a les Cotxeres de Sants*. Inscripció gratuïta. Al Centre Cívic Cotxeres de Sants. Més informació: cotxerescasinet.org/open/open

Del 23 d'agost a l'1 de setembre

16.30 - 20.30 h **Exposició de cartells de la Festa Major de Sants**
Mostra dels treballs presentats al 18è Concurs de Cartells de la Festa Major de Sants 2013.
A Casinet d'Hostafrancs: c. Rector Triadó, 53. Entrada lliure.

Dilluns 25 d'agost

10.00 - 14.00 i 17.00 - 21.00 h **Vine a donar sang**
Unitat mòbil a la pl. de Sants

Dijous 28 d'agost

19.00 h **Animació musical a càrrec del grup Mandràgora**
A la plaça Bonet i Muixí.

Divendres 29 d'agost

18.00 -20.00 h **Assaig de la V de la Diada**
Concentració a la plaça Bonet i Muixí (18.00 h) i formació de la V a pl. de Sants amb pg. de Sant Antoni (19.00h)

CARRER ALCOLEA DE BAIX

DISSABTE 23
22.30 h Traca inici festa
22.30 h Ball amb en Robert

DIUMENGE 24
11.30 h Batucada
12.00 h Sardinada popular
18.00 h Sardanes
21.30 h Sopar de germanor
22.30 h Havaneres i cremat de rom

DILLUNS 25
12.00 h Jocs infantils
22.00 h Sopar de frankfurt
23.00 h Música a càrrec de la comissió de festes

DIMECRES 27
14.30 h Paella popular
23.00 h Nit de concert jove

DIJOUS 28
12.00 h Matí de jocs de taula per a totes les edats amb Kaburi
18.00 h Xocolatada
18.30 h Pallassos
22.00 h Ball amb el grup Fase 4

DIVENDRES 29
12.30 h Espectacle de titelles
19.00 h Exhibició de zumba
23.00 h Ball amb l'orquestra Figurins

DISSABTE 30
14.00 h Concurs de truites
18.00 h Espectacle de teatre al carrer amb la Cia. de la Rosa
23.00 h Ball amb l'orquestra Kràter
03.00 h Traca i final de festa

CARRER ALCOLEA DE DALT

DISSABTE 23
22.00 h Traca i Tabalers
23.00 h Rumba catalana amb La Banda del Panda

DIUMENGE 24
10.00 h Esmorzar de Festa Major
De 10.00 a 20.00 h I Mercat medieval d'artesania i alimentació
12.00 h Campionat de dòmino per parelles
14.00 h Botifarrada popular
18.00 h Jocs infantils
23.00 h Nit de folk amb S'temple Bar

DILLUNS 25
11.00 h Taller Infantil
14.00 h Fideuà
23.00 h Discomòbil amb Dj Metxes

DIMARTS 26
12.00 h Campionat de dòmino per parelles
21.00 h Sopar de germanor

DIMECRES 27
14.00 h Sardinada popular
18.00 h Actuació Infantil
21.00 h Sopar d'avis i havaneres

DIJOUS 28
11.00 h Jocs infantils i esmorzar a càrrec de Campofrío.
18.00 h Sardanes amb la cobla Ciutat de Terrassa
23.00 h Nit de Soul amb Bla-Bla Black i Shake

DIVENDRES 29
12.00 h Guerra d'aigua amb ball d'escuma
18.00 h Actuació infantil
23.00 h Nit d'ska amb Penguins i Murphies

DISSABTE 30
13.00 h Concurs de truites, canapès i tapes.
14.00 h Vermut de fi de festa major
23.00 h Gran discomòbil amb Dj Metxes
02.30 h Fi de festa amb tabalers .... i sorpresa final

CARRER GALILEU

DISSABTE 23
22.00 h Traca inici
23.00 h Discomòbil Cocodrilo *(Albert Malla)*

DIUMENGE 24
10.00 h Ofrena floral
12.00 h Inscripcions concurs de truites *(premi en metàl·lic per gastar als comerços que s'anuncien al programa del carrer de Galileu)*
14.00 h Dinar de germanor
16.00 h Bingo
23.00 h Ball amb orquestra

DILLUNS 25
12.00 h Jocs infantils *(pintar al carrer)* i esmorzar per a nens
18.00 h Sardanes amb la Cobla del Baix Llobregat
23.00 h Actuació musical

DIMARTS 26
22.00 h Sopar de germanor
23.30 h Bingo

DIMECRES 27
12.00 h Jocs infantils (jocs d'abans) i vermut de xuxes
17.30 h Berenar avis
18.30 h Havaneres Montjuïc
23.00 h Showman Albert

DIJOUS 28
10.00 h Mercat artesà
10.30 h Exhibició d'animals *(pèls amics)*
De 17.30 a 19.30 h Exhibició de country
De 19.30 a 20.30 h Lui Boche *(música rap)*
22.30 h Ritmo de Vida
00.15 h Rumba Los Tumbaos

DIVENDRES 29
12.00 h Jocs infantils (trencar l'olla)
13.00 h Concurs de truites
14.00 h Botifarrada
16.00 h Bingo
17.30 h Fada Mandarina
18.30 h Xocolatada
23.00 h Actuació musical

DISSABTE 30
12.00 h Guerra d'aigua
14.00 h Fideuà
16.00 h Bingo
18.00 h Màgia
19.00 h Berenar
22.00 h The Soultans
03.00 h Batukada i traca final

CARRER ROSÉS-CASA GRAN

DISSABTE 23
22.30 h Actuació: The Beaties Band (Recordem a The Beatles)

DIUMENGE 24
12.00 h Traca, pregó i gegants de Sants
Venda de productes d'oferta
17.30 h Per al infants: Chachi Piruli, Doctor Xinxeta (pinta cares, globoflèxia, karaoke, ball i xocolatada).
22.30 h Cabaret de Varietés amb Carmen Carrasco, Marc Panal i Kitty's Cabaret, espectacle d'humor, música, ball, teatre i més. Duo Costa Blanca

DILLUNS 25
Venda de productes d'oferta
11.00 h Manualitats: Fem davantals
17.30 h Jocs de taula
21.30 h Cantada d'havaneres amb el Grup Montjuïc
23.00 h Grup musical Four Liars

DIMARTS 26
22.30 h Sopar dels socis

DIMECRES 27
Venda de productes d'oferta
11.00 h Manualitats: Fem collarets i polseres
18.00 h Bingo amb regals
22.30 h Actuació: Los Salvajes i Albert Malla

DIJOUS 28
Venda de productes d'oferta
11.00 h Manualitats: Fem borses
18.00 h Grup B's Combo - jazz
22.30 h Som Caliu – Rumba catalana

DIVENDRES 29
Venda de Productes d'oferta
10.00 h Trobada de puntaires
11.00 h Manualitats: Fem animals de fantasia
11.30 h Salsitxada
17.00 h Jocs infantils i inflables
22.30 h Magnífica actuació de Los de Siempre

DISSABTE 30
Venda de Productes d'oferta
14.30 h Dinar de Gala
19.00 h Concert d'Orquestra Noctàmbula
22.30 h Actuació d' Orquestra Noctàmbula
03.00h Traca de fi de festa

CARRER VALLESPIR DE DALT

DISSABTE 23
23.00 h Discomòbil

DIUMENGE 24
13.00 h Traca d'inici de festa major
18.00 h Sardanes amb la Cobla Mediterrània
23.00 h Duet musical E-2

DILLUNS 25
11.00 h Animació infantil Dr.Chincheta i Chachipiruly
18.00 h Dansa del ventre
23.00 h Havaneres amb el Grup Port Bo

DIMARTS 26
21.00 h Sopar de germanor i bingo

DIMECRES 27
12.00 h Salsitxada popular
17.00 h Berenar per als avis amb actuació musical
18.00 h Trobada de xapes de cava
23.00 h Orquestra Nova Saturno

DIJOUS 28
12.00 h La màgia d'Eugeni
17.00 h Inflables d'aigua
18.00 h Xocolata per a nens
23.00 h Discomòbil amb animació

DIVENDRES 29
17.00 h Festa dels animalets
23.00 h La Petita Gran Orquestra Liberty

DISSABTE 30
15.00 h Arrossada (amb tiquet) i bingo
23.00 h Gospel Tons i Sons (finalistes del programa "Oh Happy Day")
00.00 h Discomòbil
03.00 h Traca final

CARRER VALLESPIR DE BAIX

DISSABTE 23
22.00 h Nit de rumba i rauxa: Sandunguera, Humareda i Som Caliu

DIUMENGE 24
11.00 h Animació infantil
20.00 h Bastoners de Sants
21.00 h Teatre en clau d'humor: "James on the Rocks"
22.00 h Nit de rock en català: D.O. i Cover Kings

DILLUNS 25
13.00 h Sardinada popular
18.30 h Rumba al carrer
22.00 h Nit de rumba: The Lito i 9Son

DIMECRES 27
11.00 h Animació infantil
21.00 h Pop-rock en català: Lo Petit Comitè, Els Bourbon i Pentina't Lula

DIJOUS 28
13.00 h Fideuà popular
17.00 h Perruquers al carrer: "Te tomo el pelo" + Xocolatada
21.00 h Nit de world music: Wagner Pa & Brazuca Matraca, Ahmed y los que toman café i Funk Tomàquet

DIVENDRES 29
11.00 h Animació infantil
13.00 h Concurs de truites
17.30 h Titelles a càrrec de l'Estenedor Teatre
21.00 h Nit de clàssics de rock: Blacksmoke, La Bauxa R'N'R Band i Evil Empire

DISSABTE 30
11.00 h Torneig de jocs de taula al carrer, organitzat per El Nucli
13.00 h Botifarrada popular
21.00 h Nit de DJ's, funk i rumba: Sessió DJ, La Funkoteca i La Màlaga

Veure programa de festa major de Sants complet a **www.acelobert.com**

Agaudirdel'estiu!!

Els continguts d'aquesta revista han estat tancats el 28 de juliol del 2014. La programació de les activitats pot canviar amb posterioritat a la data de tancament.

Barri de Sants · Hostafrancs

Mail Boxes Etc.

Enviaments
nacionals i internacionals
Recollides, export/import, gestions duaneres, micrologística, **Etc.**

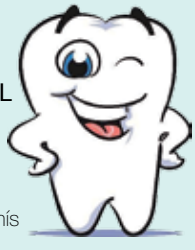
Carrer de Sants, 324 (local) Barcelona **T. 934 49 63 92** **mbe312@mbe.es**

NOU CENTRE

CB BÉJAR
des de 1983
CLÍNICA DENTAL

- ODONTOLOGIA GENERAL
- ORTODÒNCIA
- IMPLANTS
- PRÒTESIS DENTALS

- Pressupostos sense compromís
- Finançament per mesos
- Preus especials a la tercera edat

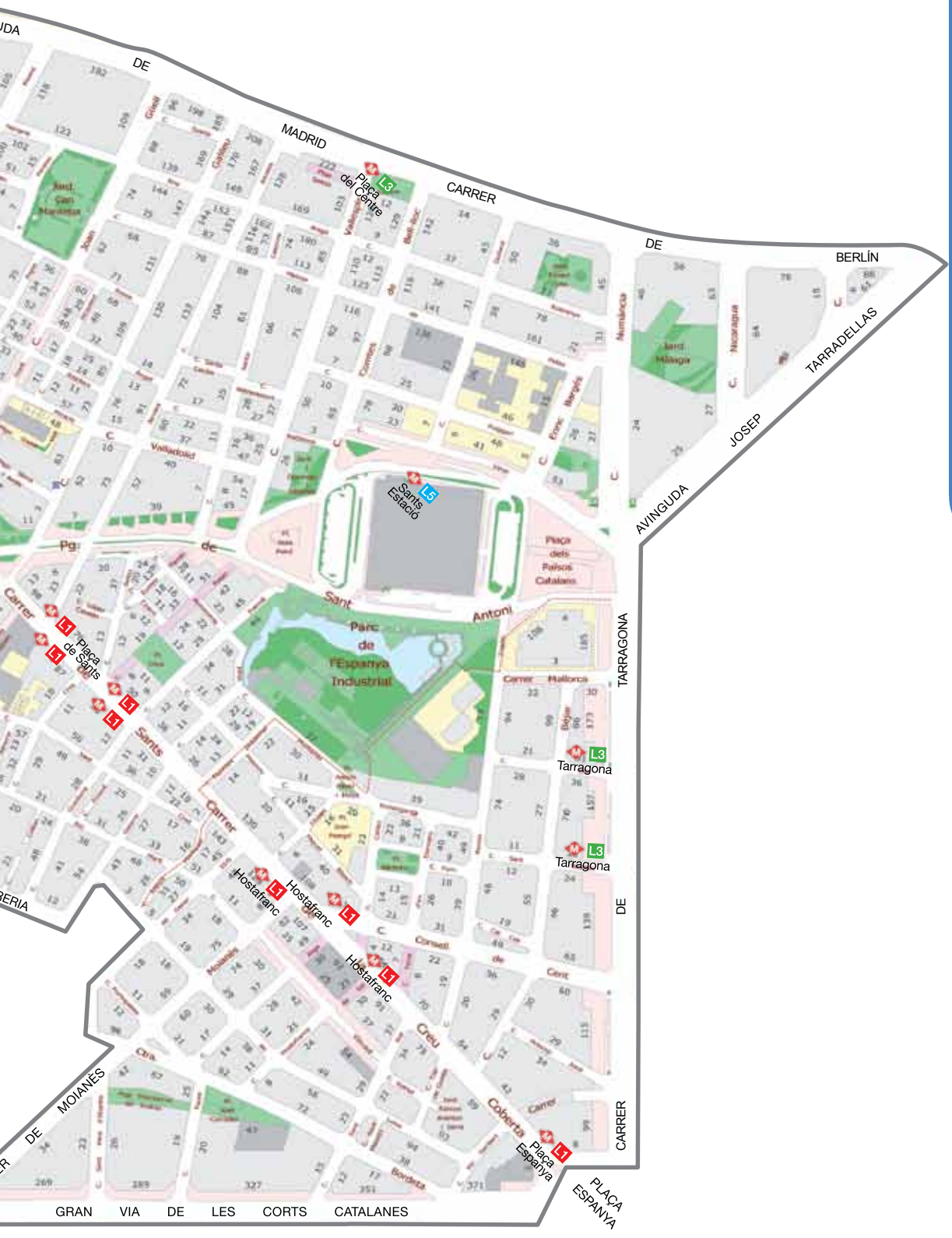


Confia en les persones
Confia en nosaltres

Per apertura del nou centre odontològic
20% DTE.
Fins el 30/09/14

Ens hem traslladat:
Vine a conèixer les noves instal·lacions al **C/Béjar, 18 ☎ 93 325 55 43 · 93 325 34 41**

Barri de *Sants - Hostafrancs*



Guia de comerços i serveis Sants-Hostafrancs

Alimentació

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
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
PEIXOS CARLOS
C/ Galileu, 83 - T. 93 491 12 80
ROTLLAN
Pge.Serra i Arola, 16 - T. 93 339 31 37
SUPER-CARN
C/ Galileu, 79 - T. 93 339 27 09

Animals i Plantes

FLORISTERIA P. CENTRE
Plaça del Centre s/n - T. 630 466 549
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 Assegurances

ADVOCATS DE SANTS
C/ Sants, 125 - ppal 1ª - T. 622 55 0980
DUX
C/ Joan Guell, 103 - T. 93 521 85 80
PELAYO MUTUA DE SEGUROS
C/ Sants, 266 - T. 93 490 69 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
CENTRE CÍVIC CASINET D'HOSTAFRANCS
C/ Rector Triadó, 53 - T. 93 423 04 40

