BARCELONA barri a barri

AcelObert®

Revista mensual GRATUÏTA
Any VIII · núm. 102 · Juliol 2016
www.acelobert.com

Entrevista en exclusiva

Marc Rodríguez

Pàg. 8

Foto Portada: Alba Metzger

Passarel·la de Moda del Clot

Pàgs. 52 - 53

PUJALIFT s.l.

La solució a les barreres arquitectòniques

Pàg. 3

ES. GALILEU AutoRentat

Descompte en Carburant durant TOT UN MES

per utilitzar 1 RENTAT A MÀ per vehicle i matrícula

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.

AutoRentat
Galileu

Aprofiteu l'oferta!

Galileo, 217 · T. 934 902 893

La solució a les barreres arquitectòniques

Les persones amb mobilitat reduïda poden gaudir de més autonomia gràcies a les cadires salvaescales de Pujalift

Les barreres arquitectòniques són una realitat a la qual malauradament s'han d'enfrontar a diari les persones grans o que pateixen mobilitat reduïda quan surten al carrer. No obstant això, sovint aquestes persones també han de patir els obstacles a casa seva ja que els habitatges no estan adaptats, per exemple, a l'ús de les cadires de rodes.

Aquestes limitacions repercuteixen negativament en l'autonomia de la persona, per això és tan important donar una solució a aquesta problemàtica. Amb aquest objectiu treballa Pujalift, una marca que desenvolupa la seva tasca mà a mà amb el client per tal de solucionar aquests obstacles de la manera més convenient.

Pujalift treballa des de l'any 2010 per facilitar la vida a les persones que pateixen algun tipus de discapacitat amb l'especialitat de les cadires salvaescales per a tram recte o per a corba. Aquesta instal·lació, sempre adaptada a les necessitats de la persona i a les condicions de l'habitatge -tenint en compte principalment l'amplada de l'escala-, permet resoldre el problema d'accessibilitat i, el més important, facilita notablement el desenvolupament de la vida diària a la persona que té dificultats en la seva mobilitat.

Prèviament a la instal·lació d'una cadira salvaescala, però, cal tenir en compte diversos aspectes, a més de l'amplada de l'escala, com ara el pes i el grau de mobilitat de la persona que la farà servir. Es tracta d'un moment molt important per tal de determinar quin producte pot ser el més adient, per aquest motiu Pujalift estableix una relació de confiança amb el client amb la finalitat de conèixer de primera les necessitats i d'aquesta manera oferir la solució més adequada.

Si bé les cadires salvaescales són l'opció més utilitzada a la llar, Pujalift ofereix altres productes com ara plataformes o equips portàtils que es poden instal·lar en altres indrets, per exemple a piscines o oficines, per facilitar al màxim tots els àmbits de la vida d'aquelles persones que més ho necessiten.

'Hoy salimos'

Des de fa dos anys, Pujalift ofereix el servei 'Hoy salimos' per fer possible que les persones amb mobilitat reduïda que viuen en edificis sense ascensor o cadira salvaescales puguin sortir al carrer. Els professionals de Pujalift s'encarreguen d'ajudar la persona a sortir del seu domicili i, després, també tenen cura a l'hora de tornar a casa, emprant una cadira salvaescales -motoritzada i que permet pujar i baixar escales amb total comoditat- que els usuaris poden fer servir amb els seus bons multisortida.

PUJALIFT s.l.

Supressió de barreres arquitectòniques i manteniments

- Muntatge
- Plataformes elevadores
- Subministrament d'equips portàtils i manteniment
- Cadires salva-escales
- Assistències Domiciliàries
- Ortopèdia
- Adaptació habitatges

Distribuïdor Oficial a Catalunya

VIMEC Easy moving

C/ Muntadas, 20-22 · local 2 · 08014 Barcelona · comercial@pujalift.cat · **www.pujalift.cat** · **93 000 64 27** · **663 72 69 10**

Sumari Juliol'16

L'entrevista
Marc Rodríguez
Pàg. 8

L'ahir i avui de la Maternitat i Sant Ramon
Pàg. 30

Espai Jurídic
Nova campanya sobre l'impost de societats
Pàgs. 44

Conèixer el barri durant les vacances d'estiu
Pàg. 55

Complir un desig quan més es necessita
Pàg. 39

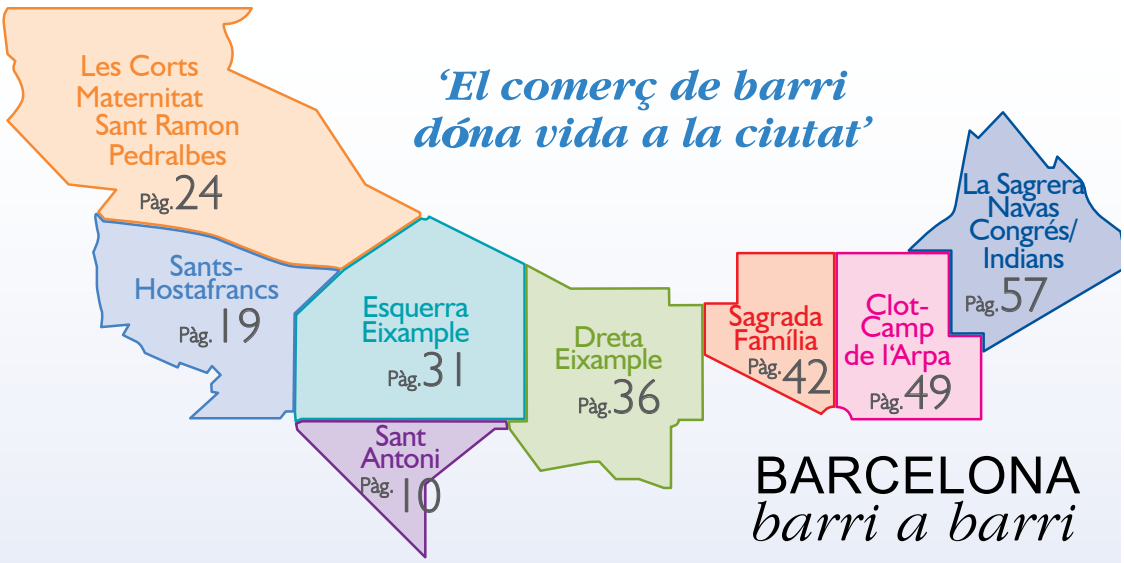
Passarel.la de Moda al Carrer Clot-Camp de l'Arpa
Pàg. 52

Recepta
Gaspatxo d'alvocat
Pàg. 62

Especial Formació
Trucs per recordar-ho tot
Pàg. 6

Streetball Barcelona Sants: més enllà del bàsquet
Pàg. 23

'El comerç de barri dóna vida a la ciutat'



BARCELONA
barri a barri

STAFF

AcelObert BARCELONA barri a barri C/. Indústria, 137-141, entl. 1a, esc. esq. · 08025 Barcelona · T. 93 140 10 37 · 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: Sandra Pulido - redaccio@acelobert.com • Col·laboradors: Alba Metzger, Àngel Bravo, Avi Amunt, Menfis Grup, Century 21, i Vicente Zambrano (imatges de portades de barri), cedides per l'Ajuntament de Barcelona.

Publicitat: Contactar directament amb el departament comercial. Tel. 93 140 10 37 - 605 813 098 ó publicitat@acelobert.com
ACELOBERT no es fa responsable de les opinions que els seus lectors i col·laboradors exposin a les seves cartes i articles.

Publicació associada a: pressenza

second
comprem i venem

Deixa de fer màgia amb els teus diners...
Fem "Empeños" d'or, smartphones, televisors, ordinadors, consoles i molt més

C/ València, 662-664 932 452 099 · www.secondcompany.es
L1 L2 Clot · secondbarcelona@secondcompany.es · H. di-ds 10-13:45/16:45-20:30h

Cada vez más los españoles acuden al quiropráctico

Boyce Kinnison, doctor en quiropráctica, fue premiado por la Universidad de Dallas por ser el quiropráctico fuera de EEUU más involucrado en difundir la Quiropráctica en nuestro país

Como miembro de la Asociación Española y del consejo fundador del Barcelona College of Chiropractic, ha desarrollado una gran labor para ayudar a que esta profesión sanitaria sea cada vez más conocida en nuestro país.

Día a día en su consulta de Barcelona, Boyce atiende a pacientes de todas las edades con patologías o molestias de índole muy diversa. Su objetivo principal es liberarles de las interferencias de su sistema nervioso y permitir que el propio cuerpo recupere su capacidad de auto curación. Las interferencias a nivel del sistema nervioso que, en quiropráctica se llaman "subluxaciones", se producen cuando una o varias vértebras están desalineadas y ejercen presión sobre uno o varios nervios. Antes o después, ésta interrupción en el flujo del sistema nervioso, provocará dolor, síntomas o enfermedades y, muchas veces, no comprendemos que el origen del problema se encuentra en nuestra espalda.

Un hueso muy pequeño

La primera vértebra de tu columna, justo en la base de tu cráneo se llama Atlas. La importancia de este pequeño y desconocido hueso no puede tomarse a la ligera: puede significar la diferencia entre vivir con o sin dolor. Así que vamos a profundizar un poco en este huesecillo de sólo unos 28 gr de peso y que, sin embargo, soporta una cabeza que puede pesar entre 4 y 6,5 Kg.

Cada impulso nervioso que viaja desde el cerebro y recorre nuestro cuerpo, pasa por el Atlas. Es la vértebra que protege el tronco del encéfalo que es el encargado de que el cuerpo lleve a cabo funciones automáticas como respirar, el latir del corazón, la digestión, etc. Así mismo, la mayoría de los movimientos laterales de nuestra cabeza están controlados por el Atlas y también por el Axis, la segunda vértebra de la columna.

¿Qué ocurre si este huesecito se disloca de su posición apropiada? Si sufres el latigazo de un accidente, caídas, malas posturas o cualquier otro suceso que provoque una dislocación del Atlas, puedes tener migrañas, dolor cervical, dificultades para dormir, problemas respiratorios, estreñimiento, falta de equilibrio, etc. Incluso, un parto difícil o poco natural, supone para el bebé un trauma y probablemente sea la causa de su primera subluxación. Nuestra cabeza debe estar centrada sobre el Atlas, y si este está desalineado o subluxado, la cabeza está literalmente mal apoyada con todo lo que ello conlleva.

Un examen quiropráctico determina si tu Atlas está desalineado. En caso afirmativo, los ajustes quiroprácticos te ayudaran a recolocarlo y evitar los síntomas que puedas estar experimentando en este momento o en el futuro.

Con el peso que soporta este huesecito, ¿no crees que deberías llamar y pedir un examen de tu columna hoy mismo?

Testimonio:

MARINA, 53 años. Soy de Rusia y fui a la consulta porque estaba gravemente enferma de cáncer. Acaba de pasar por una operación muy delicada y me sentía completamente rota. A parte de la lenta recuperación de mi cuerpo, me resultaba muy difícil moverme. Con la quimioterapia se añadieron más complicaciones; notaba una enorme tensión en mi cuerpo y era muy duro moverme, sentarme o tumbarme. Por esta razón elegí al Dr. Boyce para ayudar a mi cuerpo a recuperar la necesaria y saludable movilidad. También para recuperar mi sistema inmunológico que resulta imprescindible para luchar contra el cáncer.

Durante los primeros dos meses acudí regularmente, como dos o tres veces por semana. La condición de mi cuerpo ha cambiado, he recuperado ligereza, mi columna se ha vuelto flexible. De nuevo siento la fuerza de la energía y me siento muy bien. Me puedo mover y no siento ningún dolor. He empezado a bailar de nuevo, antes de la enfermedad bailaba muchísimo. Ya soy capaz de volver a enseñar a bailar Hula, danza hawaïana. Después de un largo descanso forzoso, hace pocos días pude participar de nuevo en un espectáculo de danza.

Estoy muy agradecida al Dr. Boyce y al equipo Pura Vida. Creo que es muy importante estar en manos de un buen profesional que ayude al cuerpo a recuperarse.

PURA VIDA
Centro Quiropráctico

¡CHEQUEA TU COLUMNA!

Solicita una visita de diagnóstico
Incluye historial, escan termográfico, examen e informe

Boyce Kinnison, DC
Doctor of Chiropractic EEUU
Sirviendo en Barcelona desde 2005

Precio PROMOCIÓN julio revista 40€
Precio sin promoción 80€

C/ Muntaner 87-89, Loc 2 · Barcelona 93 496 08 93

Quiropractica Pura Vida · **qppuravida@gmail.com** · **www.quiropracticapuravida.com**

Trucs per recordar-ho tot

La memòria és un recurs imprescindible i tothom vol gaudir-ne de bona durant molts anys. No obstant això, els nous hàbits van en contra d'aquesta capacitat. L'ús –i de vegades abús– de les noves tecnologies, sobretot en els més petits que cada vegada comencen a utilitzar-les abans, provoca que les parts del cervell on resideix la memòria es desactivin poc a poc; si bé és cert que l'ús d'aquests aparells permet el desenvolupament d'altres àrees.

En l'aprenentatge, per exemple d'idiomes, és fonamental gaudir i posar en pràctica la memòria, encara que aquest recurs també és bàsic en el nostre dia a dia. Per poder desenvolupar i millorar la memòria et donem una sèrie de tècniques:

La cadena

Consisteix a enllaçar els elements que es volen memoritzar establint interaccions de dos en dos (és a dir, el primer amb el segon, el segon amb el tercer, etc.). Cal tenir en compte que aquesta tècnica només serveix per a llistats que no siguin massa extensos. Si volguéssim recordar paraules com llapis, mòbil, ampolla i suor, podríem crear les relacions següents: "1: un llapis va caure damunt d'un mòbil i va trencar la pantalla; 2: un mòbil va servir per fer una foto a una ampolla que estava mig plena; etc".

La història o el relat

Aquesta tècnica es basa en la construcció d'una història a partir de tots aquells elements o paraules que hem de memoritzar. Per exemple, imaginem que hem de memoritzar els mots carpeta, diccionari, gos, finestra i telèfon. A partir d'aquest llistat podríem crear una història com la següent: "El noi duia una carpeta a una mà i a l'altra un diccionari, per això no va poder aturar el gos quan s'escapava per la finestra espantat per haver escoltat el telèfon".

Mètode del lloc o 'loci'

Es basa en l'associació dels elements que s'han de memoritzar amb una sèrie de llocs –preferiblement coneguts–. Per exemple es poden utilitzar les habitacions d'una casa. És a dir que cadascun dels elements estarà associat a la imatge d'un espai. Quan vulguem recordar la informació només haurem de fer el recorregut ordenat pels diferents espais i recuperar la informació.

Ritme i rima

Aquest mètode consisteix a posar música a un text i així recitar-lo com una cançó o poema. Un exemple ben clar d'aquesta tècnica és la cançó de les taules de multiplicar.

Associació per exemples

És molt útil quan aprenem un idioma o una paraula nova. En el moment que ens assabentem del nou mot, hem d'utilitzar una frase a la qual es faci referència.

Comparar o contrastar

Consisteix a recordar alguna cosa perquè s'assembla i es diferencia d'alguna que ja coneixem. Un exemple seria recordar l'any de la caiguda del mur de Berlin per ser l'any que va néixer un germà.

L'ACADÈMIA DE LES CORTS
C/ Numància 98 (pl. de les Corts) 93 321 36 59
Per a nens de 4 a 15 anys
Juny · Juliol · Setembre
English Summer
Teen Pack
Tria el teu!!!
Robòtica LEGO WeDo

Diapasó
Centre Musical
ESCOLA DE MÚSICA CLÀSSICA I MODERNA
Centre Autoritzat per Ensenyament
MATRÍCULA OBERTA TOT L'ANY
Roger, 17-19, baixos ☎ 93 490 81 48
www.diapasocentremusical.es

L'ESCOLA DE MÚSICA DE BARCELONA
MATRÍCULA OBERTA 2016-2017
Per a nens a partir de 3 anys
C/ Mallorca, 330 · pral. 1a 93 207 58 18
www.escolamusicabarcelona.com

la meva AUTOESCOLA
PERMÍS DE COTXE (B)
Amb aquest anunci
1 classe gratis
C/ Vilamarí, 130 93 488 50 24
www.lamevaautoescola.cat

Els camins per arribar a ser qui volem ser

Sovint, tard o d'hora, a tots ens arriba un moment a la vida en què sorgeixen certes preguntes que ens trastoquen i ens fan qüestionar diferents aspectes, valors i creences que, fins aleshores, ens havien servit de guia o suport en la nostra vida.

Estic bé a la meva feina? Què succeeix amb la meva relació sentimental? S'han acabat els meus objectius a la vida? Sóc feliç amb el que tinc? Aquestes i moltes altres preguntes existencials apareixen en molts moments de la nostra vida, però el més habitual és que no tinguem una resposta amb certesa.

Això, unit a què ens trobem en la zona de confort -a la qual anomenen costum-, provoca que ignorem els mecanismes meravellosos i bàsics de la natura humana -per a molta gent, coneguts com a misteris però que, en realitat, són desconeixements-, de l'esperit, del cos i de la ment per assolir el que volem.

Davant tot això, per on podem començar?

Hi ha molts camins que ens duen a aconseguir aquest 'gran objectiu'. El primer, el despertar de la consciència i, a partir d'aquí, una infinitat de punts en els quals incidir, com ara deixar anar les emocions que no hem sabut gestionar, identificar sentiments tòxics per tal de purificar-los i detectar les creences limitades que comporten els patrons limitants.

Com podem evitar entrar en un bucle emocional?

El més important és anar fins a l'arrel del problema per solucionar-lo i evitar entrar en aquest bucle.

Per tal de poder desbloquejar els bucles emocionals podem emprar eines que trobem en diferent teràpies com la *kinesiologia*, que ens permet descobrir els desequilibris emocionals i energètics a través del nostre propi cos. Una altra opció és el reiki, amb el qual es canalitza l'energia (la nostra i la del terapeuta) i ens permet aprendre a unir-la a la resta d'energies naturals que ens envolten.

La teràpia floral, la gemmoteràpia, el fengshui, la sanació pràctica o la teràpia ayurvèdica també són camins alternatius que ens poden ajudar a sortir o no entrar en el bucle emocional.

Davant d'aquest ventall de teràpies el més important és tenir clar que totes tenen com a punt de partida la mateixa base i que l'efectivitat dependrà de cada persona, perquè cadascú reacciona de diferent manera als estímuls que provoquen les teràpies. Per això és convenient conèixer de diverses per trobar escollir la que millor s'adapta a nosaltres.

Tenim, per tant, una sèrie d'eines i camins alternatius que podem fer servir per créixer personalment i assolir els nostres objectius. Llavors, ja no ens hem de preguntar si podem ser qui realment volem ser, sinó que hem de creure que podem fer-ho i que només depèn de nosaltres mateixos.

Norbert Schueler, Director
www.ichbinbarcelona.com

PER SANDRA PULIDO FOTOS ALBA METZGER

Marc Rodríguez

"Quan tens un col·lega talentós al costat, tens alguna cosa més que un company"

Marc Rodríguez (Barcelona, 1975) és actor. Tot i que apareix a la televisió, ara al *Polònia* i al *Crackòvia*, i també ha fet petits papers en cinema, el seu ofici està al teatre on ha desenvolupat la major part de la seva carrera. És sobre l'escenari on se sent més còmode i si pot ser amb un amic, perquè d'aquest món en té molts, millor; el fan sentir més segur. Amb una llarga trajectòria, al Marc Rodríguez ara li sorgeixen les inseguretats encara que la seva feina li 'flipa' i la gaudeix al cent per cent.

"Espero provar-ho i ser director algun dia i que no trigui gaire"

Abans de dedicar-te al teatre vas començar a estudiar física. Per què vas decidir deixar-ho i fer un canvi tan radical?

Jo estava fent COU i m'agradava la física perquè a més tenia un professor molt bo i vaig començar aquesta carrera, encara que quan tens 17 anys no saps ben bé què vols fer. Paral·lelament, començava a anar d'espectador al teatre i m'agradava molt. A física no vaig aprovar tot el que s'havia d'aprovar i no em vaig poder quedar a la universitat, llavors vaig estar un any sense estudiar, cosa que no havia fet mai abans. En aquest temps vaig fer algun curset de teatre, que m'agradava molt, i a més era l'època de *Time and the Conways*, de Mario Gas, i recordo que aquella obra em va flipar molt. Més tard, l'any 1996, vaig entrar a l'Institut del Teatre.

I vas decidir dedicar-t'hi professionalment.

Quan em van fer fora de física vaig plantejar-me què volia fer i el teatre m'agradava molt, però jo no havia fet mai res, ni d'aficionat. De fet, la meva primera obra ja va ser professional. Va ser qüestió d'anar provant cursets per veure si m'agradava. A més, li tenia molt de respecte i m'ho prenia molt seriosament. L'any 1997 ja vaig treballar amb el Rafel Duran al Grec i fins avui.

Després d'aquell primer contacte vas tornar a coincidir amb Rafel Duran.

Sí. La primera vegada jo tenia 21 anys i vaig fer una prova per l'espectacle del Grec d'aquell any. Suposo que ser jove em va ajudar. Ara hi ha gent molt jove, de 15 ó 17 anys que és molt talentosa, però en aquell moment no hi havia tanta i, a més, pel fet d'anar a l'Institut del Teatre de cara a entendre'ns, potser ell creia que tindríem un llenguatge comú i que podríem entendre'ns millor. Després va venir una obra de Mamet, *Una vida al teatre*, un dels muntatges dels que tinc més bon record. També vam fer *La dama enamorada*, al TNC, on vam coincidir tres actors joves.