Esports

CLUB ESPORTIU MEDITERRANI
C/ Begur, 44-52 - T. 93 431 58 55
ESPORTIU BADRENA
C/ Galileu, 142 - T. 93 490 56 44
LINE PADEL
C/ Galileu, 46 - T. 93 328 24 39

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
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 VELL
C/ Joan Guell, 44-48 - T. 691121180
GRANIER PANS ARTESANS
C/ Sants, 147 - T. 93 330 25 74
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

Joieries-Rellotgeries

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

Llar i Reformes

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

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
DOBLE A+A
C/ Rosès, 58 - local 1 - T. 93 192 86 41
DROGUERIA PERFUMERIA ARROYO
C/ Galileu, 89 - T. 93 339 14 88
ELECTRODOMESTICS CONFORT
C/ Sants, 130 - T. 93 339 69 75
ESTRADA 35 ELECTRODOMESTICS
C/ Sants, 35 - T. 93 3321 21 62
FERRETERIAS JAIME VALLS C.B
C/ Sants, 172-174 - T. 93 339 60 01
GOCCIA VERDE
C/ Galileu, 111-113 · Loc. 5 - T. 637 93 34 86
GROUPE SEB FACTORY OUTLET
C/ Sants, 17 - T. 93 331 26 49
INDUSTRIAL ELECTRICA JUARANZ S.A
C/ Sants, 186-190 - T. 93 339 67 29
JUDITLARESTAURADORA.COM
C/ Galileu, 62 - T. 627 66 32 30
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

Anunciïs's aquí...
AcelObert
BARCELONA barri a barri
T. 93 010 16 73 · 605 813 098
www.acelobert.com
publicitat@acelobert.com
...perquè els millors sempre destaquen

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
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
VAPEAR-CREAR BCN
C/ Galileu, 60 · Local 1 - T. 93 328 49 80
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

BODEGA LA MASIA
DESDE 1953
Melcior de Palau, 73 · T. 93 339 48 52

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

EL Rocoto
RESTAURANTE PERUANO
· Platos Típicos Peruanos
· Pollos · Parrilladas
· Carnes a la Brasa
P a 100 metros
933.283.775 · c/Olzinelles, 13 Plz. de Sants L1 L5

Restaurants i Bars

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

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
CERVECERIA-SANDWICHERIA MAX
C/ Sants, 135 - T. 93 339 56 67
FACEBEER
C/ GALILEU, 97 - T. 93 409 47 29
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
HOMOSIBARIS CELLER CERVESER
Pl.Osca, 4 - T. 93 422 42 11
L'ANTIC DE SANTS
C/ Sants, 192-194 - T. 93 339 72 96
REST. BRÉTEMA
C/ Violant Hongria, 123 - T. 93 409 30 17

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

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
TAVERNA LA BAUXA
C/ Vallespir, 23 - T. 93 491 19 46
TAVERNA RACO DE SANTS
C/ Guadiana, 6 - T. 93 421 64 22

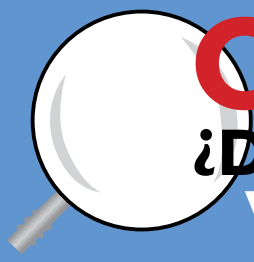
Manantial de Salud
Des de 1923
Plantes medicinals · Complements alimentaris
Productes apícoles · Alimentació ecològica
Cosmètica natural
C/ Vallespir, 49 – T. 93 339 72 28
www.manantial-salud.com

Salut

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

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
KIOSCK PRENSA IRIA
Pl. del Centre - T. 93 490 43 06

Cercador de comerços i serveis a Barcelona

On és?
¿Dónde está?
Where is it?
Acelobert
BARCELONA barri a barri
www.acelobert.com

VIGILA AMB AQUESTA BÈSTIA

Per molt inofensiva que sembli, una barbacoa pot convertir-se en el pitjor depredador del bosc i és una de les causes més freqüents d'incendis forestals a Catalunya. Perquè qualsevol descuit pot convertir-se en una bèstia perillosa per al nostre entorn. L'espurna d'una barbacoa, d'una radial o d'una eina de bricolatge, una cigarreta mal apagada, uns focs d'artifici, una crema no ben controlada de rostolls... La prevenció és la millor arma per combatre-les, i garantir la protecció de les persones i del medi natural.

AL BOSC, QUALSEVOL DESCUIT POT SER EL PITJOR DEPREDADOR.
EN CAS D'INCENDI, TRUCA AL 112.

Diputació Barcelona

Mancomunitat de Catalunya 1914 2014

112 emergències

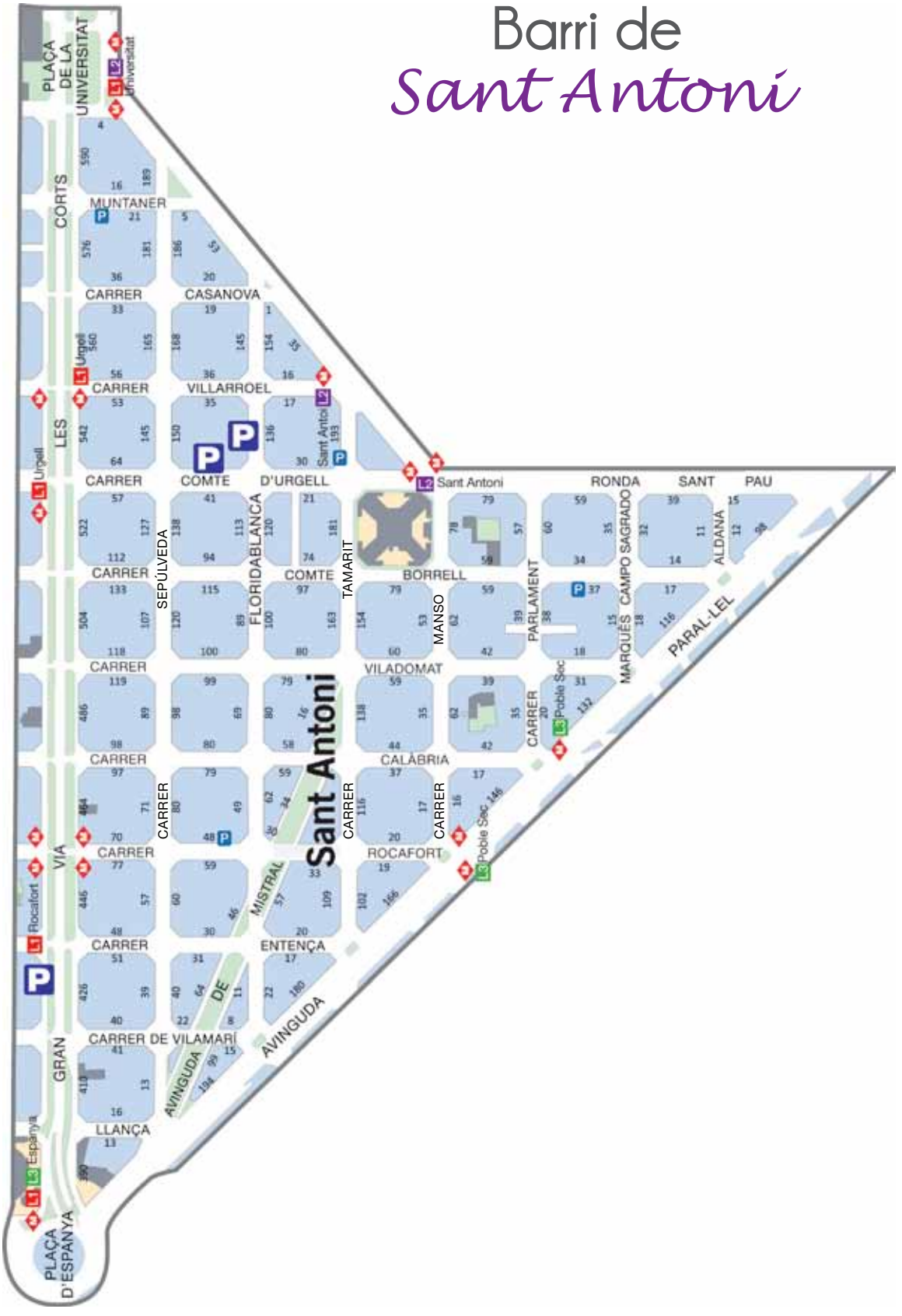
1714 2014

Generalitat de Catalunya

Informa't del risc d'incendis en temps real a #vigilaambaquestesbesties

@emergenciescat @112 @bomberscat @transit @meteocat @mossoscat @agriculturacat

Barri de *Sant Antoni*



Barri de *Sant Antoni*

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

Menú diari
de dilluns a divendres
11,25€

GAMBES A LA PLANXA

CALAMARS A LA ROMANA

ESCALIVADA AMB PERNIL D'ANEC

CROQUETES CASOLANES

PEBROTS DEL PADRÓ

SEITONS EN VINAGRE

ESCALOPA DE FOIE

PEIXET

PATATES BRAVES

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

Bars & Restaurants Sant Antoni

Terrasses, còctels, vermutets i menjar casolà del bo:

IDÒ BALEAR

Al carrer Viladomat, 43, trobareu **Idò DO Balear**, un espai gastronòmic dedicat als productes de les Illes Balears, on podeu comprar, tastar i descobrir menjars i begudes de tots els racons illencs. El local, amb molta llum, mobles de fusta i parets de calç a l'interior, té un espai infantil per als més petits, una taula gran per a trobades de grups i una porxada pensada per relaxar-se durant l'estiu.

RESTAURANT ARÀNEGA

El **Restaurant Aranega**, situat a l'avinguda Paral·lel, 188, molt a prop de plaça Espanya, ens ofereix autèntica cuina catalana de mercat. Escalivada amb pernil d'ànec, escalopa de foie, pebrots del padró, exquisides paelles, i pastel de brownie de xocolata amb gelat, són algunes de les seves especialitats. Disposen d'una solejada terrassa i d'un espai privat a la part superior. Tenen menú diari per només 11'25 €

BAR ABSENTA DEL RAVAL www.yossa.es

El **Bar Absenta del Raval** situat a la Plaça del Pes de la Palla 5, tocant al barri del Raval, és una cocteleria folrada de fusta on serveixen el millor vodka de la ciutat, macerat amb xili, amb alfàbrega o amb romaní. Concerts de blues i jazz en viu i tot tipus d'absentes, a la manera txeca. Tenen una magnífica terrassa i està obert fins a les 2'30h de la matinada i fins a les 3'00h els caps de setmana. L'ambient és molt agradable.

Bars & Restaurants
Sant Antoni

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

AMIGÓ CASCARIJES
Vermut, cerveses i vins
Tapas de mar i mercat
Horari:
Dimarts-Dissabte: 11.00-23.00 h
Diumenge: 10.30-16.00 h
Planxa ininterrompuda
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

El Duende
Vins, canyes i tapes
Canya + Tapa a 2 €
C/. Comte Borrell, 35 · 08015 Barcelona
www.facebook.com/duendeborrell

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
BEBE-TÉ
C/ Parlament, 7 - T. 93 667 41 58
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
LAMBICUS
C/ Tamarit, 107 - T. 661 233 091
LA VALENCIANA
C/ Parlament, 23 - T. 93 441 08 54
MERCAT DE SANT ANTONI
C/ Comte d'Urgell, 1 - T. 93 423 42 87
PAGÈS D'OR
C/ Comte d'Urgell, 16 - T. 93 426 02 94

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

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

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

Orxateria · Gelateria

SIRVENT
Des de l'any 1920
La casa dels Torrons Artesans
C/ Parlament, 56 ✆ 93 441 27 20
C/ Balmes, 130 ✆ 93 215 19 13
www.turronessirvent.com

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 02 95

Bufete i2R
abogados-advocats
ESPECIALIDADES
• Familia • Civil • Penal
• Laboral • Menores
Abogado urgente – Divorcio Internet – Extranjería
Via Laietana 59, 1-1ª (junto plz. Urquinaona), antes calle Clot 184, ppal 1ª
Tel. 93 232 62 03 Fax. 93 245 06 43
www.bufetei2r.es · bufetei2r@bufetei2r.es

Cursos i Formació

ESCUELA PERRUQUERIA MIGUEL GRIÑÓ
C/ Tamarit, 151 - T. 93 426 66 09

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

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

ESPACIO INTERCULTURAL
Rda. de Sant Pau, 75 - T. 93 424 37 12
KIDS & US, ESCOLA D'ANGLÈS
C/ Comte Borrell, 8-11 - T. 654 163 840

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

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
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 IIIa) - 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
TUTÚ ESPORT
C/ Viladomat, 98 - T. 93 289 37 82

Estètica i Bellesa

B UNGLES I BELLESA
C/ Floridablanca, 85. T. 93 424 64 11
FRANCESC MARÍ-PERFUMERIA
C/ Comte Borrell, 65 - T. 93 424 01 50
HELLO BEAUTY, CENTRES D'ESTÈTICA
C/ Comte Borrell, 72 - T. 93 423 85 56
KALOS
Viladomat, 72 - T. 93 424 07 80
LA BALEAR
C/ Comte Borrell, 40 - T. 93 441 02 57

Flirt
• Ungles Porcellana i Gel
• Tractaments Facials i Corporals
UNGLES I ESTÈTICA
Comte Borrell, 117 ☎ 93 451 12 09

Estètica i Bellesa

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

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 SONIA
C/ Viladomat, 26 - T. 93 329 71 50
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

CONSUMIBLES SALVANY
ACCESSORIS INFORMÀTICS
CARTUTXOS I TÒNERS
93 425 43 87
C/ ENTENÇA, 30
(CANTONADA CARRER SEPÚLVEDA)
www.consumiblessalvany.com

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

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

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

JOIERIA DONNA
C/ Viladomat, 97 - T. 93 423 99 17
JOIERIA FINA GARCÍA
C/ Comte Borrell, 56 - 93 442 68 69

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

JOIERIA RELLOTGERIA J. ROS
Rda. St. Antoni, 14 - T. 93 329 84 04
JOIERIA JADES
C/ Floridablanca, 89 - T. 93 426 30 59

NECESSITA DINERS ARA MATEIX?
NOSALTRES LI DONEM
JOIERIA EURODOR
C/ Comtal, 13☎ 933040628
JOIERIA OCASIÓ
C/ Ronda Sant Antoni, 80 ☎ 934126006

MORÉ JOIERS
C/ Comte Borrell, 39 - T. 93 442 35 67
NARCÍS ROCA RELLOTGER
C/ Floridablanca, 60 - T. 93 424 08 67
RONDAS JOYERÍA
Rda. de Sant Antoni, 20 - T. 93 186 12 03

VILADOMAT, 97
Tel. 93 423 99 17
DONNA joieria

Llar

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

AIRTV, INSTAL·LACIONS
Sepúlveda, 102 - T. 93 247 71 46
BASSAR VIDAL
C/ Tamarit, 156 - T. 93 442 20 18
BRICOLATGE SUBIRATS
Av. Mistral,14 - T. 93 325 60 10
CASA AMAIZING GRACE
Av. del Paral·lel, 122 - T. 630 959 943
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

Persianes "ELS AMICS"
Tendals • Alumini • Reparació
Comte Borrell, 84 ☎ 93 325 51 98

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

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

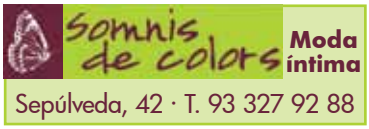
Mascotes i Plantes

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

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

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 PONSÀ
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
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
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
MILLENIUM GALLERY
C/ Manso, 64 - T. 632 629 736
MODES TORNER
C/ Comte Borrell, 74 - T. 93 423 17 14
MUMBAI
C/ Comte Borrell, 70 - T. 93 503 47 94
P. BALLESTER
C/ Tamarit, 183 - T. 93 423 18 60

PASS, CALÇATS
C/ Comte Borrell, 61 - T. 93 424 71 36
QUALITAT MODA
C/ Manso, 17 - T. 93 423 89 24
REDCYCLING
C/ Viladomat, 84 - T. 93 269 24 55
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
VALERI HOME
C/ Tamarit, 183 - T. 93 424 18 28

ZENOA
C/ Tamarit, 158 - T. 93 007 59 63

Motor

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

Oci

ARMERIA IZQUIERDO
C/ Parlament, 19 - T. 93 441 08 58
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
RE-READ
Gran Via Corts Catalanes, 564 - T. 93 453 53 09
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. 24-25

AMIGÓ CASCARILLES
C/ Tamarit, 181- T. 699 66 16 44
BAR BODEGA CHIQUI
C/ Vilamarí, 29 - T. 93 325 08 33
BAR CALDERS
C/ Parlament, 25 - T. 93 329 93 49
BAR EL DUENDE
C/ Comte Borrell, 35 - T. 674 53 27 70
BAR LOLÍN
C/ Sepúlveda, 60 - T. 93 325 69 66
BAR NOSTÀLGIC
C/ Viladomat, 38 - T. 633 88 75 02

Restaurants i Bars

BAR POTHOS
C/Marquès Campo Sagrado, 29 - T. 93 441 57 25
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
CA LA JABI
C/Marquès Campo Sagrado, 25 - T. 93 528 77 05

El Duende
Vins, canyes i tapes
C/. Comte Borrell, 35 · 08015 Barcelona
www.facebook.com/duendeborrell

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
GELATERIES 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
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
C/ Tamarit, 112 - T. 659 909 638
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
RACÓ DE MANSO
C/ Calàbria, 23 - T. 93 532 86 51
REKONS
C/ Comte d'Urgell, 32 - T. 93 424 63 83

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

RESTAURANT ANARDI
C/ Parlament, 48 - T. 93 667 21 96
RESTAURANT L'ESCLOP
Av. Mistral, 21- T. 93 426 31 54
RESTAURANT TERRA MAR
C/ Parlament, 34 - T. 93 329 68 62
RESTAURANT TONKA BAR
C/ M. de CampoSagrado, 27 - T. 931 27 05 44
BAR LOLÍN
C/ Sepúlveda, 60 - T. 93 325 69 66
TOOTSIE, SANWICHERIA DE CINE
C/ Càlabria, 29 - T. 93 423 47 68
VINÒDROM
C/ Tamarit, 111 bxs. local 4 T. 93 325 48 89

Salut

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

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
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
NOVOLENT
C/ Urgell, 14 - T. 93 325 48 69

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

ÒPTICA SEGARRA
C/ Tamarit, 149 - T. 93 441 13 61
ORTOGIM
C/ Floridablanca, 80 - T. 93 423 13 92
PARAFARMÀCIA EMEBE
C/ Tamarit, 164 - T. 93 442 29 57

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

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

Serveis

AIGUAJOC
C/ Comte Borrell, 21-33 - T. 93 443 03 35
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

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

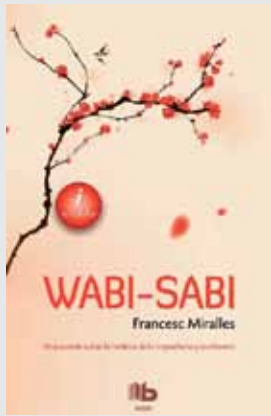
• Regals promocionals d'empresa
• Impressió i Disseny Gràfic
• Logotips, targetes i fullets
• Edició de revistes
• Webs
• Distribució (fullets, revistes, etc.)
• Vídeos promocionals i d'empresa
• Fotografia
• Xarxes socials (Facebook i Twitter)

AcelObert Comunicació
destaca el que vols
20 anys d'experiència
Indústria, 137-141, entl., 1a, esc. esq. | Tel. 605 813 098

El llibre del mes

"Wabi-Sabi"

Autor: Francesc Miralles
Editorial: Ediciones B



Verano es tiempo propicio para viajar por dentro y por fuera. Con un buen libro los viajes se hace más fáciles.
Este libro es la historia de un viaje.
De igual modo que la gran cineasta Doris Dörrie en sus películas "Los cerezos en flor" o la increíblemente divertida "Iluminación garantizada" (que aprovecho también para recomendar), Francesc también hace coincidir un momento de crisis personal con la transformación que se brinda en los personajes(europeos) al viajar al Japón.
Esta cultura, con un imaginario tan distinto al nuestro, es el marco ideal para el cambio. Una nueva vida que ha de iniciarse cuando lo conocido entra en crisis. Aquello que nos da seguridad se desmorona… El personaje de la novela debe iniciarse en el Wabi Sabi :arte de ver la belleza en lo imperfecto. De igual modo que el umami (el punto amargo) que tiene un buen té, las que consideramos más amargas experiencias, son la alquimia necesaria para el cambio que se impone.
En una atmósfera "Murakami" entre el humor y la profundidad (el personaje del libro es lector de sus novelas) Miralles convierte el relato al que podrían etiquetar dentro del género de autoayuda, en una narrativa literariamente atractiva. Personalmente no creo que sean necesarias novelas de autoayuda sino buenas novelas que cuenten viajes internos. La buena literatura es en sí misma medicina para el alma, géneros aparte.

Buen verano
Olga R.

"¿Cuantas veces había pasado el día al aire libre, en los últimos años?. Mi pacífico paseo por Nikko había sido mi primer contacto con el campo en mucho tiempo.
Eso por no mencionar otros placeres de la vida, que me provocaban dilemas morales propios de un tipo que se autoboicotea para poder seguir lamentándose. Allí y entonces era un hombre sin otra responsabilidad que pasarlo bien en una de las ciudades más bellas del mundo.
¿Donde estaba el problema?
No tenía respuesta para la cuestión de las ranas, pero sí para esta: el problema era yo."

Francesc Miralles
Wabi Sabi

Librería Síntesis
Espacio holístico
Librería especializada en salud holística, psicología y espiritualidad
C/. Urgell, 68 · 08011 Barcelona · Metro Urgell L1 · T. 93 454 6189
www.libreriasintesis.com

Citas citables

"El alma que hablar puede
con los ojos,
también puede besar
con la mirada"
Bécquer

.....

Mas no lo maté con armas,
le di una muerte peor:
¡lo besé tan dulcemente
que le partí el corazón!.
Alfonsina Storni

.....

"Sé amable,
pues cada persona con la que te cruzas
está librando su ardua batalla…"
Platón

Concurs guany un PERNIL! Lliurament del premi del mes de Juny'14

Les Corts: **Joan Vilaseca** guanyador del Concurs del passat mes de juny recollint el pernil a La Roca carnisseries (Vallespir, 172).

Barri de Les Corts · Maternitat Sant Ramon · Pedralbes

HUANG PIN

COCINA ORIENTAL

Prueba sensaciones maravillosas

Auténtica cocina oriental. Una sensación maravillosa, nueva actitud y sabores. Tentación irresistible para satisfacer su gusto.

También ofrecemos ***buffet a la carta*** *del cual podrás escoger una gran variedad de platos que se hacen al momento para que no pierdan su sabor.*

Menú de mediodía, 3 platos 9.60€

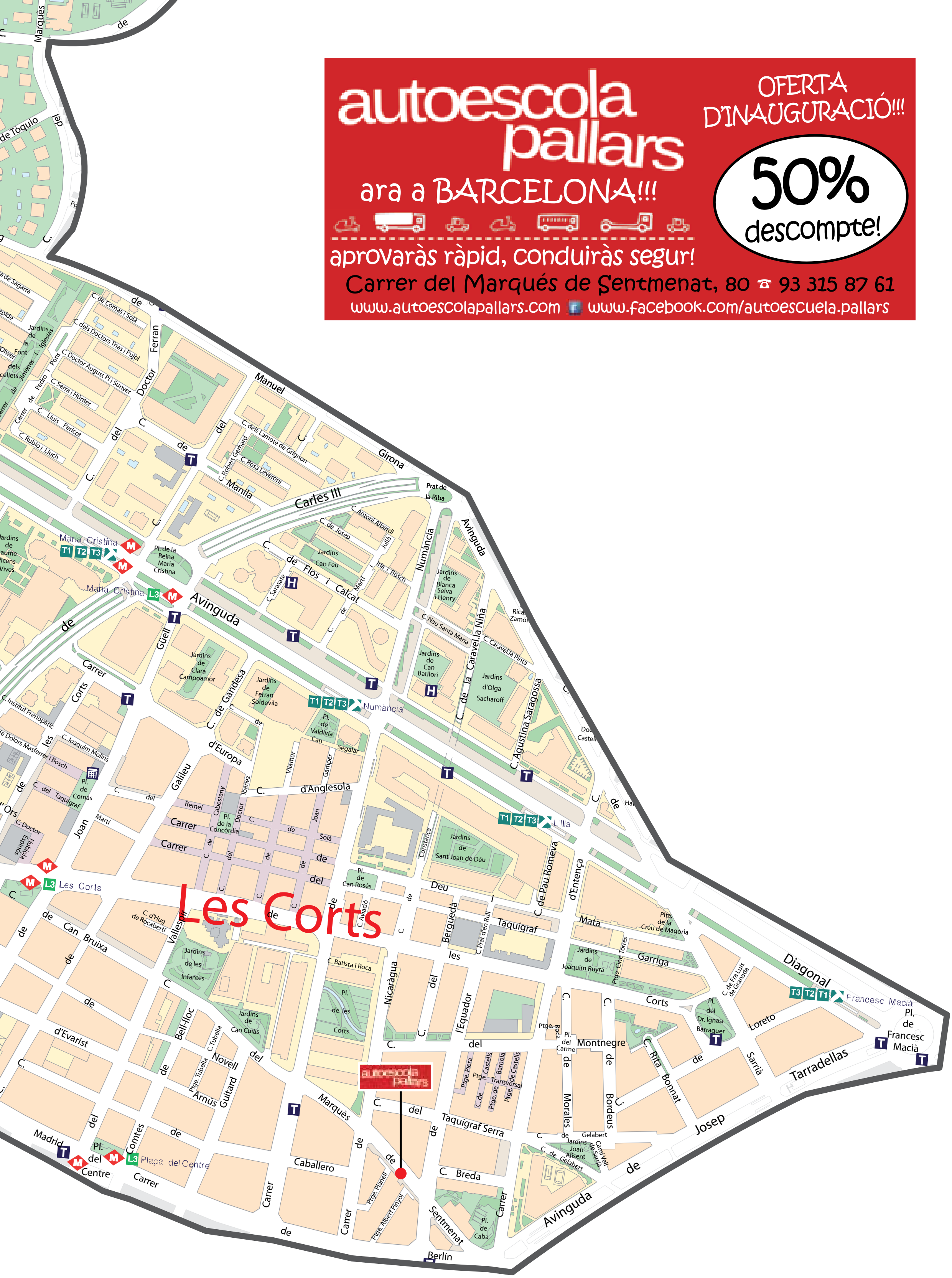
C/Nicaragua, 122 · Td. 4 · 933 227 354 ☎ 672 478 822 · www.huangpin.es

VACIO Y LIMPIO LOCALES Y PISOS.

673 005 090

Bajo sus muebles y trastos el día de recogida del Ayuntamiento.

Barri de *Les Corts Maternitat*



autoescola pallars
ara a BARCELONA!!!
OFERTA D'INAUGURACIÓ!!!
50% descompte!
aprovaràs ràpid, conduiràs segur!
Carrer del Marqués de Sentmenat, 80 ☎ 93 315 87 61
www.autoescolapallars.com www.facebook.com/autoescuela.pallars

· Sant Ramon · Pedralbes

Guia de comerços i serveis Les Corts Maternitat · Sant Ramon · Pedralbes

Alimentació

ART IBÈRIC LAIN
C/ Joan Güell, 165 - T. 93 490 81 18
BENDITOS PLATOS
c/ Europa, 18 - T. 93 117 68 45

LA ROCA carnisseries
Tradició i modernitat
• Servei a domicili
• Productes de primera qualitat
C/ Vallespir, 172 ✆ 93 491 03 69
marc@carnisserialaroca.cat

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

Anunciïs's aquí... AcelObert BARCELONA barri a barri
93 010 16 73 ☎ 605 813 098
www.acelobert.com · publicitat@acelobert.com
...perquè els millors sempre destaquen

TERRA BIO
Alimentació ecològica
TANCAT DEL 10 AL 24
C/Taquígraf Martí, 4 ☎ 934 094 706

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
BUFETE MA-GAL-VI
Av. Madrid, 9 - T. 93 440 90 98
M. TRAVÉ
C/ Conde Güell, 44-46 - T. 93 185 34 89
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

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

100€ de descompte presentant aquest anunci
ised | Aconsegueix el Graduat en ESO en només 8 mesos
Formació Professional:
• Tècnic Superior en Educació Infantil
• Tècnic en Emergències Sanitàries
• Tècnic en Cures Auxiliars d'Infermeria
Altres cursos:
• Accés a Cicles Formatius de Grau Mitjà i Grau Superior
• Accés a la Universitat per a majors de 25 anys
Berlín, 9, bajos - 08014 - Barcelona. 932 082 121 - www.ised.es

Estètica i Bellesa

ARTS ESTILISTES
C/ Deu i Mata , 62 - T. 93 444 76 51
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
DIANA GUILL
Av. Madrid, 169 - T. 93 411 01 00
FIORE TERAPIAS NATURALES
C/ Galileu, 310-314·Ent. 4ª - T. 93 322 48 45
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
PERRUQUERIA I ESTÈTICA REYES
C/ Galileu, 286 - T. 93 490 86 95
SEVEN SECRETS
Av. Madrid, 135 - T. 93 135 05 14
SUMNATUR
C/ Taquígraf Garriga, 91 · bxs. 10 - T. 685 35 87 29
VANITY CENTER
C/ Europa, 22 - T. 93 419 58 11

Esports

BICI MAGIC
C/ Can Bruixa, 21 - T. 93 330 16 68
EQUIP RAIDERS
C/ Joan Güell, 117 - T. 93 430 88 03
METROPOLITAN GIMNAS
c/ Galileo, 186 - T. 93 330 38 10
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 JAUME
C/ Joan Güell, 135 - T. 93 339 06 96

Immobiliàries

EL CLUB DEL PROPIETARI
C/ Can Bruixa, 4 - T. 93 411 18 99
FINQUES UNE
C/ Sants, 384 - T. 93 449 06 28

Informàtica, Imatge i Sò

BCN FOTOS
C/ Europa, 16 - T. 93 676 37 01
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

JOYERIA EUROPA
C/ Europa, 21 - T. 93 321 44 97
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

METALISTERIA SANCHÉZ
C/ Galileu, 275 - T. 93 490 15 26
MERÍ
C/ Vallespir, 171 - T. 93 676 22 26
MOBLES ARENOS
C/ Vallespir, 138 - T. 93 490 56 74
PEDRO TELLO LAMPISTERIA
C/ Galileu, 278 - T. 93 490 96 08
SEIFEC
C/ Vallespir, 166 - T. 93 490 67 30
SPAI DESCANS
C/ Taquí graf Martí, 20 - T. 93 411 05 21
VIDRES PONS GUERRI
C/ Contes de Belloch, 206 - T. 93 490 67 08

Mascotes i Plantes

CAP I CUA
Av. Madrid, 96 - T. 93 339 54 75
EL CLUB DELS TETES
C/ Can Bruixa, 42-44 - T. 93 163 21 84
EL MEU AMIC
C/ Galileu, 258 - T. 93 419 32 89
LA PLAÇA
Pl. Concordia, 10-11 - T. 93 410 24 29