El teatre es va convertir en el teu món.
Sí. Amb l'Àlex [Rigola] vam fer *Titus Andrònic,* el 1999, i allà vaig conèixer molts dels meus amics. Hi havia el Joan Carreras, que és el meu millor amic, el Julio [Manrique], el Xavi Ripoll, el Jacob Torres, el Xavi Ricard... Amb el Julio vam coincidir després a la tele, també l'any 99 al *Nissaga l'herència*, i ens van fer amics. Amb la Carme Portaceli també vaig coincidir quan ella ja portava algun muntatge i em va trucar per fer una obra de Koltès, *Sallinger*, i més tard vam fer *El retorn al desert*. Bé, vas col·laborant i vas repetint si estan contents...

Quin dels directors amb què has treballat t'ha marcat més?
El Julio [Manrique]. És amb el que he treballat més a gust, sens dubte. Amb ell és una cosa a part. Del Rafel [Duran] també tinc molt bon record de les primeres obres. En aquell moment era més inconscient, però amb el temps he vist que he aprés moltes coses d'ell. Amb el Rafel vaig fer *Valencia*, de Paco Zarzoso, i només per ser la primera obra ja era una flipada. Després vam fer una obra de Mamet i una de Puig i Ferrater i també va ser molt *xulo*. Mamet per exemple, com a autor, m'ha marcat molt, perquè m'ha fet gaudir de la meva feina i alhora treballar.

"M'agrada més el teatre, és el meu ofici i on tinc les millors històries"

Has pensat mai a posar-te a l'altra banda i fer de director de teatre?
No ho he fet mai, però m'agradaria. Espero provar-ho i ser director algun dia i que no trigui gaire. Però has de trobar una obra amb la que et sentis còmode, que l'entenguis molt bé i saber com posar-la en escena i sobretot que et motivi.

A banda de *Titus Andrònic*, has fet altres obres de Shakespeare com *Juli Cèsar, Romeu i Julieta* o *Hamlet*. Ets lector d'aquest autor?
No gaire. Vull dir, em flipa, però ho trobo molt difícil. És dels textos que em suposa més esforç: les obres de Shakespeare i la que estem fent ara. Requereixen més esforç i hi dedico més hores. S'ha de *machacar* molt el text per poder arribar a tirar-lo net i amb certa intenció.

Ara estàs al teatre amb l'obra *Caïm i Abel*. El títol ens evoca a la història bíblica, però en aquest cas els protagonistes no són germans.
Sí que hi ha referències a la Bíblia en algunes frases, però no és el mateix. Són dues històries de dues famílies: la del Caïm, que és el que interpreto jo, és una família catalana d'una població més aviat petita, inspirada en Arbeca -el poble del Marc Artigau-; i paral·lelament hi ha una altra història que comença a un país d'on molta gent emigra per necessitats bàsiques. El viatge de l'immigrant i el del Caïm es *troben*.

L'obra fa referència a les fronteres.
Això va ser el punt de partida que el Marc [Artigau] fa servir per escriure-la. Hi ha unes fotografies d'un immigrant dalt d'una reixa i a baix hi ha un policia esperant-lo i ell [l'autor] va imaginar una possible conversa. Volia saber què passaria si s'aturessin i xerressin. Aquest és el punt de trobada de *Caïm i Abel*.

Comentaves que t'ha costat el text. Per què?
Més que res perquè em toca explicar la història al públic. A mi m'agrada sentir-me ocupat en escena perquè la cosa vagi sortint, però aquí l'ocupació ve amb el públic, el mires i intentes que els estímuls vinguin d'allà sense que això aturi la narració. Amb els companys d'escena hi ha uns pactes, en canvi amb el públic no.

Ara comparteixes escenari amb Lluís Villanueva.
El Lluís és un súper actor. Jo no havia treballat mai amb ell i tenia moltes ganes de fer-ho. Li tinc molta admiració des de sempre i està anant súper bé. Passem molta estona junts en escena i és fantàstic quan tens algú al costat que té molt de talent.

Es treballa diferent?
Quan tens un col·lega talentós al costat, tens alguna cosa més que un company. Amb l'edat cada cop et vénen més inseguretats, al menys a mi em passa, però d'aquesta manera et sents com més protegit. Et sents cuidat en escena.

Per què et vénen ara les inseguretats?
Tens més eines per resoldre els problemes que surtin sobre la marxa, però amb 22 ó 23 anys sorties allà.. Jo crec que el gran enemic és el coco i no s'ha de sortir a escena a pensar, sinó a fer. Sí, em poso més nerviós ara que abans.

Com va ser el pas del teatre a la petita pantalla?
La televisió és molt *guay*, sobretot quan comences, però després el que t'agrada és tenir alguna cosa bona entre mans. En general a mi m'agrada més el teatre, és el meu ofici i on tinc les millors històries i els millors textos per treballar. Em va millor tenir dos mesos per anar treballant, com al teatre, que no donar un resultat immediat. Jo mai he enganxat una sèrie *xula* on hi hagi un recorregut d'un personatge i que els guions i la realització siguin bons, llavors prefereixo el teatre.

Seria un objectiu?
Home i tant que m'agradaria que em caigués una sèrie xula, però també estic molt content amb el que tinc. Ara porto tres anys que treballo al *Polònia* i al *Crackòvia* on m'ho passo molt bé, em dóna certa gimnàstica i també puc fer teatre a la tarda.

Al *Polònia* ara estàs a la pell de Pablo Iglesias.
Sí, en això jo confio molt en la caracterització. Et busquen certs trets, com la *xuleria*, i com que tenim el mateix tipus... però amb la veu no el sé imitar. M'agrada més fer els personatges anònims, els que xerren però no són ningú. M'ho passo molt bé.

Quins projectes tens en ment actualment?
Al novembre anem a Madrid al teatre de La Abadía, amb l'obra *Premis i càstigs*. I potser cap al maig igual fem alguna cosa al teatre Maldà, on no he treballat mai. M'agradaria fer una obra amb gent concreta, un tipus de teatre concret. O, si no, una sèrie bona m'encantaria.

Per Sandra Pulido

Bar Restaurante
Cal Ferro
Especialidades Gallegas
Cocina Casera
Menú diario
Tapas variadas
Bocadillos frios y calientes
Floridablanca, 64 esquina Calabria · 08015 Barcelona
659 57 47 74

Barri de
Sant Antoni

mas uniformes .com
Sepúlveda, 109
(Cantonada Borrell)
08015 Barcelona
93 425 53 93
info@masuniformes.com
nova botiga!
Shop Online
masuniformes.com

sant antoni comerç

Barri Sant Antoni

Foto: Vicente Zambrano

Aranega
RESTAURANTE

COCINA CATALANA Y MEDITERRÁNEA

Horario continuo de 12 mediodía a 0,30 madrugada

Nueva Carta de TAPAS y 18 referencias de VERMUT

Menú diario, variado y equilibrado

Lunes a Viernes ***11,50***€ Sábado y Festivos ***17,50***€

Algunas especialidades:

Erizos gratinados, 'Coulant' de quesos con escalivada y anchoas Tataki de atún con aguacate y salsa teriyaki, Canalón de rape con gambas y mejillones, Bacalao al pil pil y carta de Hamburguesas 'Gourment'.

Extenso surtido en tapas, a destacar: erizos de mar, los calamares a la romana y las patatas bravas

Av. Paral·lel, 188 (frente Fira de Mostres)
93 325 63 07 606 43 67 50
www.aranega.es

Espectacles

Impro a la fresca

Arriba l'estiu i als dijous, espectacles d'improvisació! Accions performàtiques, a l'exterior, davant del Centre Cívic Cotxeres Borrell (Viladomat, 2), a les 20, 20.30 i 21h. Dijous 7 de juliol, 'Cabaret contemporani', a càrrec de Rakel Ezpeleta. Dijous 14 de juliol, 'Hula Hoop', a càrrec de Kari Panska i dijous 21 de juliol, 'Espectacle de microteatre', a càrrec de la Cia. Maria la culpa. Espectacles gratuïts. A partir de les 21h es poden recollir entrades-invitació. Reserva telefònica al 93 324 83 50. Aforament limitat).

Mostra de tallers de dansa oriental i arrels orientals: Aires gitanos

Divendres 1 de juliol, a les 20.30h Podreu gaudir de l'alegria, la força expressiva i la dolçor que ens transmeten aquestes danses. Hi haurà una actuació a càrrec de Laura "Banyari". La mostra romandrà al Centre Cívic Cotxeres Borrell (Viladomat, 2-8). Activitat gratuïta.

Exposicions

La força de la no violència

Fins el 29 de juliol, es podrà veure l'exposició de fotografia 'La força de la no violència'. La no-violència és una forma d'acció, però també una actitud personal. Quatre fotògrafs aporten una mirada humana i humanitzadora que reflecteix aquesta possibilitat tan necessària en aquesta època deshumanitzada. Al Centre Cívic Cotxeres Borrell (Viladomat, 2).

Teatre

Deadline

Deadline, de la Cia. Malrayo. Un autor en plena crisi creativa ha d'acabar un encàrrec pel matí següent i escriure un nou musical millor que l'anterior. Com ho farà? Espectacle amb música en directe. Dijous 14 de juliol a les 22h. Al Centre Cívic Cotxeres Borrell (Viladomat, 2).

Comando Impro

Comando Impro, de la Cia. Impro Barcelona, és un espectacle tot terreny i interactiu que promet unes funcions úniques i irrepetibles per a tots els públics. Dijous 7 de juliol, a les 22h. Al Centre Cívic Cotxeres Borrell (Viladomat, 2).

En pilotes, el duel

Un duel entre dues parelles d'improvisadors. També comptarem amb un mestre de cerimònies que farà les funcions presentador, àrbitre i aliat del públic. I per últim, un jurat, escollit entre el públic. Dijous 21 de juliol, a les 22h. Al Centre Cívic Cotxeres Borrell (Viladomat, 2).

Tallers

Estigues al dia de les condicions i els contractes laborals actuals

Saps tot el que cal sobre les diferents modalitats de contractes de treball, el salari, els convenis col·lectius i altres condicions laborals? Amb aquesta activitat obtindràs la informació necessària per entrar al món laboral d'una manera satisfactòria i signar així un contracte laboral amb totes les garanties legals. Serà l'1 de juliol, a les 11h. A l' Oficina Jove de Calàbria (Calàbria, 147).

Ofertes de feina: Descobreix tots els canals per trobar-les

Quan busquem feina, sovint ens centrem en els canals més tradicionals per buscar ofertes i oportunitats. Però hi ha moltes més opcions que poden complementar aquests canals i que ens poden ajudar a descobrir ofertes de feina diferenciades i no tant massificades. Coneix-los! Serà el 22 de juliol, a les 11h. A l'Oficina Jove de Calàbria (Calàbria, 147).