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
DEKASTA
C/ Joan Güell, 139 - T. 93 330 36 80
DONNA
C/ Can Bruixa, 24 - T. 93 490 74 11
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
JUNYENT
C/ Europa, 26 - T. 93 430 77 47
OLGA MODA INTIMA
C/ Juan Güell, 181 - T. 93 330 75 57
PASS-4
C/ Joan Guell, 135 - T. 93 339 02 96

Motor

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

Oci, Papers i llibres

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

Oci, Papers i llibres

GATZANA
C/ Joan Güell, 200-A - T. 93 439 06 43
GAMES I MÉS
C/ Joan Güell, 226 - T. 93 410 23 12
KIOSKO CRISTOBAL
C/ Sants, Fte. 358
TARANNA
C/ Vallespir, 174 - T. 93 411 83 73

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

Restaurants, Bars i Hotels

HUANG PIN
933 227 354
672 478 822
C/Nicaragua, 122 · Td. 4
COCINA ORIENTAL
www.huangpin.es

BAR PETIT GALILEU
C/ Galileu, 294-296 - T. 93 490 14 59

BAR CAFETERÍA
GENA'S

Desayunos · Bocadillos · Platos combinados
Abierto en agosto hasta 16 horas.
Taquígraf Garriga, 193 ☎ 934941573

CARIBEAN COFFEE CENTER
C/ Vallespir, 161 - T. 603 19 80 91

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

Ría dº Barbanza
COCINA GALLEGA
Especialidades en pescados y mariscos
C/ Nicaragua 104 y 140
☎ 93 172 61 48

EL REBOST DE VALLESPIR
C/ Vallespir, 123 - T. 93 411 02 82
FIORE BAR
Trv. les Corts, 352 - T. 93 419 71 96
L'ANDANA CAFÉ-ART
C/ Galileu, 282 - Tda. 2 - T. 93 534 50 14
LIZARRAN
C/ Can Bruixa, 6-8 - T. 93 411 04 51
RESTAURANT ATENEA APARTHOTEL
C/ Joan Güell, 207-211 - T. 93 490 66 40
RESTAURANT-BAR CIURANA
C/ Can Bruixa, 41-45 - T. 93 339 53 96
RESTAURANTE SANABA
C/ Galileu, 261 - T. 93 491 28 13
TASTOO
C/ Joan Güell, 169 - T. 93 411 04 51
THE BLACK LION
C/ Evarist Arnús, 70 - T. 93 490 33 84

360 GRAUS
GASTRONOMIA
Tapes a bon preu
C/Fígols, 49 ☎ 93 409 37 57

Salut

ARMAND ÒPTICS
Av. Madrid, 161/Pl. Centre, 13 - T. 93 339 20 11
CLÍNICA ORIS
C/ Joan Güell, 108 - T. 93 409 06 47
DIET CENTER
C/ Joan Güell, 170-172 - T. 93 490 87 02
EMEGE 2006,SCP
C/ Deu i Mata, 62 · Tda8 - T. 93 419 53 00

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

M. Boronat
farmàcia
Farmàcia Consell Homeopatia
Cosmètica Nutrició infantil Dietética
C/ Vallespir, 190 ☎ 93 490 47 17

FARMACIA FAURA
Av. Madrid, 222 - T. 93 339 63 32
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
ISFARMA
C/ Galileu, 23-63 · local 2 - T. 93 490 30 50
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
SANITAS RESIDENCIAL LES CORTS
C/Evarist Arnús 22-32 - T. 93 411 47 00
SERVIMEDIC
C/ Galileu, 300 - T. 93 490 62 33

Serveis

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

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
I MES I MES
C/ Joan Güell, 142 - T. 93 531 80 11

AcelObert Comunicació

destaca el que vols
• 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)
20 anys d'experiència
Indústria, 137-141, entl., 1a, esc. esq. | Tel. 93 010 16 73

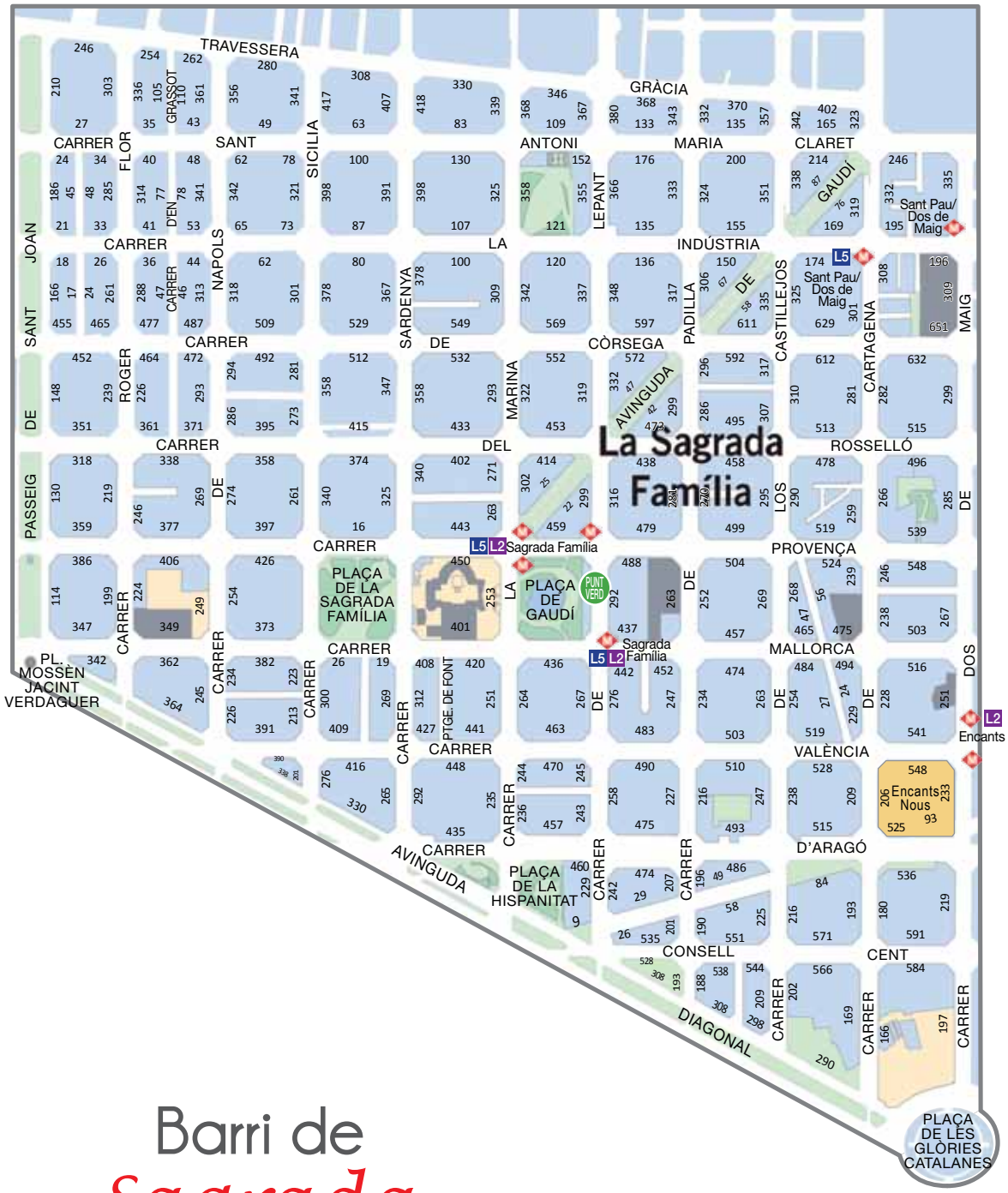
Barri de *Sagrada Família*

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.elisabetheema[illegible]tudio.com

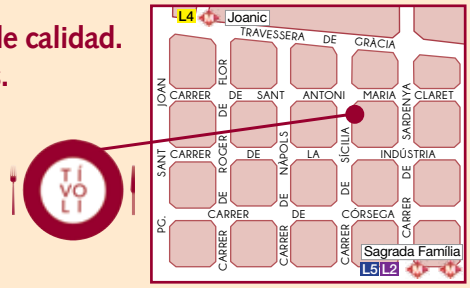


Barri de Sagrada Família

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**

Berro

Loa romanos llamaron nasi tortium al berro o mastuerzo por su efecto picante, y lo utilizaron desecado y triturado como polvo para estornudar. Fue uno de los alimentos favoritos de los antiguos persas que comían pan sazonado con berro cuando salían a cazar.

El berro aparece en casi todo el mundo, en las zonas templadas y en aguas dulces y claras de lenta corriente. Su sabor picante, parecido a la mostaza y al rábano, le ha convertido en un condimento muy apreciado universalmente. Por su riqueza en vitaminas A, C, D y E, yodo, fósforo y hierro, es aconsejable en ensalada, o como guarnición acompañado a los asados. Es tan rico en hierro que las hojas y los tallos se vuelven oscuros, si se exponen al aire demasiado tiempo, antes de ser consumidos. Es mejor emplear el berro fresco, ya que la cocción y la desecación le privan de muchos de sus principios curativos.
Al cosecharlo hay que tener cuidado de que crezca en aguas no contaminadas, porque puede ser vehículo de tifus. Se debe lavar con sumo cuidado y no hay que comer demasiado, ya que irrita el estómago. Puede tener también propiedades abortivas.

La hierba es un excelente diurético y depurativo si se toma en jugo o infusión en frío.

El famoso médico naturista Muarice Messegué aconseja hacer cataplasmas de clara de huevo batida, mezclada con berro, para aliviar dolores de artritis.

Huevos al berro
Se cortan unos huevos duros por el medio. Las yemas se mezclan con un poco de aceite y berro cortado fino, y se vuelven a colocar en las mitades. Se pueden servir con ensalada verde y pan integra.

Con el alma al cuello

Gloria Bosch Maza

Con el alma al cuello anduve mucho tiempo
en la cuerda floja
buscando el equilibrio de un trapecista
descifrando en el mapa de otros cuerpos
las huellas borrosas de mi propia historia.

Con el alma al vuelo
busqué la compañía de los espejos
el agua tibia que me saciara
de una sed antigua de querencias y deseos.

Superviviente de algún naufragio
no opté por la fuga ni el suicidio
dejé pasar las hojas del calendario
sanando heridas, corazón en mano.

Me mueve la fe de que estoy viva
llego a fin de mes sin red y con tropiezos
los tigres me saludan y me he hecho amiga
de las magas y los titiriteros.

Aunque la vida me ha dado algún zarpazo
esquivo el látigo de los malos momentos
y doy volteretas sobre la lona
si las palabras acuden a mi encuentro.
Mi vicio es escribir a ras de suelo.

(del libro "Con el alma al cuello")

Bars & Restaurants
Sagrada Família

Xamfrà Gaudí
- Cuina tradicional catalana
- Tapes
- Torrades
- Aperitius
- Cuina permanent

C/ València, 443 ✆ 93 232 59 07
www.xamfragaudi.com

MARINA MC CAFE
Tapes • Menú diari • Celebracions
C/ Marina, 223 ☎ 93 245 20 31

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

amics al cafè
Esmorzars • Dinars
Tapes · Menú migdia
Còrsega, 562 · T. 93 667 13 93

Why? 376
ENOCAFFETTERIA ITALIANA
C/ Mallorca, 376 · Tel. 931 649 749

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

RAPA NUI
Frankfurt & Tapes
C/ Padilla, 296
☎ 931 183 544
PARA LLEVAR! TAKE AWAY!
www.rapanuirestaurant.com

LA CONCA
Restaurant
Cuina de mercat
Menú diari · Tapes
Esmorçar de forquilla
C/ Lepant, 297 - T. 93 348 03 93
www.la-conca.com

Volare
Pizzeria
Forno a legna
C/ Provença, 548 ☎ 93 435 18 94

Entrepans i Tapes
Menjar casolà i per celíacs
Mallorca, 452 ☎ 674 910 670

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

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

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

BAR RESTAURANT
La Moreneta
• Cocina de Mercado • Carnes Gallegas
• Cabrito asado • Mariscada • Embutidos ibéricos
C/ Cartagena, 234 ✆ 93 455 29 69

Cantina Mexicana
Cocina Mexicana
Valencia 427, Sagrada Familia, 936.676.668

¡Hola Nepal!
RESTAURANT BAR
Comida Nepali e India
Menú diario (lunes cerrado)
Horario: de 12 a 16'30 h. y de 20 a 00 h.
C/Lepant, 323 ☎ 93 456 49 78

BAR RESTAURANT
La Otra Moreneta
• Cocina de Mercado • Carnes Gallegas
• Cabrito asado • Mariscada • Embutidos ibéricos
C/ Còrsega, 613 ✆ 93 435 00 67

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

Com a Casa
- Menú Diari
- Cuina de mercat
- Embotits i salsitxes de poble

C/ Padilla, 279 ☎ 93 455 66 40

Alimentació

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

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 ASSEGURANCES
C/ Castillejos, 318 - T. 93 436 48 64

Bufete i2R
abogados-advocats
Via Laietana 59, 1-1ª · Tel. 93 232 62 03
www.bufetei2r.es · bufetei2r@bufetei2r.es

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
TANCAT DEL 7 D'AGOST AL 2 DE SETEMBRE
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

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

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

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

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
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

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

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

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

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

Llar

CONSTRUCCIONES FRAN Y WUIL
C/ Castillejos, 254 - T. 93 244 82 93

Llar

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

CRISTALERIAS PADILLA
C/ Padilla, 243 - T. 93 232 76 55
DAVELOR
C/ Padilla, 253 - T. 93 436 48 57
DETALLES
C/ Lepanto, 309
DONAIRE

Llar

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

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

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
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
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

ADMON. DE LOTERIAS TRIO D'ORO
C/ Castillejos, 268 - T. 93 436 34 19
TABACS 306
C/ Castillejos, 288 - T. 93 435 99 26
FOC I CENDRA
C/ Padilla, 250
ESTANC N º 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

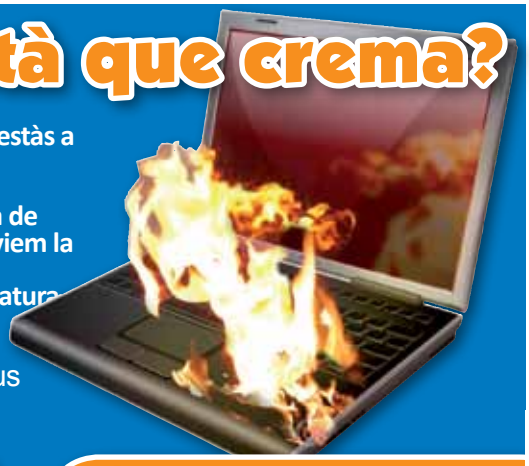
Petits

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

El teu portàtil està que crema?

Si el teu portàtil cada dia s'escalfa més i més, encara estàs a temps abans que deixi de funcionar per sempre.

En PCinstant, en menys de 24 h. realitzem una neteja de ventiladors i dissipadors de calor interns, també canviem la pasta tèrmica del microprocessador, gràfica i altres components. Tot això farà que torni a la seva temperatura normal, perllongant així la vida útil del portàtil.



PC instant
Informàtica-Reparació i venda
C. Comercial Encants Nous
C/ Enamorats, 85
93 53 092 53
✔ No tanquem al migdia
✔ Obert el mes d'agost

Restaurants i Bars

Jijonenca
CAFETERIA - GELATERIA - ORXATERIA
Creps - Goofres - Entrepants

Av. Gaudí, 32 - T. 93 456 41 45

Veure Bars i Restaurants a la pàg. 41

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
YOGUFRUTA
Av. Gaudí, 27-29 - T. 93 187 57 60

Salut

centro prasad
Yoga & Salud
Industria, 96 · entlo. 1ª · T. 93 531 27 49
www.centroprasad.com

AMPLIFON
Av. Gaudí, 87 - T. 93 455 34 26
ODONTHOS
C/ Indústria, 153 - T. 93 450 29 28
FARMÀCIA SERRA FORTUNY
C/ Provença, 506 - T. 93 436 66 88
MAURICE MESSEGUE
C/ Còrsega, 567 - T. 93 456 12 20

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

OPTICALIA
Av. Gaudi, 28 - T. 93 436 01 41
ORTOPEDIA J. ALMIRALL
Av. Gaudí, 56 - T. 93 456 36 43

PSICOLOGÍA Y COACHING
PSICOach
Alejandra Camacho Rangel
Colegiada: 21.941
• Atención Psicológica Integral
• Niños, Adolescentes y Adultos
• Coaching Ejecutivo y Personal
• Orientación Profesional
c/Sardenya 274 · psicoach.alecr@copc.cat
Cita Previa: 697 215 084

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

Segona mà

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

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

Anunciïs's aquí... AcelObert BARCELONA barri a barri
93 010 16 73 ☎ 605 813 098 · publicitat@acelobert.com
www.acelobert.com
...perquè els millors sempre destaquen

Perquè signar un contracte d'arres

Mercedes Pérez
Directora Jurídica Menfis Grup

Irene de la Herrán
Advocada

Davant d'un procés de compravenda, generalment d'immobles, estar assessorats jurídicament durant tot el procés ens evitarà molts mals de cap i situacions desagradables que poden fins i tot afectar el nostre patrimoni. Les arres s'estableixen com un contracte preliminar imprescindible i necessari on es fixen totes les bases que regiran a les parts contractants.

A la pràctica, els principals problemes que plantegen les arres es deuen al fet que en fase de negociació prèvia a la compravenda no acostuma a intervenir cap jurista, de manera que una mala utilització del llenguatge o una manca de verificació de la situació real de l'immoble pot abocar-nos a no aconseguir el nostre propòsit o fins i tot a aconseguir un efecte diferent del pretès.

El contracte d'arres, tal com està plantejat avui en dia, es podria definir com un contracte preliminar on es fixaran tots els acords de la compravenda que les parts formalitzaran el moment posterior davant de notari públic. A més de fixar aquestes bases, la seva principal funció és confirmatòria, atès que quan satisfem un pagament a compte del preu, ratifiquem la nostra intenció de compra o venda (arres confirmatòries). No obstant això, aquestes arres poden obligar a les parts a no desistir d'aquesta voluntat de compra o venda, a través de l'establiment d'una penalització o indemnització a favor de la part que ha perseverat en el contracte. És el que anomenem arres penitencials i es troben regulades en l'art. 1454 del Codi civil: en aquest sentit si és el comprador qui desisteix de formalitzar el contracte de compra haurà de tornar les quantitats que va rebre com a senyal, per duplicat. En cas de ser el venedor qui desisteixi, donarà per perdudes les sumes satisfetes. Així, doten d'obligatorietat, per via indirecta, els acords preparatoris previstos en el contracte d'arres.

A més de les funcions esmentades, com comentàvem a l'inici, la preparació del contracte d'arres requereix que el jurista verifiqui certes circumstàncies de l'immoble vitals per a la bona consecució dels interessos del seu client:

- Assegurar que qui ven té just títol per fer-ho i té el ple dret de l'immoble.

- Conèixer l'estat de càrregues i gravàmens que poden afectar la finca i que, en qualsevol cas, han de cancel•lar prèviament a la formalització de la compravenda davant notari, com ara; inscripcions d'embargaments, hipoteques, contractes d'arrendaments, ets ... En aquest sentit també s'ha d'assegurar, en aquest cas el desig d'ambdues parts, que l'immoble es transmeti lliure de possibles ocupants o llogaters i, que en qualsevol cas, qualsevol eventualitat en aquest sentit sigui la part venedora qui assumeixi les conseqüències.

- Fixar les dates per perfeccionar el contracte de compravenda davant notari. Això pot arribar a ser de gran importància, atès que qualsevol incompliment en aquest sentit, habilitarà les parts per desistir del contracte amb les conseqüències jurídiques que s'hagin pactat o, d'estar interessats en la consecució del negoci jurídic, la part que incompleixi haurà de rescabalar els danys i perjudicis ocasionats a l'altra.

MG
MENFIS GRUP

ASSESSORAMENT INTEGRAL
Empreses:
• Fiscal • Laboral • Comptable

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

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

La Biblioteca Sagrada Família recomana

Llibres

David Cantero

El Viaje de Tanaka

• Planeta, 2014

Segons la llegenda, hi ha un lloc al Japó on molta gent gran hi va a morir: Yonsú. Es diu que potser aquest lloc amaga el secret de la immortalitat. La protagonista es una jove que es diu Mei Tanaka, viu en una illa enorme i no acostuma a viatjar. Ha de tenir cura de la seva mare, i això ja la fa feliç. Quan la seva mare mor decideix emprendre un llarg viatge amb les seves cendres. D'aquesta manera podrà conèixer el món que fins ara només coneixia a traves de llibres, radio i televisió, fins trobar la misteriosa vila de Yonsú.

En David Cantero ens presenta una historia plena d'amor i optimisme i que ens mostra el poder de superació que posseeix tot esser humà.

Música

Ruper Ordorika

Azukre koxkorrak

• PICAP, 2013

Ruper Ordorika presenta "Azukre koxkorrak" (Terrons de sucre), nou treball en el que rendeix tribut a dotze cantants i grups bascos. La majoria d'aquests ja no es troben en actiu. Hertzainak, Itoiz, Kortatu, Koska, Txomin Artola, Errobi, Oskorri, Xabier Lete, Delirium Tremens, Etxahun Iruri, Balerdi Balerdi i Mikel Laboa tornen a viure en aquest significatiu i sorprenent nou treball, de la mà d'aquest singular joglar.

Malgrat que totes les cançons escollides provenen de mons i influències diferents, totes semblen estar unides per un mateix esperit, ja que Ruper, amb llibertat i respecte, les porta a la seva musicalitat i estil personal.

Cinema

Direcció: Joseph Cedar

Azukre koxkorrak

• PICAP, 2013

La sèrie de culte es va acomiadar amb un final intens i febril, un desenllaç perfecte per a una sèrie perfecta. Elogis al creador Vince Gilligan per com ha tancat les trames. Walter White va explicar el veritable motiu pel qual la seva vida va donar un gir de 180 graus, de ser un professor de química mal pagat a un dels grans capos de la droga. El 2013 va obtenir el premi com a millor sèrie de drama en l'edició 65 dels premis Emmy. En l'edició 71 dels Globus d'Or, va guanyar en la categoria de millor sèrie de drama. També va obtenir el premi Bryan Cranston com a millor actor.

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

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.

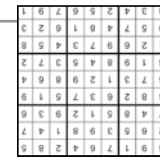
NIVELL MEDI

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

NIVELL DIFÍCIL

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

Solucions



Humor

La dona diu horroritzada un dia al seu home:
-Jordi, és una vergonya!
Hi ha gent que no té escrúpols!
Saps que un tan Papasseit s'ha dedicat a plagiar i publicar cadascun dels poemes que em vas escriure quan festejàvem!?

Hi ha tres coses importants a la vida... l'amor, els secrets i els amics...
Per això fem l'amor, guardem el secret i quedem com a amics.

Un borratxo li diu a l'altre:
-No beguis més que t'estàs tornat borrós.

Hi havia un cuiner tan lleig, tan lleig, tan lleig...
que feia plorar a les cebes.

secció immobiliària

Les immobiliàries de confiança del barri

PISOS LLOGUER

PIS EN LLOGUER C/ SANT QUINTÍ 60 m2., 3 hab., 1 bany, 1 balcó-galería, sense mobles, calefacció, A/A. ascensor. Per entrar 750€ T. 93 457 49 00.

PIS EN LLOGUER LEPANT 60m2., 3 habitacions, 1 bany, balcó, moblat, ascensor. 700€ T. 93 457 49 00.

PIS EN LLOGUER PARE CLARET-SARD. 105m2., 4 hab., 2 bany, calefacción, A/A. parquet, sense mobles, ascensor. Per entrar 950€ T. 93 457 49 00.

VALL D'ARAN 11. Acollidor pis exterior en lloguer a Sant Andreu. Pis recent pintat de 62 m2. Consta de 3 hab., cuina ref., sala menjador i bany ref., asc. 480€.T. 93 450 41 43.

VENTURA RODRIGUEZ 5. Fantàstic pis de 61m2 amb 3 hab., cuina amb safareig, bany complert i sala menj. amb sortida a terrassa. Orientat a Mar, té sol de matí, compl. ext. 600€. T. 93 450 41 43.

ANDREA DORIA 47. Acollidor pis de 42m2 totalm. ref. Consta d'una hab., sala menjador amb cuina americ. amb sortida a balcó i bany. Parquet. asc. A 5 minuts platja. 690€. T. 93 450 41 4 3.

SANT ONOFRE 16. Pis totalm. ref. 65m2. Consta de 2 hab. amb arm. encastats, sala-menj. amb terrassa, cuina i bany. Tot ext. parquet i calef. a gas. Sol tot el dia. 725€. T. 93 450 41 43.

RAMBLA MUNTANYA 89. Pis de 55m2 de 3 habitacions, cuina equipada amb nevera i rentadora, 1 bany i sala menjador amb sortida a balcó. 525€. T. 93 450 41 43.

PISOS EN VENDA

PIS EN VENDA C/ BOLIVIA 79m2. 3 habitacions,1 bany. Per Reformar. Sense ascensor. 120.000€ T. 93 457 49 00.

PIS EN VENDA TRAVESSERA GRÀCIA 40m2. 3 habitacions, 1 bany, sense ascensor, balcó al carrer. 120.000€ T. 93 457 49 00.

C/ SANTA COLOMA, 3, 152m2, 3 hab., 1 bñ., en 3 plantas, en P. Baja, garaje o almacen, 1ª y 2ª Pl. para distribuir. En la mejor zona de Sant Andreu. 255.000,00 € T. 93 667 17 99.

C/ CONCEPCION ARENAL, 70 m2, 3 habitaciones y 1 baño, cocina y salon-comedor muy luminoso, ideal parejas 139.000,00 € T. 93 667 17 99.

C/ AVENIDA MERIDIANA, 100 m2, 4 habitaciones, 1 baño y 1 aseo, exterior, TOTALMENTE REFORMADO, 170.000,00 € T. 93 667 17 99.

C/ CONSELL DE CENT, 94, 85 m2, 2 habitaciones y 1 baño, comedor 2 ambientes recien reformado, A ESTRENAR, muy bien comunicado. 228.000,00 € T. 93 667 17 99.

C/ FELIP II, 100 m2, 4 habitaciones, 1 baño, cocina y salon comedor, suelo de gres, para entrar a vivir, muy cerca del transporte público.190.000,00 € T. 93 667 17 99.

C/ PADILLA.198.000 €. ZONA FORT PIENC. 90 m². 4 habitaciones, alto y luminoso, reformado, para entrar a vivir. Balcón 2m². ascensor. T. 672 717 305.

C/ INDUSTRIA. 205.000 €. 90 m², 4 habitaciones (2 dobles), baño y aseo. luminoso y tranquilo, da a amplio patio de manzana. Cocina amplia con lavadero. Piso alto con ascensor. T. 672 717 305.

C/ CASTILLEJOS. 195.000 €. 85m². 4 habitaciones. Cocina con galería. Baño y aseo. Alto con ascensor. Muy buena comunicación. Próximo a transportes públicos y comercios. T. 672 717 305.

C/ CASTILLEJOS. 238.000 €. Jto. Sagrada Familia. 85m². 3 habitaciones. Comedor, cocina y baño. Completamente reformado. Alto con ascensor. Muy bien comunicado. T. 672 717 305.

C/ INDEPENDENCIA. 143.000 €. 58m². 2 habitaciones, lavadero, alto con ascensor, vistas despejadas, orientación Tarragona, distribución cuadrada, sin pasillos. T. 672 717 305.

RONDA GUINARDÓ. 170.000 €. 75m². 3 hab (2 dobles), salón comedor con salida a balcón de 10m², galería, AA/CC, parket, ascensor, exterior, soleado, impresionantes vistas. T. 672 717 305.

C/ VILLAR. 215.000 €. Piso de 80 m². 3 habitaciones. Comedor de 21m² que da a calle con salida a balcón (para mesa y sillas). Finca tranquila con ascensor. T. 672 717 305.

C/ CORCEGA. 220.000 €. Jto. Avd. Gaudí. Piso de 90 m². 3 habitaciones, comedor, cocina y baño. Finca regia con ascensor. Zona muy bien comunicada. Junto Sagrada Familia, T. 672 717 305.

C/ MARE DE DEU DEL COLL. 85.000 €. Gracia. Piso de 51m², 3 habitaciones, salón comedor, cocina, baño, exterior a calle, finca con ascensor. T. 672 717 305.

PSTG. SALVADOR RIERA. 135.000 €. Junto al Pso. Maragall. 2 habitaciones. Totalmente reformado. Balcón. Zona muy tranquila, calle peatonal.. T. 672 717 305.

C/ PROVENZA / MERCADO S. F. Piso 83 m2, ext. , luminoso y soleado, 4 hab, 2 bñs., 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 bñs., 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.

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

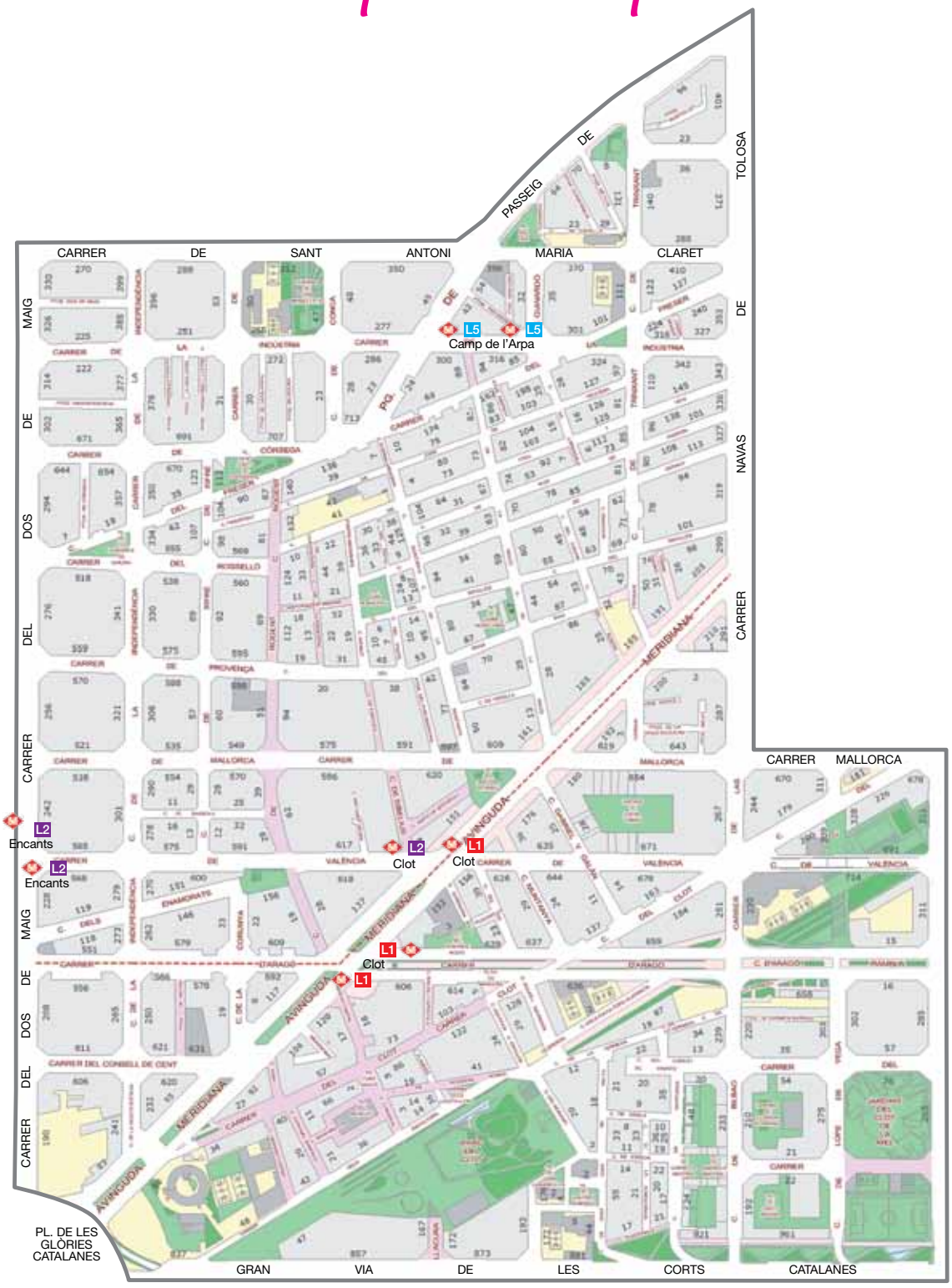
Grup Immobiliari s.c
Grupo subastas.com
Si está interesado en vender o alquilar su piso no dude en llamarnos o visitarnos. No importa que tenga cargas de hipotecas, embargos, subasta, etc.
C/ Castillejos 267 ☎ 93 667 17 99

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 y le REGALAMOS el CERTIFICADO ENERGETICO
Nosaltres l'aconseguim per tu!