Farmaciola natural per l'estiu

Dilluns 4 i dimecres 6 de juliol, de 18 a 21h. Taller pràctic per fervos la vostra farmaciola natural per les vacances. Picades d'insectes, mareig en els vehicles o en avió, cops de calor, entre d'altres. Parlarem de plantes, remeis naturals, tèrmics, argiles... Al Centre Cívic Cotxeres Borrell (Viladomat, 2).

gastronòmic i d'oci Sant Antoni

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Caféparis
RESTAURANTE-BAR-COPAS
COCKTELES · CREPS · TORRADAS
Menú diario · Abierto hasta las 2'30 h.
Floridablanca, 102 · T. 933 252 486
www.cafeparis.org

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

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

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

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

el dinàmic de bcn
PASSATGE DE PERE CALDERS, NÚM 1
WWW.ELDINAMICBCN.CAT
Reserves: reserves@eldinamicbcn.cat

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

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

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

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

Alimentació

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

CARAVELA GOURMET
C/ Manso, 13 - T. 93 124 18 43
www.caravelagourmet.com
CASA FIGOLS
C/ Floridablanca, 93 - T. 93 426 33 74
CONSERVAS LATORRE
C/ Comte Borrell, 41 - T. 93 441 81 24
EL REBOST DE SANT ANTONI
C/ Comte d'Urgell,19 - T. 93 325 57 95

ESCOFET I OLIVER
C/ Comte d'Urgell, 12 - T. 93 329 32 25
FRUITES L'ANTIGA UREÑA
C/ Parlament, 39 - T. 93 611 55 78
LAMBICUS
C/ Tamarit, 107 - T. 661 233 091
LA LLAR DE L'ANXOVA
C/ Calàbria, 57 - T. 93 424 42 59
LA VALENCIANA
C/ Parlament, 23 - T. 93 441 08 54
MERCAT DE SANT ANTONI
C/ Comte d'Urgell, 1 - T. 93 423 42 87
www.mercatdesantantoni.com
EL PAGÈS D'OR
C/ Comte d'Urgell, 16 - T. 93 426 02 94

EXTREMEÑO
C/ Comte Borrell, 58 - T. 649 99 90 66
JO TAMBÉ SÓC AL.LÈRGIC
C/ Vilamarí, 26 - T. 93 426 49 48
XARCUTERIA CASANOVA
C/ Sepúlveda, 41 - T. 93 325 02 95
XARCUTERIA EL JABALÍ
C/ Parlament, 5 - T. 93 425 08 98
XARCUTERIA SUBIRATS
C/ Sepúlveda, 167 - T. 93 454 70 27
www.annasubirats.com

Assessories i Assegurances

COLAS RIBA ASSESSORS
C/ Tamarit, 150 · baixos - T. 93 289 21 43
www.colasriba.com
FERRER & OJEDA
C/ Tamarit, 155 - T. 93 280 59 59
www.ferrerojeda.com
FRAMU ASESORES
C/ Sepúlveda, 143·1r-2a. T. 93 451 02 95
www.framu.es

Cursos i Formació

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

KIDS & US, ESCOLA D'ANGLÈS
C/ Comte Borrell, 8-11 - T. 654 163 840
www.kidsandus.cat
RITMIC BCN, ESCOLA DE BALL
C/ Vilamarí, 37 - T. 619972119
www.ritmicbcn.com

Esoterisme

Esports

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

Estètica i Bellesa

ART UNGLES I ESTÈTICA
C/ Comte Borrell, 117 – T. 93 451 12 09
www.artungles.com
FRANCESC MARÍ-PERFUMERIA
C/ Comte Borrell, 65 - T. 93 424 01 50
HELLO BEAUTY
C/ Comte Borrell, 72 - T. 93 423 85 56
www.hellobeauty.es
KALOS
C/ Viladomat, 72 - T. 93 423 80 18
www.centroskalos.com

MIGUEL GRIÑO
C/ Tamarit, 151 - T. 93 426 66 09
www.miguelgrino.com
PELUQUERIA JUANI AGÜERA
C/ Sepúlveda, 41 - T. 93 325 70 47
www.peluqueriajuaniaguera.com
PERRUQUERIA RM
C/ 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
UB UNGLES I BELLESA
C/ Floridablanca, 85. T. 93 424 64 11

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
www.fornmistral.com
PASTISSERIA BONASTRE
C/ Tamarit, 136 - T. 93 423 51 88
www.bonastre.eu
PASTISSERIA CALDERÓN
C/ Sepúlveda, 83 - T. 93 423 76 76

Gelateries

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

Immobiliàries

LA CASA
C/ Manso, 60 - T. 93 324 83 61
www.lacasa.net
TECNOCASA
C/ Comte Borrell, 59 - T. 93 441 72 20
www.tecnocasa.es

Informàtica, Imatge i So

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

L'ESTUDI
Av. Mistral, 29 - T. 93 512 17 71
METRO ELECTRÒNICA
C/ Sepúlveda, 106 - T. 93 424 38 32
www.metroelectronica.com
MICROFUSA
C/ Sepúlveda, 134 - T. 93 435 36 82
www.microfusa.com
VODAFONE
C/ Manso, 78 - T. 666 45 47 33

Joieries i Rellotgeries

BAMBÚ, BIJUTERIA
C/ Tamarit, 111 - T. 93 426 28 82

VILADOMAT, 97
Tel. 93 423 99 17
DONNA joieria

IGLESIAS JOIERS
Rda. de St. Antoni, 61 - T. 93 323 34 53
www.iglesiasjoiers.com
JOIERIA DONNA
C/ Viladomat, 97 - T. 93 423 99 17
JOIERIA FINA GARCÍA
C/ Comte Borrell, 56 - 93 442 68 69
www.finagarcia.com

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

Llar

AIRTV, INSTAL·LACIONS
Sepúlveda, 102 - T. 93 247 71 46
www.airtvplus.es
AMAIZING GRACE
Av. del Paral·lel, 122 - T. 630 959 943
BASAR VIDAL
C/ Tamarit, 156 - T. 93 442 20 18
BRICOLATGE SUBIRATS
Av. Mistral, 14 - T. 93 325 60 10
www.cifec.es
CERERIA NOC
C/ Comte Borrell, 41 - T. 93 442 93 28
www.cerabella.com
EL PLAER DEL DESCANS
C/ Comte Borrell, 77 - T. 93 424 11 84
ELECTRODOMÈSTICS RONDA
Rda. de St. Antoni, 46 - T. 93 324 80 99
FERRETERIA VALLS
C/ Comtes d'Urgell, 5 - T. 93 424 18 90
www.cofac.es
INSTAL·LACIONS BOQUÉ
C/ Floridablanca, 125 - T. 93 423 54 22
L'ESTEL, IL·LUMINACIÓ
C/ Tamarit, 185 - T. 93 325 58 26
LA ALGODONERA
C/ Tamarit, 179 - T. 93 423 63 91
www.laalgodonera.net

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

Cuines MISTRAL
Avd. Mistral, 17-19
Tel. 934 24 24 25
www.cuinesmistral.es
cuinesmistral2@gmail.com
10% Descompte
Reformes de cuines, banys i integrals de vivenda

LA CASA DEL PINTOR
C/ Parlament, 42 - T. 93 441 28 19
MOBLES LA BARCELONESA
C/ Tamarit, 175 - T. 93 423 59 17
MARC VIDAL "TAULA I CUINA"
C/ Tamarit, 162, T.93 441 89 76
MIRALLES MOBILIARI
C/ Tamarit, 147 - T. 93 325 71 37
MOBLES GARRIGA
C/ Comte d'Urgell, 30 - T. 93 424 19 26
MOBLES JULIACHS
C/ Comte d'Urgell, 16 - T. 93 423 54 13
PLÀSTICS RAFEL S. L.
C/ Comte Borrell, 52 - T. 93 443 07 52
QXI, CONFORT I DESCANS
C/ Floridablanca, 108 - T. 934102981
www.qxicode.com

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

RANGO, MOBILIARI
C/ Comte d'Urgell, 43 - T. 93 451 85 32
www.rango.es
SERRALLERIA SOYMA
C/ Parlament, 35 - T. 93 441 08 66
www.serralleriasoyma.com
SUBMINIS. ELÈCTRICS DALMAU
C/ Viladomat, 108 - T. 93 453 92 76
TINTORERIA SANT ANTONI
C/ Tamarit, 149 - T. 93 425 29 39

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

UNICOR
Rda. de St. Pau, 69 - T. 93 441 00 56
www.unicor.es
DARNA STORE
C/ Comte Borrell, 83-85 - T. 93 272 56 00

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

Mascotes i Plantes

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

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

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

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
BLAZER HOME
C/ Sepúlveda, 41 - T. 93 425 34 60
BOLSOS TURÓ
C/ Manso, 76 - T. 93 329 60 61
www.bolsosturo.es

CALÇATS PONSÀ
Rda. de St. Antoni, 21 - T. 93 423 41 05
CALÇATS SIR
Rda. de St. Antoni, 23 - T. 93 423 45 75
www.calzados-sir.com
CASA GALLOFRÉ
C/ Manso, 68 - T. 93 519 80 16
CO...
C/ Tamarit, 187 - T. 93 426 90 97
CONFECCIONS EL RELLOTGE
C/ Comte Borrell, 89 - T.93 426 81 84
CONFECCIONS BERNAUS
C/ Manso, 48 - T. 93 441 12 46
CROKIS
C/ Rocafort, 68 - T. 93 425 46 38
DELTA MODA I LLENCERIA
C/ Floridablanca, 100 - T. 93 325 39 77
www.deltamoda.com
ESPARDENYERIA
C/ Manso, 45 - T. 93 325 99 76
EL CAPRICHO, MODA DONA
C/ Comte d'Urgell, 10 - T. 93 442 20 38
ELPON
C/ Entença, 12 - T. 93 512 25 60
www.elpon.eu
GASCA MODA HOME
C/ Tamarit, 169 - T. 93 423 18 28
GRAMA MODA HOME
C/ Tamarit, 169 - T. 93 423 03 26
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
MARDEMAR
C/ Parlament, 38 - T. 93 441 80 74
MAS - VESTUARI LABORAL
C/ Sepúlveda, 109 - T. 93 425 53 93
www.masuniformes.com
MILLENIUM GALLERY
C/ Manso, 64 - T. 632 629 736
MODES TORNER
C/ Comte Borrell, 74 - T. 93 423 17 14
P. BALLESTER
C/ Tamarit, 183 - T. 93 423 18 60
PASS, CALÇATS
C/ Comte Borrell, 61 - T. 93 424 71 36
SASTRERIA DURÁN
C/ Tamarit, 165 - T. 93 423 22 95
SCALA DEI
C/ Comte d'Urgell, 12 - T. 93 324 90 15
www.davidbessas.com
SET CALÇATS
C/ Comte d'Urgell, 7 - T. 93 423 36 85
TAMARIT, 164
C/ Tamarit, 164 - T. 93 661 46 91
TEMPRADO
C/ Manso, 49 - T. 93 423 43 27
www.temprado.com
VALERI HOME
C/ Tamarit, 183 - T. 93 424 33 18
ZENOA
C/ Tamarit, 158 - T. 93 007 59 63

Motor

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

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

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

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

Oci

ARMERIA IZQUIERDO
C/ Parlament, 19 - T. 93 441 08 58
ROCAFORT MODELISME
Gran Via C. C., 436 - T. 93 425 25 50
www.rocafort.com
VIDEO CLUB GRANA
C/ Comte d'Urgell, 21 - T. 93 325 69 81
www.videoclubgrana.com
ZAFIRO TOURS
C/ Rocafort, 50 - T. 93 423 50 97
www.zafirotours.es

Papers i Llibres

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

Petits

CLICK PARTY
C/ VILLARROEL, 50 - T. 699 66 16 44
www.clicksparty.com
COLORS
C/ Manso, 66 - T. 93 441 84 98
VAINILLA
C/ Manso, 74 - T. 93 329 93 05

Restaurants i Bars

Veure Bars i Restaurants a la pàg. 13

24 FOTOGRAMAS
C/ Floridablanca, 108 - T. 93 277 87 01

Restaurants i Bars

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 NOSTÀLGIC
C/ Viladomat, 38 - T. 633 88 75 02
BAR POTHOS
C/Marquès Campo Sagrado, 29 - T. 93 441 57 25
BRACAFÈ
C/ Comte d'Urgell, 37 - T. 93 423 36 92
www.bracafe.com
BAR RESTAURANT PIZZERIA "BURGUER"
C/ Viladomat, 104 - T. 93 451 68 95
www.pizzeria-burguer.com
CAFÈ BAR MERQUÉN
C/ Viladomat, 36 - T. 93 441 47 33
www.merquen.es
CAFÉ PARÍS
C/ Floridablanca, 102 - T. 93 325 14 86
www.cafeparis.org
CAFETERIA RESTAURANT NYDEA
C/ Calàbria, 98 - T. 93 008 55 28
24 FOTOGRAMAS
C/ Floridablanca, 108 - T. 93 277 87 01
CA LA JADI
Marquès Campo Sagrado, 25 - T. 93 528 77 05
www.calajadi.com
CA L'ALFREDO-MALASOMBRA
C/ Viladomat, 75 - T. 93 424 39 11
CAN CARGOLET
C/ Comte d'Urgell, 17 - T. 661 174 316
www.cancargolet.com
CAN - VILARÓ
C/ Comte Borrell, 61 - T. 93 325 05 78
CATAVINS
C/ Sepúlveda, 159, T. 665115882
EL 20 METROS
C/ Calàbria, 39 - T. 675 39 47 96
EL CALIU BAR
Ronda de Sant Pau, 59 - T. 628 30 90 55
www.cafeterapia.net
EL JABALÍ DE RONDA
Rda. de St. Pau,15 - T- 93 441 10 82
EL MUSEU DE L'EMBOTIT
C/ Floridablanca, 131 - T. 93 325 48 89
ELS OCELLETS
Rda. de Sant Pau, 55 - T. 93 441 10 46
www.elsocellets.com
ELS SORTIDORS DE PARLAMENT
C/ Parlament, 53 - T. 93 441 16 02
www.elssortidors.com
ES TASTET
C/ Comte Borrell, 72, - T. 93 423 59 96
www.estastet.cat
HAMBURGUESERIA LA LIA
Roda. Sant Pau, 65 - T. 607 418 169
IDÒ D.O. BALEAR
C/ Viladomat, 43 - T. 93 423 96 27
www.idobalear.com
JOVANI & VINS
C/ Comte Borrell, 30 - T. 93 539 40 02
LA DESAYUNERIA
C/ Comte Borrell, 75 - T. 608 341 601
LA MONTIEL 37
C/ Viladomat. 37 - T. 93 286 97 76
www.lamontiel37.com
LAUREL
C/ Floridablanca, 140 - T. 93 325 62 92
www.laurelbarcelona.blogspot.com.es
MONO RISTO-BAR
C/ Calàbria, 80 - T. 93 179 41 60
LA TATA, RESTAURANT
C/ Calàbria, 69 - T. 93 426 22 87
www.latatabarcelona.com
LA TERRASSA DE L'AIGUAJOC
C/ Comte Borrell, 21-33 - T. 93 329 87 46
MORITZ
Rda. de Sant Antoni, 39 - T. 93 423 54 34
www.moritz.com
NOU AMBIENTE DEL SUR
C/ Floridablanca, 88 T- T. 673 623 125
NOSTREBAR
C/ Tamarit, 112 - T. 659 909 638
OCHOBCN, GASTROBAR
C/ Tamarit, 109 - T. 93 250 80 38
PASSATGE TAINOS
C/ Parlament, 35 - T. 93 442 51 31
PETIT BALLET
C/ Viladomat, 28 - T. 93 443 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
RAGÚ BAR, CUCINA NAPOLITANA
C/ Manso, 46-48 - T. 93 633 73 36
REKONS
C/ Comte d'Urgell, 32 - T. 93 424 63 83
RESTAURANT ANARDI
C/ Parlament, 48 - T. 93 667 21 96
ww.anardi.com
RESTAURANT ROKELIN
C/ Comte d'Urgell, 7 - T. 606 679 549
RESTAURANT MATEO'S
C/ Floridablanca, 79- T. 93 532 86 55
www.mateosbcn.com
RESTAURANT TERRAMAR
C/ Parlament, 34 - T. 93 329 68 62
www.restauranteterramarbarcelona.es
RESTAURANT TONKA BAR
C/ M. de Campo Sagrado, 27 - T. 931 27 05 44
www.tonkabar.com
SIRVENT BARCELONA
C/ Rda. Sant Pau, 67 - T. 93 829 22 63
TOOTSIE, SANWICHERIA
C/ Càlabria, 29 - T. 93 423 47 68
www.tootsie.es
VINATERIA "ROSALUNA"
C/ Flororidablanca, 5 - T. 622 261 703
VINÒDROM
C/ Tamarit, 111 - T. 93 325 48 89

Salut

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

AMPLIFON
C/ Manso, 58 - T. 93 424 87 19
www.amplifon.com
BIELSA ÒPTICS
C/ Calàbria, 52 - T. 93 325 57 60
BOUTIQUE NATURAL COS-SA
C/ Comte Borrell, 32 - T. 93 441 10 53
www.acelobert.com/cos-sa
C. DENTAL FLORIDABLANCA DR. BAGÁN
C/ Villarroel, 17-1r. 2a. - T. 93 425 24 10
www.infomed.es

Dra. Mª Isabel Beltrán Margarit
• Nutrició • Obesitat
• Fibromiàlgia
C/ Sepúlveda 125, baixos
93 454 12 21 · 607 73 28 29
www.doctorabeltran.com

CLÍNICA DENTAL MERINO
C/ Rocafort, 68 - T. 93 424 85 22
www.clinicadentalmerino.com
CLÍNICA DENTAL RONDA
C/ Rda. Sant Antoni, 31 - T. 93 425 23 13
www.clinicarondadental.com
DIETÈTICA CONDAL
C/ Comte d'Urgell, 8 - T. 93 442 20 40
www.dieteticacondal.com

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

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

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

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

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
NOVOLENT
C/ Comte d'Urgell, 14 - T. 93 325 48 69
ÒPTICA SEGARRA
C/ Tamarit, 149 - T. 93 441 13 61
ORTOGIM
C/ Floridablanca, 80 - T. 93 423 13 92
www.ortogim.com
PARAFARMÀCIA EMEBE
C/ Tamarit, 164 - T. 93 442 29 57
www.parafarmacia-emebe.com

Segona mà

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

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

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

Serveis

AIGUAJOC
C/ Comte Borrell, 21-33 - T. 93 443 03 35
www.aiguajoc.com
ESPAI PENEDÈS,
C/ Muntaner, 21 - T. 93 890 35 81
www.tastavinspenedes.cat
MABEL COPY
C/ Parlament, 51 - T. 93 324 94 84

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

Estiu, rebaixes i CompraEixample

El mes de juliol s'associa tradicionalment a l'estiu i a les rebaixes i des d'aquí us volem convidar a passejar per Sant Antoni i a gaudir de les ofertes i promocions que us ofereixen els establiments adherits a Sant Antoni Comerç dels carrers, del mercat, dels Encants i del Dominical del Llibre.

Les promocions i ofertes també les podeu trobar durant tot l'any a compraeixample.cat, una web creada per sis entitats de comerç del Districte de l'Eixample: Cor Eixample, Encants Nous Eix Comercial, Eix Fort Pienc, Gaudí Comerç, Eix Comercial Sagrada Família i Sant Antoni Comerç.

Amb compraeixample.cat pots aprofitar la qualitat dels establiments comercials i de serveis que tens ben a prop de casa i , a més a més de gaudir d'un servei proper i de confiança, podràs contribuir al creixement del barri, ajudaràs a fer-lo més sostenible i fomentaràs l'ocupació laboral.

Establiments de Sant Antoni Comerç han preparat per a tu promocions i ofertes que només trobaràs a compraeixample.cat.

Comprant al barri, tothom hi guanya!

Sant Antoni Comerç

REDACCIÓ

El barri decideix el futur del Mercat de Sant Antoni

El Districte de l'Eixample ha posat en marxa el procés participatiu "Omplim de barri el mercat" per a que veïns, paradistes i entitats puguin decidir els usos dels espais veïnals que existiran en el futur mercat de Sant Antoni i alguns espais exteriors. L'objectiu d'aquesta iniciativa del consistori és pensar en clau d'activitat comunitària i vida de barri els espais interiors i exteriors del Mercat, així com debatre el model de mercat que vol Sant Antoni, basat en un model de mercat popular i de barri orientat als veïns i veïnes, entenent-lo com la plaça central.

Imatge: Jordi Casañas, IMMB

El Mercat de Sant Antoni comptarà amb uns 700 metres quadrats a la planta -1 a disposició dels veïns per a desenvolupar les activitats i projectes que es decideixin. En la part exterior, hi hauran dues placetes que configuren l'aspai del mercat als carrers Tamarit i Borrell. Aquestes esdevindran espai públic per a urbanitzar amb les propostes sorgides al procés participatiu. També la futura urbanització i la possible pacificació dels carrers adjacents i la Ronda de Sant Antoni són objecte de debat.

El procés participatiu es desenvolupa en tres fases. La primeres d'elles ha tingut lloc durant el mes de juny, amb trobades cada dimecres per tractar diferents qüestions comptant amb la participació de diferents implicats.

La segona fase d'aquest procés es durà a terme entre els meses del juliol i setembre i en aquest període es treballarà una metodologia que garanteixi que totes les persones que vulguin puguin participar i exposar les seves necessitats al voltant del mercat fent activitats sectorials amb persones de diversos perfils on puguin exposar les seves necessitats, així com debats transversals per posar-les en comú i consensuar les solucions conjuntes a proposar per l'espai.

Per últim, la tercera fase tindrà lloc el darrer trimestre de l'any 2016 i consistirà en el retorn que farà l'Ajuntament a les propostes sorgides de la fase deliberativa.

El consistori engega aquest projecte per tal de garantir que el nou Mercat de Sant Antoni esdevingui un motor econòmic al barri essent un punt de confluència per a comerciants, veïns i entitats.