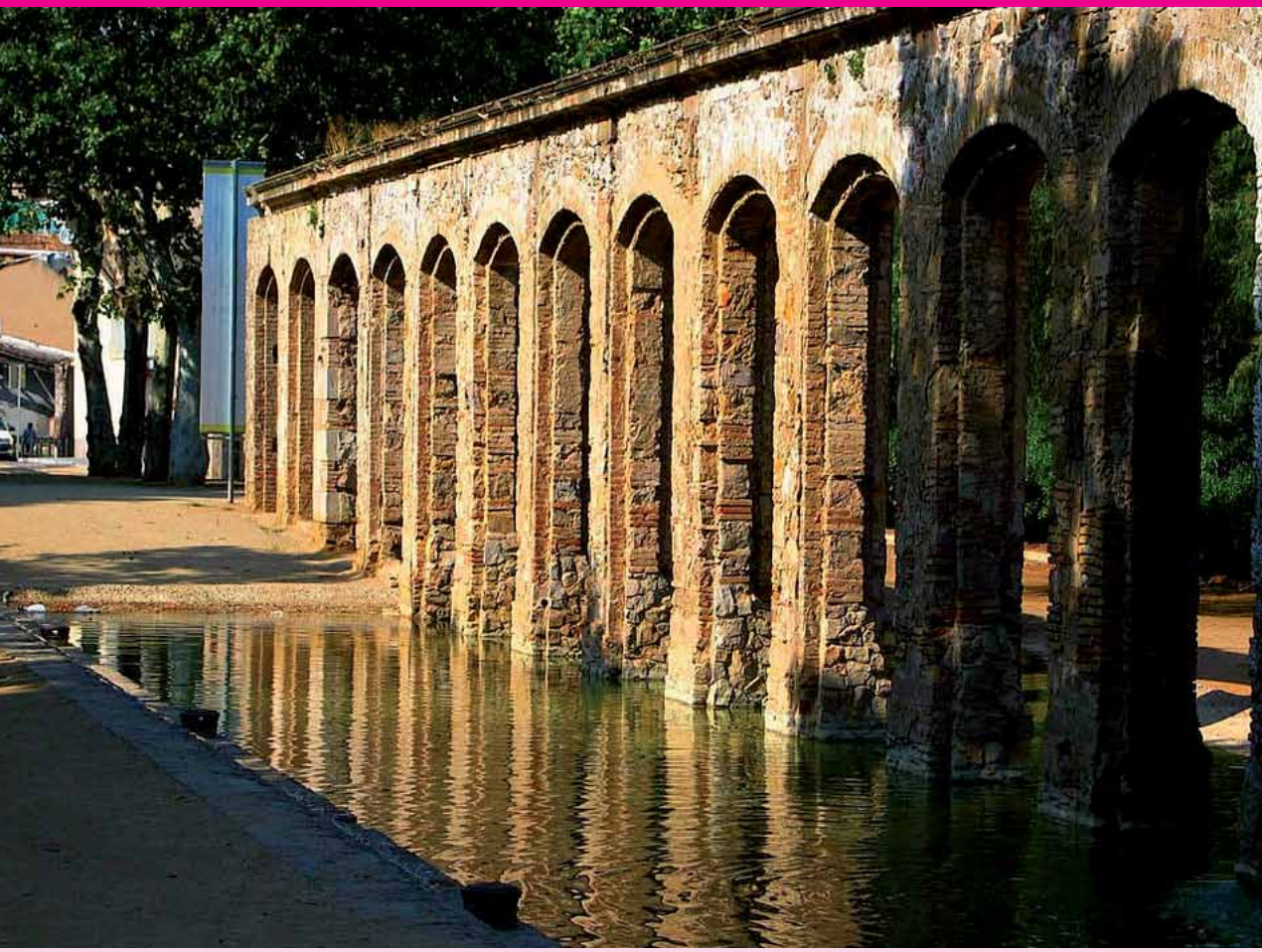
BALSELLS ZARAGOZA GESTIÓ, S.L.
ASSEGURANCES I ADMINISTRACIÓ DE FINQUES
Cartagena, 243 · baixos ☎ 934 504 143
www.bzgestio.com

Anunciïs's aquí...
AcelObert
La Revista del teu Barri
T. 93 446 32 10
www.acelobert.com
publicitat@acelobert.com
...perquè els millors sempre destaquen

Barri de
Clot-Camp de l'Arpa



Barri de Clot-Camp de l'Arpa



- 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. 605 813 098

Alimentació

A PROP TEU
C/ Rogent, 27 - T. 93 231 22 41
AUTÒCTONS
C/ Rogent, 24 · Local 1 - T. 93 192 49 11
BIRRA BIRRAE
C/ Andrade, 2 · Local 9 - T. 93 172 91 30
OLEOTECA LA CHINATA
C/ Rogent, 24 · Local 2 - T. 93 514 33 21
MERCAT DEL CLOT
Pl. Mercat, 26 - T. 93 265 90 90
MON IBÈRIC
C/ Mallorca, 566 - T. 93 244 41 45
SORLI DISCAU SUPERMERCAT
C/ Mallorca, 588 - T. 935 610 383
VINACOTECA
C/ València, 595 - T. 932 325 835
XARCUTERIES BOSCH
C/ Mallorca, 535 . T. 93 232 45 06

Assegurances i Assessories

Bufete i2R
abogados-advocats
ESPECIALIDADES
• Familia • Civil • Penal
• Laboral • Menores
Abogado urgente – Divorcio Internet – Extranjería
Via Laietana 59, 1-1ª (junto plz. Urquinaona), antes calle Clot 184, ppal 1ª
Tel. 93 232 62 03 Fax. 93 245 06 43
www.bufetei2r.es · bufetei2r@bufetei2r.es

ROMEO ABOGADOS
C/ Rossend Nobas, 9 - T. 93 245 59 90

Cursos i Formació

CHISHOLM SCHOOL
Rbla. Guipúscoa, 11- T. 93 266 21 84
LLAR D'INFANTS TER VINT
C/ Ter, 18-20 - T. 93 232 64 09

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

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
DEPILINE CENTER
C/ Clot, 52-54 - T. 93 221 17 45
PELUQUERIA FRANCIS
C/ Clot, 108 - T. 93 265 00 70
MÓN ESTÈTIC
C/ València, 599 - T. 93 265 90 76
PERRUQUERIA NUJOR
Av. Meridiana, 164-166 - T. 93 246 36 59

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

Forns, Pastisseries i Dolços

FLECA ROGENT
C/ Rogent, 23 - T. 93 265 65 00
FORN ELIAS
C/ Freser, 90 - T. 93 455 61 76
GRANIER
C/ Mallorca, 584 - T. 93 66712 99
PANNUS
Plaça del Mercat, 21 - T. 93 315 32 48
PASTISSERIA GUAL
C/Mallorca, 529 · botiga 3 - 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
SUGAR PALACE
Plaça Josep Rovira, 9 - T. 93 266 08 32

Informàtica, Imatge i Sò

CENTRE DIGITAL ROGENT
C/ Rogent, 74 - T. 93 436 27 16
HANGAR 05 PRODUCCIONES ARTÍSTICAS
C/ Bassols, 5 - T. 93 163 56 48
PC INSTANT
C/ Enamorats, 81 - T. 93 530 92 53

Joieries i Rellotgeries

ANDRÉS CASTILLO JOIERIA
C/ Rogent, 106 - T. 93 435 08 62
AZA JOIERIA EN PLATA
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

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

ALBERT TORRES ARTESANIES
C/ Rogent 21 - T. 93 265 50 19
ELECTRODOMESTICS PEINADO
C/ Escultor Claperós,43-45 - T. 93 300 52 59
ELECTRO NURIA EXPERT
C/ Mallorca, 592 - T. 93 232 47 64
FERRETERIA VALLS
C/ València, 589-591 - T. 93 231 17 01
GANIVETERIA - JOGUINES "EL PEQUE"
C/ Rogent, 47 - T. 93 435 69 45
LA CREATIVA MERTXESITES
C/ Sèquia Comtal, 4-6 - T. 93 265 85 69
TINTORERIA FERNANDEZ
C/ Mallorca, 575 - T. 93 455 43 15

Mascotes i Plantes

EL JARDINET DEL CLOT
Plaça del Mercat, 9 - T. 93 533 05 06
GOS I GAT
C/ Rogent, 16 - T. 93 231 51 11

Moda i Complements

ARXÉ
Pl. Dr. Serrat, 3 - T. 93 231 76 10
BOSSANOVA - ROGENT
C/ Rogent, 98 - T. 93 433 52 17
COTÓ – COTÓ
C/ Rogent, 28 - T. 93 231 22 08
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
SET CALÇATS
C/ Rogent, 79 - T. 93 423 36 85
SWING
C/ Mallorca, 560 - T. 93 232 67 64
TERESA MODA ÍNTIMA
C/ Sèquia Comtal, 8 - T. 93 246 28 75

Motor

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

Oci i Esport

CRONOLOGIC
Avda. Meridiana,129 - T. 657 254 895
CEM BAC DE RODA
Rambla Guipúscoa, 25 - T. 93 266 34 45
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

LLIBRERÍA ONADES
C/ Mallorca, 550 - T. 93 427 73 75
PAPER GROC
C/ Clot, 51 - T. 93 232 91 66
QUIOSC DEL CLOT
Pl. Font i Sagué, s/n - T. 93 247 33 97

Petits

BAMBINO
C/ Rogent, 84 - T. 93 436 27 23
L'OMBELIQO
C/ Clot, 33 · baixos - T. 93 246 58 02
PALOMA 1ERA INFÀNCIA
C/ Clot, 59-63 - T. 93 246 57 23

Restaurants i Bars

A RUTA GALLEGA
C/ Clot, 78 - T. 93 265 46 85
BAR SUCRO "CA LA MARGUI"
C/ Sèquia Comtal, 7 - T. 93 245 11 66
BAR DÓ
C/ Rogent, 100 - T. 690 023 615
BAR LA UNIÓN
C/ Freser, 92 - T. 93 436 04 74
LA GELATERIA
C/ Rogent, 88 - T. 93 456 84 34
MARLÈN 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

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

ARMAND OPTICS
C/ Clot, 66 - T. 93 245 21 55
CAMÍ DE SALUT
C/ Mallorca, 545 - T. 93 436 33 74
CLÍNICA DENTAL "DR. SEVILLA"
C/ València, 606, 3er 2ª - T. 93 231 32 82
DIETA ESTETICA VILELLA
C/ Rogent, 17 - T. 93 232 75 08
FARMÀCIA E. VENTURA
C/ Clot, 71 - T. 93 231 36 05
FARMÀCIA ANA Mª MACIÀ CREUS
C/ Mallorca, 591 - T. 93 436 27 10
FARMÀCIA BASTÉ
C/ Rogent, 54 - T. 93 231 45 54

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

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

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

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

FARMÀCIA Mª TERESA PEÑAFIEL
C/ Clot, 57 - T. 93 231 20 59
FARMÀCIA J. MESIA
C/ València, 614 bis - T. 93 245 63 22

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

FARMÀCIA RITA AUGÉ
C/ Rogent, 118 - T. 93 436 23 26

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

MARIA CASAS BIÓLOGA
Pl. Mercat, 22 - T. 93 265 93 56

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

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

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

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

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

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

ORTOPEDIA CLOT
C/ Clot, 82 - T. 93 265 18 12
SANZ & PANCKO DENTAL
C/ Rogent, 40 local 2 - T. 93 246 90 43
SIENTE TES, INFUSIONS I ESPÈCIES
C/ Rogent, 96 - T. 934508858
SONISORD
C/ València, 612 bis - T. 93 265 36 39

sonisord
AUDIÒFONS & REPARACIÓ
El teu Centre Auditiu del barri
Valencia, 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

ROBA AMIGA
C/ Sibèlius, 9 - T. 93 245 26 88

Serveis

DIGICOPY OFIICE S.L.
C/ Mallorca 614 - T. 93 245 40 08
FINQUES MARTELL S.L.
C/ Mallorca, 576 ent. - T. 93 265 65 38
HOTEL CATALONIA ALBENIZ
C/ Aragó, 591-593 - T. 93 265 26 26
HOTEL CATALONIA ATENAS
Av. Meridiana, 151 - T. 93 232 20 11
HOTEL CATALONIA SAGRADA FAMÍLIA
C/ Aragó, 569 bis - T. 93 245 89 05
HOTEL INK606
C/ Mallorca, 606 - T. 93 231 42 58

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

La Biblioteca Camp de l'Arpa-Caterina Albert recomana

Llibres

Adichie

Chimamanda Ngozi. Americanah

• Barcelona: Random House, 2014

Lagos, anys 90. En el marc d'una dictadura militar i una Nigèria que ofereix poc o cap futur, Ifemelu i Obinze, dos adolescents atípics, s'enamoren apassionadament. Com a gran part de la seva generació, saben que abans o després hauran de deixar el país. Obinze sempre ha somiat viure als Estats Units, però és Ifemelu qui aconsegueix el visat per viure amb la seva tieta a Brooklyn i estudiar a la universitat. Mentre Obinze lluita contra la burocràcia per reunir-se amb Ifemelu, ella es troba en una Amèrica on res és com s'imaginava, començant per la importància del color de la seva pell. Totes les seves experiències, desgràcies i aventures condueixen a una única pregunta: acabarà convertint-se en una "americanah"? Americanah, que recull el terme burleta amb què els nigerians es refereixen als qui tornen d'Estats Units donant-se aires, és una història d'amor al llarg de tres dècades i tres continents.

Llibres

García, Angela

***Gintonics:** 50 ingeniosas mezclas para sorprender al paladar.*

• Tres Cantos : El País/Aguilar, 2013

Sobreviu a la moda del gintònic i aprèn a viure'l i a gaudir-lo amb aquestes 50 enginyoses mescles per sorprendre el paladar!

Si fa vint anys el món del gintònic era un desert pelat, ara és una jungla inabastable. I per orientar-te en aquesta espessor plena de delícies i satisfaccions, segur que aquest llibre, en què es presenten 50 preparacions des de les més clàssiques fins a les més innovadores, et servirà de brúixola i guia.