Tauler d'anuncis

ESTAMPACIÓ
SERVEI URGENT
24/48h.
T. 93 446 15 27
Camèlies 75-77 Local 4
www.t-estampo.es

Ofertes de treball

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

Immobles

PISO EN VENTA EN INDUSTRIA 356, de 100 m2, 4 habitación, 2 baños, cocina office salón-comedor, terraza exterior a calle, patio 229.000 . T. 93 667 17 99.

PISO EN VENTA EN AVDA. MADRID 104 , 66 m2, 4 habitaciones, 1 baño, cocina ,salon a reformar, 187.000 T. 93 667 17 99.

PISO EN MERIDINA 167 80m 3 habitaciones 1 baño, cocina salòn 210.000 T. 93 6671799.

PISO EN VENTA C/ MUNTANER 545 , de 140 m2, 3 habitación, 2 baños aseo, cocina integrada en salon, cuarto de plancha, despacho a estrenar 535.000 € T. 93 667 17 99.

PISO EN VENTA EN JOSEP FERRATE I MORA 10, 150 m2, 5 habitaciones y 5 baños, cocina salon independiente dos plazas de pk -767.000 € T. 93 667 17 99.

Brusi 39. Pis de 90m2 en bon estat i força lluminós al barri Sant Gervasi, 3 h., 1 vestidor, 2 banys compl., sal.-menj. 20 m2 i cuina amb sortida a safareig. Calf. i sistema de climatització a tot el pis. 1000€. T. 93 450 41 43.

Regomir 10. Pis ext. 55m2 moblat i equip. situat al barri gòtic. Hab. doble amb arm. encastats, bany complert de disseny, Sal.-menj. 25 m2 amb bigues vista, traster i cui. àmpl. equip. amb forn, i nevera a estrenar. Calf. central. A.C. al saló. 875€. T. 93 450 41 43.

Alquiler de salas para terapias individuales

- Zona Sagrada Família/ Sant Pau.
- Sólo para autónomos o cooperativistas.

Interesados contactar por
617892583
centresantpau@gmail.com

Estruc 12. Pis ext. 36 m2 segons cadastre, 1 h. doble, bany compl., sal.-menj. 14m2, cuina indep. i 2 balcons. Sense asc. 650€. T. 93 450 41 43.

Mallorca 219. Local en lloguer a l'Eixample esquerra. Entre planta de 69m2 amb Sala principal 55m2, 1 bany i 2 estàncies petites. Sistema de climatització. Porta blindada. asc. Subministres donats d'alta. 925€. T. 93 450 41 43

Castillejos 298. Local en lloguer al barri de la Sagrada Família de 55 m2 que consta de una estància principal de 50m2 mes 1 bany a la part del darrera. Zona comercial, al costat d'av. Gaudí i de la Sagrada Família. 650€. T. 93 450 41 43.

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

Demandes d'ocupació

Cuidaria persona gran, sóc noia responsable i seriosa. T. 655 47 50 65. Maite.

Noia estudiant de pedagogia s'ofereix per donar classes a nens. Amb experiència, bon tracte, preu econòmic i horari a convenir. T. 693 809 949.

Sra. s'ofereix per cuidar gent gran, netejar casas, dependenta i tot tipus de feina de cara al públic. Deixeu un email genovevasallent@gmail.com

Busco trabajo para cuidar personas mayores, niños o limpieza. Tengo experiencia y muy buenas referencias. T. 680323349.

Relacions

Caballero de Barcelona, culto. 69 a. Bien situado, deseo conocer señora de 62-69 años, educada, formal para amistad o relación de pareja. Mi nombre es Alfredo, puedes llamarme al T. 633 954 405.

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

Varis

Conoce el secreto del Secreto

Tu primer libro de filosofía aplicada que contiene tanto la teoría de cómo aumentar tu inteligencia, capacidad y felicidad como ejercicios prácticos de auto procesamiento 100% funcionales para aplicar en ti mismo y en otros.
Cómpralo, léelo y úsalo
© 2016. ISB
Precio: 17€
Haz tu pedido en nuestra web o centro
www.eficienciapersonal.org
CENTRO DE TEST BARCELONA
Gran vía de les Corts Catalanes, 780 93 667 71 45
libros@dianeticabarcelona.org

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

Vendo espejos ideales para un gimnaiso/peluquería 1,90 x 0,70 ancho y 0,60 x 0,50. T. 93 319 04 79 llamar de 18 a 22h.

Compro vins i licors vells. Ampolles tancades i sense obrir. També compro brandis, whiskys i altres. Pago bé. T. 606 84 64 20.

Venc Gran Enciclopèdia Catalana (15 volums). Preu 80 euros. Telèfon 638237306 (Vicenç).

Llogo parquing zona Clot Glories. Ben situada. Fàcil accés. entre c/ Clot i c/ Rossend Nobas, a prop del parc i mercat del Clot. Bon preu a convenir. 75. T. 628 16 32 53.

Ara el seu anunci GRATUÏT

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

La implantologia dental

La implantologia dental és la tècnica que té com a objectiu la substitució de les dents perdudes mitjançant la col·locació d'implants dentals. Per conèixer millor aquesta tècnica cal tenir en compte diferents aspectes:

Què són els implants dentals?

Són com unes arrels artificials creades per substituir les dents que s'han perdut. La principal característica és que es poden integrar en tots els teixits naturals de la boca sense causar cap tipus de reacció estranya a l'organisme.

Cal tenir en compte que després de la cirurgia hi ha un procés d'osteointegració –és a dir, la connexió entre l'os i la superfície de l'implant–, que acostuma a durar tres mesos. A partir d'aquí és quan l'implant queda ben unit a l'os i, per tant, ja pot aguantar una pròtesi que ha de fer les funcions d'una dent natural. Cal destacar que els implants dentals són tractaments de llarga durada.

De què estan fets els implants dentals?

Actualment estan fabricats de titani químicament pur, tractats de forma especial per garantir l'osteointegració en l'os.

Són tots els implants dentals iguals?

No tots els implants dentals són iguals i, per tant, no tots s'osteointegren amb la mateixa qualitat ni responen igual a les forces quan es mastega. És a dir que els resultats a curt i llarg termini varien segons l'implant que es col·loca.

Les diferències més significatives entre els tipus d'implants són:

- Tipus d'aliatge de titani. Els implants de major qualitat són aquells que tenen un aliatge de titani de grau 5.
- Tractament de la superfície de l'implant.

Aquests dos factors influeixen en la qualitat de l'implant i, a la vegada, condicionen el seu preu final.

Com es realitza el procediment en el tractament dels implants dentals?

Cada tractament ha de ser personalitzat segons el pacient. En línies generals, però, se segueixen els següents passos:

1. Estudi i exploració inicial per planificar el tractament i tipus de procediment quirúrgic.
2. Fase quirúrgica (vindrà determinada per la planificació prèvia). Pot implicar una o més intervencions quirúrgiques.
3. Fase protèsica o restauradora. Un cop l'implant dental està correctament osteointegrat, es col·loca la pròtesi sobre l'implant dental.

Per garantir una correcta osteointegració s'ha de procurar tenir una bona higiene i controlar els problemes periodontals, per no patir infeccions; s'han d'evitar les carregues sobre els implants; i tampoc s'ha de fumar, perquè acostuma a provocar problemes.

Un cop es col·loca la pròtesi, el pacient necessitarà rehabilitació per tal d'adaptar-se a la nova situació estètica i funcional, ja que pot ser complexa.

4. Fase de manteniment (molt important per garantir que els implants durin). Es realitzen controls periòdics i s'ha de mantenir una higiene a la zona de l'implant per evitar problemes.

És imprescindible la fase de manteniment dels implants dentals?

Aquesta tècnica és estable i segura al llarg del temps, sempre que hi hagi un control i manteniment per prevenir l'aparició de qualsevol tipus de problema.

Els protocols de control i manteniment estan destinats a:

- Evitar la contaminació bacteriana dels implants dentals.
- Evitar els desajustos de les pròtesis causats per la funció mastegadora.
- Avaluar els resultats del tractament.

Carlos Galindo García, Director Mèdic
Clínica Dental Galindo · www.dentalgalindo.com

Barri
Sants·Hostafrancs

ESCOLA D'ESTÈTICA

CURSOS UNGLES
UNGLES DE GEL
UNGLES ACRÍLIQUES
MANICURA I PEDICURA SPA
DECORACIÓ D'UNGLES

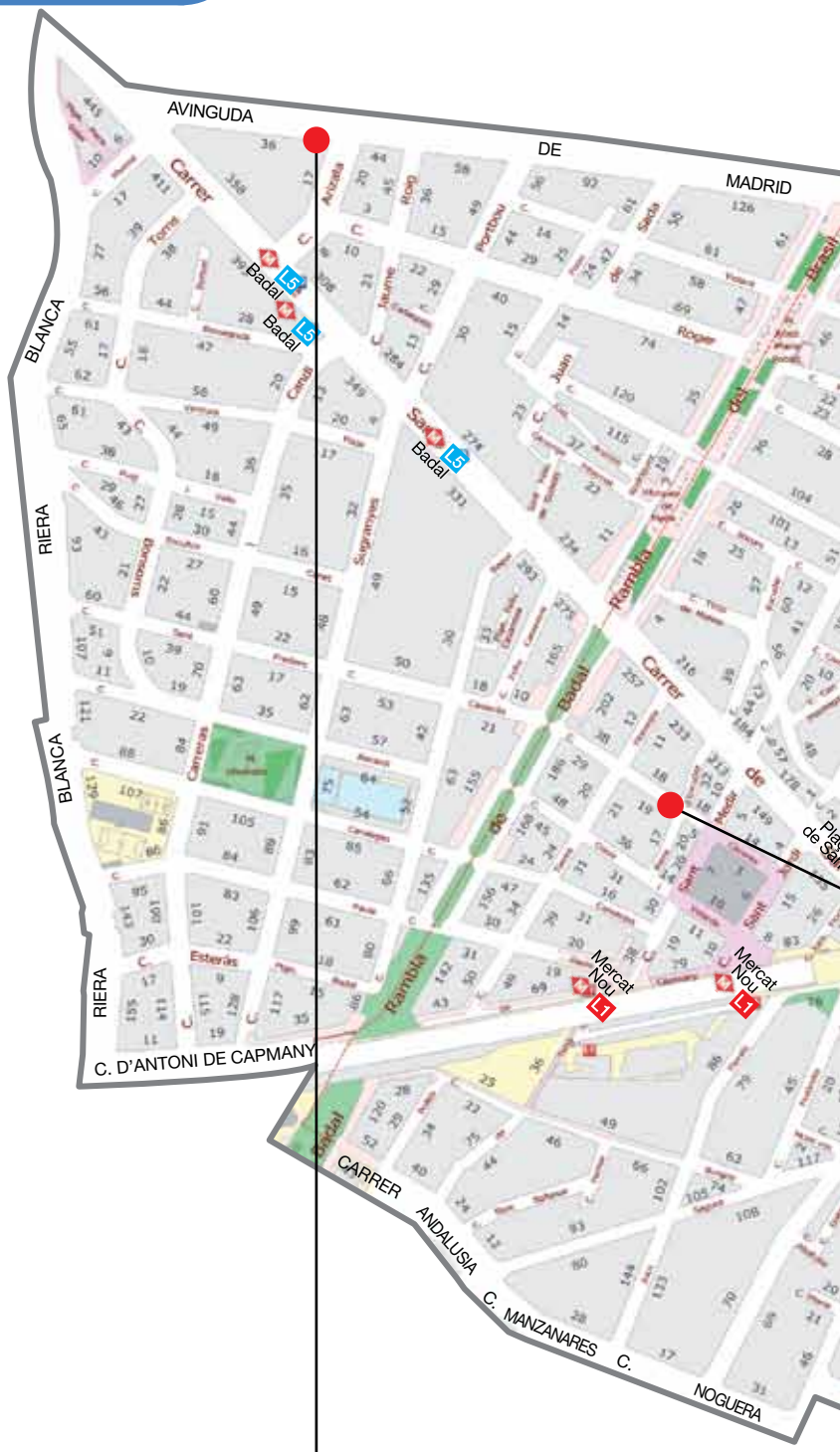
CURSOS ESTÈTICA
MICROPIGMENTACIÓ
HIGIENE FACIAL
DEPILACIÓ CERA
EXTENSIÓ DE PESTANYES
MAQUILLATGE

CURSOS APARATOLOGIA
FOTODEPILACIÓ IPL
CAVITACIÓ
RADIOFRECUENCIA

CURSOS BENESTAR
MASSATGE CORPORAL
MASSATGE AYURVEDA
REFLEXOLOGIA PODAL
DRENATGE LIMFATIC

cosmevid

VENTA PROFESSIONAL DE PRODUCTES
INFORMACIÓ CURSOS I PRODUCTES:
C/ Alcolea 49 Barcelona
(de dilluns a divendres de 9:30 a 13:30 i de 14:30 a 18:00)
T. 93 490 07 20 - 620 83 22 23
www.cosmevid.com



Pròtesis
Estètica
Implantologia
Periodòncia
Endodòncia

Centre Odontològic
PRODENTS

Av. de Madrid 36 Tel. 93 330 60 50 - 93 334 68 79

NOVES INSTAL·LACIONS

Barri
Sants - Hostafrancs

Sants les Corts
Eix Comercial

lavandà
LA BUGADERIA DE SANTS
RENTAT FACIL I RÀPID
AUTOSERVEI
Obert 365 dies de 8 a 22h
RENTAT ALTA QUALITAT INDUSTRIAL des de 4,5€
RENTAT DE PECES GRANS COBRELLITS, NÒRDICS,...
SABÓ NATURAL I SUAVITZANT INCLOSOS
10% DESCOMPTE!!! TARGETA GRATUÏTA CLIENT
C/ Càceres, 9 Al costat del mercat de Sants
618 788 621 · infolavanda@altico.net

Alimentació

ANGUS
CARNISSERIES
Vedella del Gironès · Pollastre groc català
Conill · Xai · Porc, etc.
C/ Juan de Sada, 53 ✆ 652 02 29 83

BODEGA MONTFERRY
C/Violant Hongria, 105 - T. 93 162 96 36
CANSALADERIA JOAN VIDAL
C/ Vallespir, 55 - T 93 339 25 55
CAPITÀ ENCIAM
C/ Galileu, 139 - T 93 166 74 28
CARNISSERIA ROSA
C/ Joan Güell, 105 - T. 93 409 72 25
CARNS SELECTES
C/Vallespir, 116 - T. 93 339 52 32
CELLER DE GELIDA
C/Vallespir, 65 - T. 93 339 26 41
CUIT I CRU
C/ Vallespir, 46 - T. 93 490 90 04
EUGAMARE
C/ Galileu, 132 - T. 93 411 94 60
HELADERIA VALLESPIR
C/ Vallespir, 75 - T. 93 339 35 79
LA CAMPA
C/ Vallespir, 87 - T. 93 491 44 83
PEIXATERIA FITÉ
C/ Galileu, 83 - T. 670 69 34 26
PEIXATERIA NURIA
C/ Vallespir, 100 - T. 93 490 75 85
ROTLLAN
Pge. Serra i Arola, 16 - T. 93 339 31 37
SUPER-CARN
C/ Galileu, 79 - T. 93 339 27 09
SUPER-FRUITA
C/ Galileu, 78 - T. 93 706 95 27

Animals i Plantes

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

Assessories i Assegurances

NT CORREDORIA ASSEGURANCES
C/Galileu, 224 L8 - T. 93 491 38 05
ZURICH SEGUROS
Tr. de les Corts, 221-223 - T. 93 490 59 94

Cursos i Formació

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

Entitats

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
C. CÍVIC CASINET D'HOSTAFRANCS
C/ Rector Triadó, 53 - T. 93 423 04 40

Esports

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

Estètica i Bellesa

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

GRUP Xiroi PERRUQUERS
Reserva d'hores
C/ Vallespir, 23 ✆ 93 339 17 42 · icexiroi@hotmail.com

GRUP XIROI
C/Vallespir, 23 - T. 93 339 17 42
IPELUSHOP
C/Vallespir, 33 · local 6 - T. 93 142 89 15
NARU ESPAI D'ESTÈTICA
C/Galileu, 111 - T. 93 330 51 52
PERFU. HNOS.MARTÍN
C/Vallespir, 91 - T. 93 490 81 71
VALENTIN GOMEZ PELUQUEROS
C/Vallespir, 94 - T. 93 339 61 82

grup Jota
Perruqueria i estètica per a tota la família
Galileu, 84 · T. 93 411 00 83

Esoterisme

ILÉ ELEGGUAS

TIENDA ESOTÉRICA
Todo tipo de productos Afrocubanos
❂ Cartas Tarot
❂ Caracoles
❂ Cursos de Tarot
❂ Curación por imposición de manos
C/ Galileo, 72 - BCN
Ⓜ L1 L5 Plaza de Sants
93 017 02 55 ☎ 630 928 321

ILLE ELEGGUAS
C/Galileu, 72 – T. 630 928 321

Forns, Pastisseries i Dolços

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

Immobiliàries

FINCAS DUEÑAS
C/ Galileu, 97 - T. 93 490 06 07
FINCAS JORDAN
C/ Vallespir, 57 - T. 93 339 74 94
FINQUES JOSEP
C/ Vallespir, 18 - T. 93 411 22 42
www.conyserinternacional.com
FINQUES MIRET
C/ Vallespir, 48 - T. 93 409 10 81

Informàtica, Imatge i So

CHALONS
C/Joan Guell, 38-40 - T. 93 490 66 99
PACIÈNCIA INFORMÁTICA
C/Vallespir, 120 - T. 93 490 86 36
V.V.FOTO
Violant Hongria, 120 - T. 93 490 86 35

Joierie i Rellotgeries

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

DIONISIO MORENO
▪ Reformes Integrals ▪ Cuines
▪ Banys ▪ Portes de tots els estils
▪ Parquet ▪ Armaris a mida
▪ Lampisteria ▪ Aluminis
Av. Madrid, 98 ✆ 93 377 09 19

AFILA EL TALL
C/Galileu, 131· local 5 - T. 93 141 46 16
CUINES TRIANGLE
C/Joan Güell, 37-39 - T. 93 491 42 10
LA G. D'ELECTRODOMÈSTICS
C/ Vallespir, 75 - T. 93 490 08 77

LAVANDA LA BUGADERIA DE SANTS
C/ Càceres, 9 - T. 93 618 788 621
www.acelobert.com/lavandabugaderia

M. ELÈCTRIC MESTRES
C/ Vallespir, 114 - T. 93 490 62 46

MOBIL CUINA
Reformes en general
Joan Güell, 82 · Tel. y Fax 93 339 02 62
mobilcuina@gmail.com

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

MINGUELLA reformes
Vallespir 108 ☎ 93 491 08 56
640 029 082
www.minguellareformes.com

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

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

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

Moda i Complements

Yasmin
Bijuteria · Regals · Complements
C/Vallespir, 110 ☎ 93 491 41 14

CALÇATS ALVARO MOLINA
Avda. Madrid, 178 - T. 665 97 96 51
CALÇATS GASOL
C/ Joan Güell, 64 - T. 93 013 63 04
CALZADOS REFORT'S
C/ Vallespir, 89 - T. 93 339 63 22
CARLOTA/AGATA MARTÍN
C/ Roses, 58-60 - T. 93 491 04 28
GÀRDEL
C/ Galileu, 144 - T. 655 03 27 88
LENCERÍA ESCORPIÓN
C/ Galileu, 131 - T. 933 391 511
www.acelobert.com/lenceria-escorpion

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

ESPARDENYERIA JAIVA
100 anys venent espardenyes
C/ Sants, 439 ✆ 934 498 142

MITJA D'OR
C/Vallespir, 118 - T. 670 88 81 25
M'MOLA
C/Galileu, 111- T. 637 50 18 04
VIA STEFANO
C/Vallespir, 37 - T. 93 491 27 37
YASMIN
C/Vallespir, 110 – T. 661 137 620

Motor

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

Oci

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

Papers i Llibres

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

Restaurants i Bars

BAR BOSQUET
C/ Galileu, 115 - T. 650 849 316
BAR CARGOL
C/ Violant d'Hongria, 134 – T. 93 490 76 81
BAR RESTAURANTE ASADOR DE LUGO
C/ Comtes de Bell-lloc, 63 T. 93 409 01 20
www.grupoelreloj.com
BAR TREBOL
C/JOAN GUELL, 70 – T. 93 533 14 90
BODEGA BARTOLÍ
C/Vallespir , 41 – T. 93 339 10 21
CAN RIBERA SANTS
C/ Galileu,1-3 T. 93 768 80 62
EL LLIMONER
C/ Vallespir, 96 – T. 93 533 12 62
EL PETIT PRINCEP
C/ Galileu, 97 – T. 652 700 094

Restaurants i Bars

TanNOOR
Cafetería·Tetería·Comida Siria-Libanesa
• Elaboración propia
• Para llevar
• Salón eventos
• Terraza
C/ Antoni Capmany, 84 ☎ 653 61 25 32

RESTAURANTE ÀTICA
C/ Galileu,159 - T. 605 90 02 07
RESTAURANTE BRÉTEMA
Violant Hongria, 123 – T. 93 409 30 17
RESTAURANTE CABAÑEROS
C/ Vallespir, 17 – T. 93 490 52 97
TAVERNA LA BAUXA
C/Vallespir, 23 – T. 93 491 19 46

Salut

PUJALIFT
Supressió de barreres arquitectòniques
Distribuïdor Oficial a Catalunya VIMEC
C/ Muntadas, 20-22 · loc. 2 · 93 000 64 27 · www.pujalift.cat