Florals, amb espècies, amb fruites i amb altres ingredients com la regalèssia o el cafè, sempre hi ha un gintònic perfecte per a cada ocasió!

Si vols saber-ne més, de la cuina de l'Angela, visita el seu blog www.cocinarydisfrutar.com.

Llibres

Dahl, Roald

Les bruixes

• Barcelona: Empúries, 2005

Conèixer Roald Dahl hauria d'ésser un dret universal de tots els infants. Aquest escriptor gal·lès és un dels grans mestres de la literatura infantil i juvenil i les seves obres, traduïdes a multitud de llengües, acostumen a trobar-se entre 'els llibres més llegits'.

Les bruixes narra la història d'un nen de 7 anys que ell tot sol ha d'enfrontar-se a totes les bruixes d'Anglaterra, unes bruixes, les de debò, que no es vesteixen amb barrets negres i punxeguts sinó amb roba normal i corrent, que no viuen en caus llòbrecs i foscos sinó en cases d'allò més normals i que no es dediquen exclusivament a fer de perruqueres o oficinistes sinó que tenen feines ben habituals… i que, per tot plegat, són francament difícils d'enxampar. Us atreviu a llegir aquesta novel·la i a combatre les males arts de la Reina de les Bruixes?

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

Gent Gran

La importancia de vivir. Sin descuidar de sentirse vivo.

Pensar en la Demencia es pensar en la gente mayor. En personas que fueron y poco a poco se han ido desdibujando. Y quizás, con un rostro o una voz con matices diferentes. Olvidamos muy a menudo el coraje que tienen en sus vidas, y la tolerancia con la que conviven de la mano día tras día. Digo coraje, porque a menudo sus condiciones físicas quedan atenuadas, o bien reducidas y a pesar de eso, la fuerza en la que se aferran tiene mucho valor. No por lo que son, sino por lo que creen que aun son. Por eso, como si de un espejo se tratara, intento devolverles la mejor versión de sí mismo. Ya sea con el desafío de un tablero de ajedrez, como de una brocha manchada de azul. Pienso que si tú crees en ellos, si ves con sus propios ojos, no solo entenderás, sino que también sabrás darles vida.

En estos espacios suelen nacer lazos afectivos, ya sean de amor, como de pocas buenas migas. La ínter-actuación entre los seres humanos es de vital importancia para poder brotar y de alguna manera, ser y latir. La sociabilidad no entiende ni de edades ni de generaciones. Está presente en todas nuestras etapas vitales.

"Empuje" y "sosiego" son dos palabras casi contrarias, pero básicas en el lenguaje de la gerontología. La primera, **"empuje"** atrapando retos (escribiendo recetas, pintando los sueños de un malecón, o agarrando una canica del bingo). Y **"sosiego"** (cuando escuchas y no quieres oír, ciento una vez la misma frase, palabra o gruñido. Cuando ves, que el círculo se cierra y lo sabes).

Por eso a menudo les digo: pintor si pintas con amor, porque desprecias tu color. Si sabes que en el cielo también los quiere Dios.

Patricia Lucas
Psicóloga en Centro de Dia Avi Amunt
C/Llagostera, 4 – Tel. 93 455 86 30

El Parlament català es posiciona per l'abolició de les armes nuclears

A instàncies del Centre Delàs d'Estudis per la Pau i Justícia i Pau, el Parlament de Catalunya ha aprovat una resolució sobre la Prohibició de les Armes Nuclears. La resolució té la singularitat que ha estat aprovada per unanimitat de tots el grups parlamentaris i en el transcurs de la tramitació no ha patit cap esmena de consideració.

La resolució insta el Govern de l'Estat a que treballi en les diferents institucions internacionals i especialment a l'Assemblea General de Nacions Unides, per aconseguir que s'aprovi un Tractat internacional d'abolició de les armes nuclears, que prohibeixi la seva fabricació i ús.

Aquesta resolució s'inscriu en la Internacional Campaign to Abolish Nuclear Weapons (ICAN), de la qual el Centre Delàs forma part. Representa un pas més de reafirmació que Catalunya té un ferm compromís en el camí del desarmament com a pas ineludible per a la consecució d'un món en pau.

El Centre Delàs d'Estudis per la Pau portarà aquesta Resolució al Congrés de Diputats de l'Estat espanyol, per instar a que es pronunciï en el mateix sentit que ho ha fet el Parlament de Catalunya, amb l'esperança que també sigui ratificada i la població mundial es pugui deslliurar del perill d'una catàstrofe nuclear que representen les armes atòmiques.

AVI AMUNT

UNIDAD TERAPEÚTICA ALZHEIMER Y PATOLOGIAS NEUROLÓGICAS

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

Centro Colaborador de la Generalitat

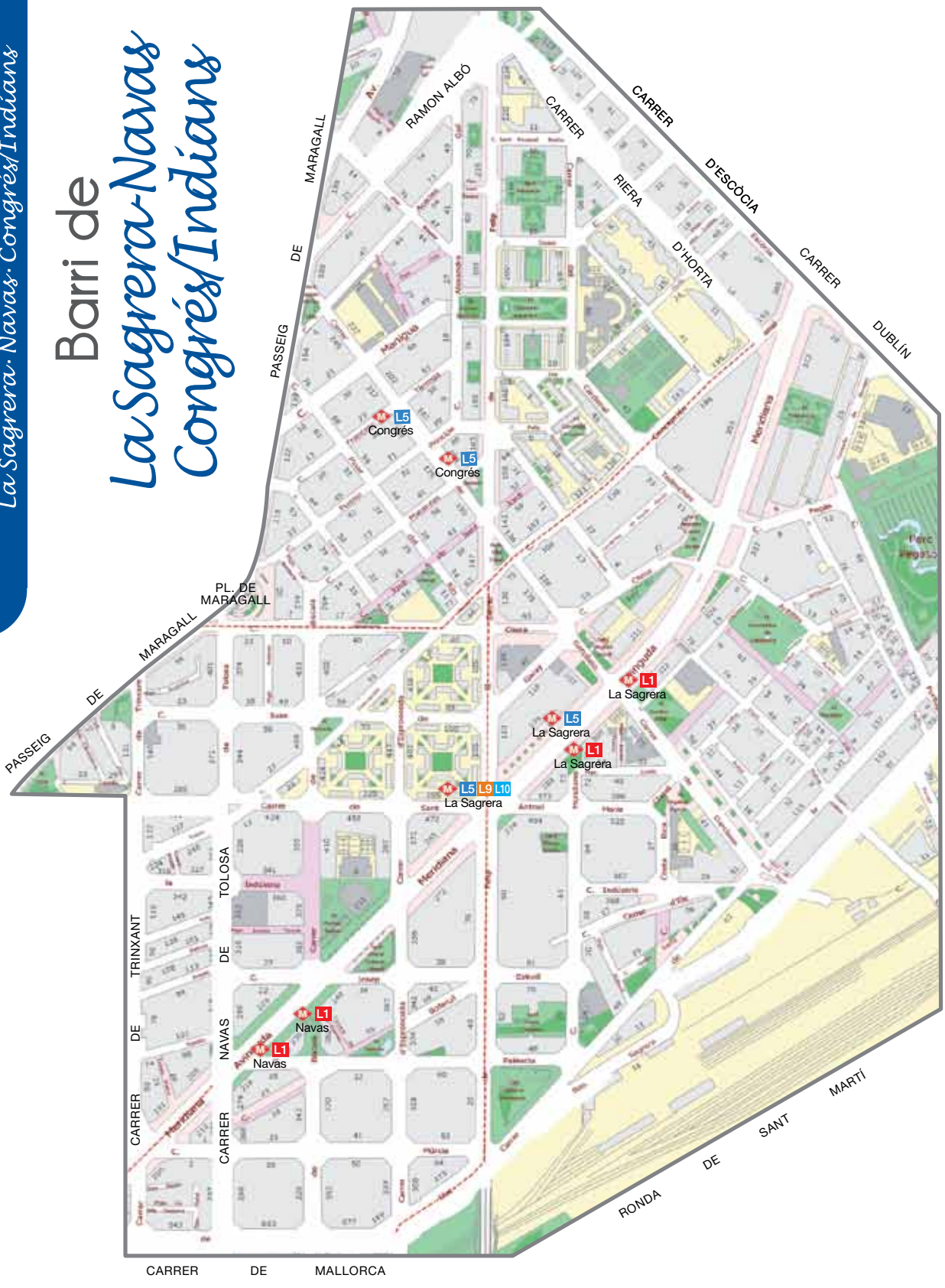
Abierto de Lunes a Sábado: *Opción días sueltos laborarables. Opción solo Sábados*

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

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

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
ROSTISSERIA MENJABÉ
Pl. del Congrés, 10 - T. 93 539 84 52

Mascotes i Plantes

CENTRE VETERINARI LA SAGRERA
Obert de 10'30 a 13'30 h.
i de 17'30 a 20'30 h.
Dissabtes de 10'30 a 13'30 h.
www.veterinarilasagrera.com
Avgda. Meridiana, 262
T. 93 351 84 57

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

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

FLORISTERIA Mª OTILIA COLOM
C/ Mossèn Juliana, 45 - T. 93 349 38 16
FLORS PASCUAL
C/ Felip II, 205 - T. 93 667 34 67
TOT ANIMALS
Pl. Dr. Modrego, 4 - T. 93 352 80 56

Assessories i Assegurances

ASESORES Y SERVICIOS ARCIÓN
C/ Bofarull, 9-11, local 2 - 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

ASSOCIACIÓ GENT GRAN MERIDIANA
Sant Ant. Mª Claret, 474 - T. 93 340 80 78
ASSOCIACIÓ VEÏNS BARRI DE NAVAS
C/ Navas de Tolosa, 310 - 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 CÍVIC NAVAS
C/ Navas de Tolosa, 312- T. 93 349 35 22
CENTRE CULTURAL LA NAU IVANOW
C/ Hondures, 28-30 - T. 93 340 74 68
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
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

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

www.bcnanimals.com
BCN ANIMALS
GARCILASO, 34 · Tel. 93 243 30 56
nucli zoològic nº B2500862
EXCLUSIVAMENT CADELLS NACIONALS AMB L.O.E.
PERRUQUERIA CANINA I FELINA (NO DORMIM ALS GATS)
CONSULTORI VETERINARI (Tel. directe veterinari 93 115 84 21)
RESIDÈNCIA CANINA I FELINA, ENSINISTRAMENT
SERVEI A DOMICILI (CONSULTAR ZONA DE REPARTIMENT)
info@bcnanimals.com
AMB VOSALTRES DES DE 1999

Llar i Serveis

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
ECOSERVEI DIGITAL
C/ Garcilaso, 141 - T. 93 352 64 16
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
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
TENDALS-2
C/ Riera d'Horta, 55 - T. 93 013 00 59
SUMÍNISTROS 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
ONIX MODA
C/ Navas de Tolosa, 300 - T. 93 186 21 27
QUINLOR
C/ Felip II, 191 - T. 93 352 44 10

Motor

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

ADMINISTRACIÓ LOTERIES NAVAS
C/ Navas de Tolosa, 298 - T. 93 340 81 06
ARMERIA PUJOL
C/ Sagrera, 184 - T. 93 352 20 05
EL CARNAVAL
C/ Josep Estivill, 21 - T. 93 352 18 15
ESTANCO SOTO
C/ Navas de Tolosa, 353 - T. 93 351 72 53
GRÀFIQUES SAGRERA
C/ Martí Molins, 11 - T. 93 352 94 08
LLIBRERIA EL CIRC DE LES LLETRES
C/ Garcilaso, 166 - T. 93 527 75 29
OTTO MAX GOLD
C/ Coll, 29 bxs. 2a - T. 93 349 19 08
QUIOSC DAVID
Av. Meridiana, 276
SUGAR SUMINISTROS INDUSTRIALES
C/ Sagrera, 173 - T. 93 352 93 11

Pastisseries, Forns i Dolços

FORN DEL BARRI
C/ Navas de Tolosa, 327 - T. 93 351 97 16
FORN ENRICH
C/ Francesc 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
CONDONLAND
Av. Meridiana, 340, Ptge. T. 93 346 26 57

Restaurants i Bars

BAR CAN PERE
C/ Felip II, 200 - T. 93 340 02 95
BAR GRANJA LA MEL
Pl. Congrés, 14 - T. 93 349 37 99
GRANJA ALOVER
St. Antoni Mª Claret, 500 - T. 93 340 26 64
GRANJA BAR CRETA
C/ Navas de Tolosa, 319 - T. 93 340 80 45

Salut

ADATT DENTAL
Pere Terre i Domenech, 9 T. 93 340 54 00
CENTRE TERÀPIES NATURALS HERMES7
Passatge Coello, 2 - T. 93 408 67 14

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

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

SU COCINA EN 15 DÍAS NUEVA
Fabricamos a medida
SU BAÑO EN 7 DÍAS NUEVO
Nos avalan 30 años de experiencia!

SUPER EXPOSICIÓN
Directo de fábrica
100 MODELOS EN MUEBLES DE BAÑO

Salut

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

CENTRE MEDIC NAVAS
C/ Navas de Tolosa, 292 - T. 93 340 02 08

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

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

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

FARMÀCIA BARBERÁ PERES
C/ Açores, 8 - T. 93 349 38 40
FARMÀCIA BLANCH
C/ Navas de Tolosa, 329 - T. 93 351 73 64
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
FARMÀCIA Mª ANTONIA JORBA YLLA
C/ Pardo, 4 - T. 93 352 60 58
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
OPTICS BASSOLS
C/ Navas de Tolosa, 286 - T. 93 349 66 72

Segona mà

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

La Biblioteca La Sagrera-Marina Clotet recomana

Música

Antonio González "El Pescaílla"
"Tiritando"

La figura del gitano català Antonio González es va veure certament eclipsada per la de la seva dona -aquell huracà artístic conegut com a Lola Flores- però el llegat musical d'El Pescaílla és un dels més interessants que es pot trobar entre els impulsors de la rumba catalana. El recopilatori que us presentem avui és una d'aquelles col·leccions de cançons que és impossible escoltar assegut a una cadira. Cinquanta anys ens separen de la majoria d'aquests enregistraments, però la contagiosa vitalitat que transmeten joies com "Muchacho Barrigón" o "Que me coma el tigre" traspassa les fronteres de l'espai i el temps. Les versions de "Strangers in the night" o "Chica de Ipanema" serveixen per acabar de posar la irresistible nota kitsch a la festa. So ventilador per les nits d'estiu!

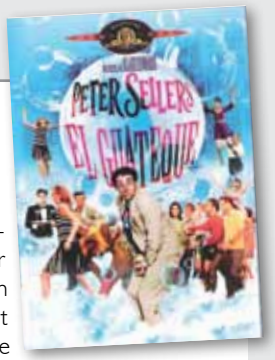
Llibres

L'any de la plaga
• Barcelona : La Magrana, 2010

Marc Pastor (Barcelona, 1977) va saltar a la fama amb la publicació de La mala dona on recreava la seva particular visió sobre Enriqueta Martí, també coneguda com la "Vampira de Barcelona", després d'aquest llibre de literatura negra va sorprendre a tothom amb L'any de la plaga, un llibre a cavall del gènere apocalíptic i la ciència-ficció

En Víctor Negro és un treballador social que viu a Barcelona i coordina un grup de atenció a la gent gran. Durant l'agost alguns dels ancians que estan atesos per l'equip d'en Víctor comencen a suïcidar-se. Es planteja la possibilitat que darrera d'aquests suïcidis hi hagi quelcom d'estrany, relacionat amb unes plantes d'eucaliptus que estan proliferant a les cases. Què està passant realment? Per saber-ho haurem d'acompanyar en Víctor.

Cinema



Blake Edwards.
El Guateque (the party)
• EEUU: Twentieth Century Fox, cop. 2007

Realitzada al 1968 és un referent de la comèdia de situació. Edwards converteix un sopar de negocis de la jet-set hollywoodiana en un vodevil extasiant amb gags que han esdevingut clàssics en la història del cinema. El concepte "festa de l'escuma" s'inventa gràcies a una de les memorables escenes d'aquest film. Refrescant i divertidíssima, molt recomanable per a les nits d'estiu. No us la perdeu!

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

Pollastre amb llimona

Ingredients:

• Pollastre (una contracuixa desossada per acada persona) • 2 llimones • Sucre • Farina (d'arròs si en tenim) • Llevat en pols • 1 ceba tendra • Arròs • Sal • Oli • Pebre i si volem donar-hi un toc exòtic, una mica de gengibre

Sofregir una mica de ceba, hi vaig afegir l'arròs, l'aigua lleugerament salada, i el vaig deixar bullir 20 minuts. Un cop cuit, el vaig escórrer i vaig reservar-lo per fer els flamets.

El pollastre fregit:

Com si féssim nugets. Tallem el pollastre a troços de la mida que ens sembli bé i l'arrebossem amb una pasta feta amb farina, aigua, una mica de llevat en pols i sal. La consistència ha de ser pastosa. Daurem els nugets banda i banda, i els reservem sobre un paper de cuina per escórrer l'excés d'oli.

La salsa:

A la paella mateixa on hem fregit el pollastre, hi treiem l'excés d'oli que hi hagi, hi afegim una cullarada de farina, la deixem torrar una miqueta, hi afegim el suc de dues llimones i una cullaradeta de sucre. Ho remenem fins lligar la salsa (uns 2 ó 3 minuts). Si tenim gengibre en pols, ara és el moment de posar-lo, si no, no passa res.Si la salsa té grumolls, només cal que al posar-la al plat la passem per un colador. També podem acabar de lligar-la en un robot de cuina.

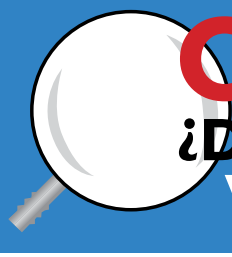
Podem corregir l'acidès de la llimona variant la quantitat de sucre.

La consistència de la salsa la podem corregir amb més estona de foc (evapora l'aigua) o afegint-hi més llimona o una mica d'aigua (si queda massa espessa).

Emplatem:

En un plat posem els trocets de pollastre i el flam d'arròs. Ho reguem amb la salsa. Ho decorem amb trocets de ceba tendre.

Cercador de comerços i serveis a Barcelona



On és?
¿Dónde está?
Where is it?

AcelObert
BARCELONA barri a barri

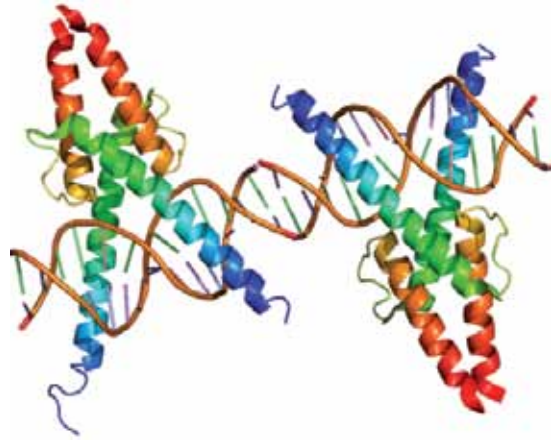
www.acelobert.com

Encuentran un segundo código genético en el ADN

Los científicos han descubierto que en nuestro ADN se oculta otro código. Este segundo código contiene información que cambia la manera en que los científicos leen las instrucciones contenidas en el ADN.

Desde que el código genético fue descifrado en la década de 1960, los científicos han asumido que se utiliza exclusivamente para escribir información sobre las proteínas. Por eso los científicos de la Universidad de Washington se sorprendieron al descubrir que los genomas utilizan el código genético para escribir en dos idiomas separados. Uno describe cómo se hacen las proteínas, mientras que el otro indica a la célula cómo se controlan los genes. Un código se escribe encima del otro, por eso el segundo se mantuvo oculto durante tanto tiempo.

"Durante más de 40 años hemos asumido que los cambios en el ADN que afectan el código genético únicamente afectaban la manera cómo se hacen las proteínas. Ahora sabemos que por culpa de esta suposición tan básica acerca de la lectura del genoma humano no veíamos la mitad de la información. Estos nuevos resultados destacan que el ADN es un dispositivo de almacenamiento de información



increíblemente potente que la naturaleza ha explotado plenamente de formas inesperadas", dice el autor del estudio, John Stamatoyannopoulos.

El código genético utiliza un alfabeto de 64 letras que se llaman 'codones'. El equipo de la Universidad de Washington descubrió que algunos codones, conocidos como 'duones', pueden tener dos significados, uno relacionado con la secuencia de la proteína y el otro relacionado con el control de los genes. Estos dos significados parecen haber evolucionado en concordancia entre sí. Se supone que las instrucciones de control de genes ayudan a estabilizar ciertas características beneficiosas de las proteínas y normalizan su proceso de creación.

El descubrimiento de duones tiene importantes implicaciones sobre cómo interpretan los científicos y los médicos el genoma de un paciente y abrirá nuevas puertas para el diagnóstico y tratamiento de diferentes enfermedades.

El estudio está publicado en la revista 'Science'.
www.pressenza.com

Tauler d'anuncis

Ofertes de treball

Cerquem Comercials residents a Barcelona, amb experiència mínima 2 anys en venda d'espais publicitaris. Català parlat. Oferim Sou Fix + comissions. Interessats enviar CV a: direccio@acelobert.com. Ref. Comercial.

Cerquem persona creativa i responsable, amb experiència en gravació i edició de vídeos promocionals, per treballs com freelance. Interessats enviar CV a: direccio@acelobert.com. Ref. Videos.

Buscamos personas, nivel cultural medio-alto, para trabajo media jornada, compatible con otras actividades. Contacto Maite 649186784

¿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. T. 625 59 67 54.

Busquem persones series, responsables i amb ganes de cambiar la seva situació econòmica! T. 93 128 72 17

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.

Varis

Se vende modulo para 4 personas instalado en camping La Sureda en Arbucias Girona. 7x3 metros comedor salón lavabo y dos habitaciones. 3500 euros. T. 636 171 170 Blanca.

Climatitzador CONVAIR MAGICOOL, quasi nou, preu a convindre. T. 667 086 366.

Compro discos anys 60, 70 i 80 grans i petits, pop, rock, jazz, blues, soul, etc. També revistes musicals (Fans, discóbolo, discoexpress, etc.) Passo a domicili. T. 93 346 08 60

Vendo Lombrices Rojas Californianas "Autenticas" Para el compostador. Tendra Humus para plantas y alimento: peces, aves, reptiles.T. 627 626 109 Antonio/Lourdes y WhatsAp

Vendo Cámara de fotos Nikon Coolpix s52 por 175€. Pulsera Pandora 13 charms por 250€ y IPad wifi + 3g 16gb por 175€. Interesados llamar al T. 687 046 443

Demandes d'ocupació

CONTABILIDAD
Licenciada se ofrece para la realización de contabilidad por horas de pequeña empresa o autónomo, a través de programa propio Contaplús.
Precio económico · **arualec2@hotmail.com**

Sras. con referencias, se ofrecen para: limpieza por horas, ayuda a domicilio para señor mayor. T. 600 22 46 31 Sra. Patricia - Sra. Susana.

Busco trabajo de lunes a viernes por las tardes o mañanas con niños o personas mayor con experiencia y referencia. T. 632 157 145.

Necesidad de trabajar, con referencia y carnet de conducir, documentos en regla, hace mudanzas, cuidar personas 3ra edad. Disponibilidad horaria. David 688 227 502-690 692 906.

Canguro. Se ofrece chica catalana, muy responsable, de confianza, para cuidar bebes y niños o personas mayores. Con experiencia. Mañanas, tardes, todo el dia. T. 658 085 638.

Hombre joven catalán, con buena presencia y aptitud. Busca empleo en cocina como ayudante. Mi disponibilidad puede ser inmediata. T. 607 871 137.

Señora con referencias se ofrece para: limpieza por horas, ayuda a domicilio de señora mayor, limpieza de oficinas o locales. T. 600 224 631. Patricia.

Motor

Lloguer plaça aparcament. C/Floridablanca, 66. Preu de la plaça negociable segon el soterrani on es troba. 2'0x4'4m i 2'30 x 4'0m. Portes d'accés independents. T. 93 325 71 37.

Alquilo plaza de parking grande, en calle Floridablanca 86, 100€ mes. T. 609 85 52 72

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 assegurança al corrent. Any 1989. 110 mil km sols 2 propietaris .9000 €. T. 678 522 043.

Relacions

Sra. 70 anys agradable, independent, sense carregues, voldria trobar un senyor educat, culte, per amistat i relació estable. T. 627 797 068 Fina.

Viatges. A Sres que voleu viatjar sense pagar suplements individuals, us volem ajudar a coneixer altres senyores com vosaltres, només aquest compromís. Contacteu 932455432

Hombre mayor de 60 busca personas mayores de 50 para amistad y lo que surja. Escribe a e-mail beccar353@yahoo.es

Soltero 46 años muy alto busco mujer para compartir aficiones y lo que surja,salir ir al cine al teatro ver espectaculos etc. T. 698 311 848.

Soc noia 43 anys. Me agradaría coneixer amigues,per sortir al cinema, pendre algo, ect. Amb fi de amistat. T. 658 085 638.

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.

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.

Immobles

Llogo una plaça de pàrquing al carrer Dos de Maig 238 té carril d'entrada i un altre de sortida, vigilància les 24 hores. T. 609 464 742.

Alquilo plaza de parking grande en calle Floridablanca con Viladomat, T. 609 85 52 72 Fernando.

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.

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

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

Ara el seu anunci GRATUÏT

Vostè mateix pot afegir el seu anunci gratuït entrant a:
www.acelobert.com - Classificats/Particulars (Gratuït)
No s'accepten anuncis professionals en aquesta secció.

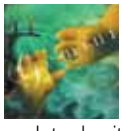
Àries
21 MARÇ - 20 ABRIL

Si estàs disposada a enamorar-te deixant enrere assumptes passats, rancors i retrets, tot funcionarà. Treball: per lliurar-te del caos, introdueix canvis que millorin l'organització, si no les coses sortiran malament.

Taure
21 ABRIL - 20 MAIG

Et toca cedir als desitjos de la teva parella, de la teva família o d'un amic. No et resisteixis, és pel teu bé, et sentiràs feliç. Treball: el cap de setmana es complica si no has pogut acabar una tasca que tenies pendent.

Bessons
21 MAIG - 21 JUNY



Si et demanen explicacions, deixa que parli el teu cor, resoldràs més ràpid les diferències. Treball: amb l'agenda laboral repleta de cites, encàrrecs i compromisos millor no et despistis o acabaràs per perdre el control.

Cranc
22 JUNY - 22 JULIOL

Cavil·la, medita, però no triguis massa a llançar-te a l'acció, algú camina confús i necessita la teva ajuda. Treball: un nou repte funcionarà si t'ho prens com el que és, una prova que ets capaç de superar amb escreix.

Lleó
23 JULIOL - 23 AGOST

Aquest és el millor moment de l'any per a tu, aprofita-ho al màxim, celebra la teva sort, enamora't i gaudeix. Treball: estàs en una etapa inspirada, creativa i disposada per ocupar-te d'alguns assumptes que fa temps no funcionen.

Verge
24 AGOST - 23 SETEMBRE

Aprofita aquest principi de fase lunar per saber el que vols i el que no, fer neteja de les teves emocions i decidir. Treball: la teva opinió no pot agradar a tothom, sigues més suau amb les teves paraules.

Balança
24 SETEMBRE - 23 OCTUBRE

Una situació del passat que semblava superada es manifesta. Les teves emocions són incertes, per això atreus allò que pretens rebutjar. Treball: que sorgeixin diferències de criteri en equip és normal, sigues tolerant.

Escorpí
24 OCTUBRE - 22 NOVEMBRE

Si sents que t'estan atabalant i que et falta espai només has de dir-ho. No esperis arribar al límit. Treball: el que sembla factible pot ser que a mesura que passin els dies es torni més difícil, tingues paciència.

Sagitari
23 NOVEMBRE - 21 DESEMBRE

No n'hi ha prou amb desitjar, cal allunyar la por a la pèrdua per viure intensament l'amor. Treball: hauràs de suplir un company temporalment, la teva actitud serà determinant perquè aquesta tasca no t'aclapari.

Capricorn
22 DESEMBRE - 20 GENER

Un canvi de plans no té per què acabar en conflicte, si anteposes la pau a la raó. La tossuderia no és intel·ligent. Treball: no deixis que s'acumulin els compromisos, has d'aprendre a delegar i explicar-te bé.

Aquari
21 GENER - 19 FEBRER

Estaràs d'allò més inspirada, sabràs quan cedir i callar i serà el més assenyat, mantindràs l'humor. Treball: si t'ofereixen una col·laboració, vigila els detalls, no sigui que després t'emportis una sorpresa desagradable.

Peixos
20 FEBRER - 20 MARÇ

El teu caràcter és temperamental i emocional, pel bo i pel dolent, però has de ser prudent per no espatllar una relació. Treball: simplifica les teves tasques, et compliques massa la vida, no tinguis vergonya de demanar ajuda.

per Centre Parapsicològic Acuario, María Olga Cid Cuadras / ACPG

NAHUALA
La Força, L'Energia, La Màgia
• Reiki i Flors de bach
• Objectes de regal
C/ Lepant, 304 ☎ 93 165 94 73

ARADIA
Tarot Alta magia
Recuperación del ser querido en 7 días.
Iniciaciones de palo mayombe
Levantamiento de empresas
Uniones de pareja
Tel. 637 34 39 61

El Mundo de Bárbara
✓ TAROT
✓ VIDENCIA
✓ REIKI
VENTA DE PRODUCTOS ESOTÉRICOS
St. Ant. Mª Claret, 121
93 433 47 96 ☎ 806 46 62 49

OBATALA
ESOTERISMO
* Tarot * Baraja española
* Consultas * Venta de productos
93125 59 29 ☎ 654 46 75 47
C/ Provença, 530 (esq. Cartagena)
Metro "Sagrada Familia"- Linea 5 y 2

5 Elements
CONSULTA DE TAROT
A la botiga també trobaràs, espelmes, encens, essències, minerals, etc.
Av. Mistral, 13 · www.5elements.es
93 242 62 65 ✆ 638 319 914

ES. GALILEU AutoRentat

Descompte en Carburant durant TOT UN MES

per utilitzar 1 RENTAT A MÀ per vehicle i matrícula

AutoRentat
Galileu

Aprofiteu l'oferta!

0,10
Ct./Litre

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

Galileo, 217 · T. 934 902 893

NECESITA DINERO AHORA MISMO?

NOSOTROS SE LO DAMOS

Gane dinero **VENDIENDO** y **AHORRE COMPRANDO** con **20%** dto. en todas nuestras tiendas

Más de 30 años de experiencia nos avalan

http://compraoroonline.com

20% dto.
JOYERIA TASA
C/ Jovellanos, 9
BARCELONA
☎ 933026049

20% dto.
JOYERIA MARQUES
C/ Creu Coberta, 87
BARCELONA
☎ 932967068

20% dto.
JOYERIA SANTS
C/ Sants, 36
BARCELONA
☎ 932980726

20% dto.
JOYERIA EURODOR
C/ Comtal, 13
BARCELONA
☎ 933040628

20% dto.
JOYERIAOCASIO
C/ Ronda Sant Antoni, 80
BARCELONA
☎ 934126006