CLINICA ABCDENTAL
C/ Enric Barges, 19 · baixos T. 93 490 77 47
CLINICA DENTAL VALLESPIR
C/Nº 81-85 en. 1º 2ª – T. 93 330 88 46
FARMACIA FAURA
Av. Madrid, 222 – T. 93 339 63 32
FARMACIA FERRO
C/ Contes de Bellloch, 140 – T. 93 490 77 46
FARMACIA GUANABENS
C/Galileu , 104 – T. 93 339 12 88
FARMACIA MONT
C/Joan Guell, 91 – T. 93 339 45 14

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

FARMACIA PIFARRÉ
C/Vallespir, 45 – T. 93 339 34 56
IN. MÈDIC OLIVÉ PIFARRÉ
C/Vallespi, 45 – T. 93 330 09 85
INSTITUT TNDR BARCELONA
C/ Galileu, 161- T. 93 409 49 60
ISFARMA
C/Galileu, 23 – T. 93 490 32 50
JANETH SOLÀ AYURVEDA MASSATGES
C/ Galileu, 82 - T. 655 56 01 62
MANANTIAL DE SALUD
C/ Vallespir, 49 – T. 93 339 72 28
www.manantial-salud.com

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

OPTICA GANTZER
C/Badalona, 11 – T. 93 339 34 97

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

RESIDENCIA CENTRE PARK
Av. Madrid, 210 – T. 93 330 11 35
TOT ÒPTICA
C/Vallespir, 85 – T. 93 490 72 32

Cas a Cas
Agència de Serveis a les Persones
Primera hora gratuïta!
ATENCIÓ SOCIOSANITÀRIA
Personal de reforç durant els mesos de juny juliol i agost per substitucions, cangurs, o descans vacacional
• Atenció a la dependència
• Assistència a domicili i l'hospital
• Higiene personal, Cures i mobilització
• Acompanyament a metges, compres, passejos
• Empleats de la neteja per hores o interines
Av. Madrid, 94
(entrada per Joan de Sada)
Informació i Pressupost ☎ 93 127 63 13
www.cas-a-cas.cat
cas-a-cas@hotmail.com

Serveis

ANDRES MALDONADO S.A
C/Galileu, 15 – T. 93 330 20 00
ATLANTIS MARA
Av. Madrid, 222 – T. 93 330 48 20
CERRAJERIA MARONAS
C/Joan Guell, 87 – T. 93 339 20 99
COPISTERIA SANTS
S.Arola / entrada por Galileu, 5 - T. 93 124 96 19
GOCCIA VERDE
C/ Galileu, 111 · local 5 –T. 637 933 486
VIDEO CLUB
C/Galileu, 117 - T. 93 174 32 62

Segueix-nos dia a dia al
AcelObert
BARCELONA barri a barri
www.acelobert.com

Streetball Barcelona Sants: més enllà del bàsquet

L'Streetball no és altra cosa que jugar a bàsquet, però al carrer. Això és el que fan el Nelson Martínez i el Pedro Villanueva cofundadors de Streetball Barcelona Sants. Em citen al Parc de l'Espanya Industrial -a tocar de l'estació de Sants- per parlar de què és això de jugar al carrer.

Imatge: Streetball Barcelona Sants, www.facebook.com/StreetballBcnSants/photos

El Nelson m'explica que el parc sempre ha estat un referent i punt de trobada pels amants del bàsquet al carrer; de fet, no cal que ho juri, perquè a mesura que avança la tarda va arribant gent per jugar. Allò que es va iniciar com una afició per aquest esport fa cinc anys va prendre forma entre el grup de jugadors habituals en constituir-se com a associació: Streetball Barcelona Sants.

El punt de partida va ser el mal estat de la pista central, "degut al poc manteniment que se li ha donat a les cistelles i altres inquietuds que teníem entorn el parc, vam decidir formalitzar-ho", explica Nelson, mentre a tots tres se'ns va de tant en tant la mirada cap als amics que ja tiren a cistella. "Volíem establir una bona comunicació amb el districte", afegeix, encara que la relació no sempre ha estat fàcil i ha variat segons el govern de torn. Ells reivindiquen que "s'ha de fer una inversió de forma organitzada i tenint en compte l'opinió dels que juguem a bàsquet". Per donar visibilitat a aquesta reivindicació cada any organitzen un torneig 3x3 on tothom és benvingut.

Després de cinc anys "l'Ajuntament s'ha adonat que no som els nois que es preocupen només per la cistella, sinó que amb nosaltres també tenen una eina d'inclusió social", diu el Pedro. El projecte 'Entrena la parc' reflecteix la seva tasca social al barri. Amb la col·laboració dels educadors i del Punt Multimèdia -per a ells, entitat que sempre els ha donat molt de suport- han creat un grup d'uns 16 nois i noies per entrenar un cop a la setmana. "Alguns tenen problemes econòmics a casa i no poden pagar la quota a un club i per exemple altres vénen de fora i aquesta és una manera de crear amistats", comenta el Nelson. Streetball Barcelona Sants també du a terme una iniciativa per fomentar l'intercanvi cultural a través de l'esport entre nois de Barcelona, Berlin i París.

De fet, l'intercanvi cultural es fa palès a la pista del Parc de l'Espanya Industrial, a aquesta barreja cultural cal afegir la social "aquí ens ajuntem gent molt diferent, per exemple gent que té empreses juga contra algú que no té res", diu el Pedro, perquè el més important és gaudir "cadascú mostrant-se com és".

Versió ampliada a www.acelobert.com

Altres

3x3 Hazlo en el Park V

Gaudeix d'una jornada de bàsquet i bon ambient al Parc de l'Espanya Industrial. Streetball Barcelona Sants organitza el cinquè torneig de bàsquet al carrer '3x3 Hazlo en el Park V' amb categories junior, sub 21, sènior i femení. Com cada any, a més de les competicions, hi haurà música, concursos i premis. La jornada serà el 2 de juliol, al Parc de l'Espanya Industrial. Per participar al torneig cal fer inscripció prèvia a www.streetballbcn.com.

Cinema

Cinema a la fresca al Parc de l'Espany Industrial

El 6 i 13 de juliol, podreu gaudir de cinema a la fresca al Parc de l'Espanya Industrial (Casa del Mig – Parc de l'Espanya Industrial, Muntadas, 1-5), a les 21.30h. El dimecres 6 de juliol, serà el torn de 'Mad Max: Fúria a la carretera' i el dimecres 13 de juliol es projectarà la pel·lícula 'In side out (del revés)'. Activitat gratuïta.

Cinema a la fresca a Cotxeres

El Cinema a la Fresca és un clàssic de l'estiu a Cotxeres. Es programen pel·lícules de la màxima actualitat i de temàtiques variades i disteses. Dijous 7 de juliol serà el torn de 'Mandarinas', el següent dijous 14 de juliol es projectarà 'Irrational Man' i per finalitzar el mes, dijous 21 de juliol serà 'El Puente de los espias', a les 22h. A Cotxeres de Sants (Sants, 79). Activitat grauïta.

Exposicions

Llavors + ara

Del 6 al 30 de juliol, podrem veure l'exposició de Julia Clay 'Llavors + ara'. Realitzats amb centenars de fotos, són fotomuntatges de paisatges urbans que mostren diferents aspectes: passat, present i futur. Incorporen fites, llocs abandonats, grafits, personatges i tradicions locals. Aquests grans fotomuntatges il·lustren, dins d'una sola obra, la multiplicitat d'estrats socials i urbans trobats en un barri. Deconstruint i reconstruint el teixit urbà i social pots descobrir les seves joies amagades i les seves històries. A la Casa del Mig - Parc de l'Espanya Industrial (Muntadas, 1-5).

Música

Festival Visual Brasil 2016

Després de tretze edicions es presentaran més de 300 artistes internacionals. La trobada de 2016 es realitzarà dues nits amb molt de ritme al Parc de l'Espanya Industrial. Serà divendres 15 i dissabte 16 de juliol: videoart, mapping, performances audiovisuals, instal·lacions i debats. Serà al Punt Multimedia-Casa del Mig - Parc de l'Espanya Industrial (Muntadas, 1-5), des de les 20h fins a les 02h.

Altres

Patis escolars oberts al barri

Del 23 de juny al 31 de juliol, l'Institut Ausiàs March (Av. d'Esplugues, 38) obrirà el pati tots els dies, de 17h a 20h.

Espectacles

Beatles

Dins la setmana de Barcelona Beatles Weekend (BBW), un esdeveniment musical que té lloc a Barcelona i gira entorn el món i la música dels Beatles. L'actuació del nostre mag combina màgia i música dels Beatles, en una exhibició exclusiva i original de gran bellesa i elegància que ens farà reviure aquest so dels '60. Serà dissabte 2 de juliol, a les 17 h. Al Centre Cívic Joan Oliver - Pere Quart (Comandante Benítez, 6).

Exposició

My toilet: històries de dones i nenes de tot el món

Aquesta exposició a través de 35 retrats i testimonis de diferents països mostra com disposar d'un lavabo decent a les nostres llars influeix en múltiples aspectes de la vida quotidiana. L'exposició romandrà oberta fins el 31 de juliol, a Roca Barcelona Gallery (Joan Güell, 211). Activitat gratuïta.

Música

Babu Joseph Quartet

Babu Joseph és sens dubte una de les veus masculines de referència dins de l'escena jazz, blues i soul de Barcelona. Establert fa molts anys a la ciutat, ha estat un habitual dels millors locals de música en directe. Acompanyat aquest cop per una banda de luxe ens farà sentir tota la força de la seva veu. Porten un repertori ideal per a tots els públics que compagina a la perfecció els blues més potents amb balades de jazz i soul en la major intimitat. Serà dijuos 14 de juliol, a les 20.30h. Al Centre Cívic Joan Oliver - Pere Quart (Comandante Benítez, 6).

Sortides

Barcelona curiosa amb copa de cava

La Barcelona curiosa és una ruta per als amants de la ciutat, una ruta d´estiu, entretinguda on descobrirem secrets i curiositats de Barcelona. Ens fixarem en els noms dels carrers, en els barris, en les places, en tots aquells edificis que creiem que ja coneixem, però trobarem una nova imatge. Una ruta entre l'Eixample i Ciutat Vella on descobrirem els misteris que amaga Barcelona, llegendes, simbologia maçònica, la moreneta, bruixes, ratpenats, que ens acompanyaran al llarg del recorregut. Després d'aquest itinerari acabarem l'activitat a l'hotel Catalonia Catedral, ubicat en un edifici històric molt proper a la Catedral. A l'hotel Catalonia ens esperen amb una copa de cava que posarà fi a aquesta experiència única d'estiu! Serà dimarts 5 de juliol, a les 10.30h. Al Centre Cívic Joan Oliver - Pere Quart (Comandante Benítez, 6). Preu: 11.50€

Barri
Les Corts · Maternitat Sant Ramon · Pedralbes

Foto:Vicente Zambrano

ANEN ASOCIACIÓN ANEN

ASOCIACIÓN SIN ÁNIMO DE LUCRO

"Aplicaciones actuales de la estimulación magnética transcraneal (TMS) en las patologías neuropediatricas"

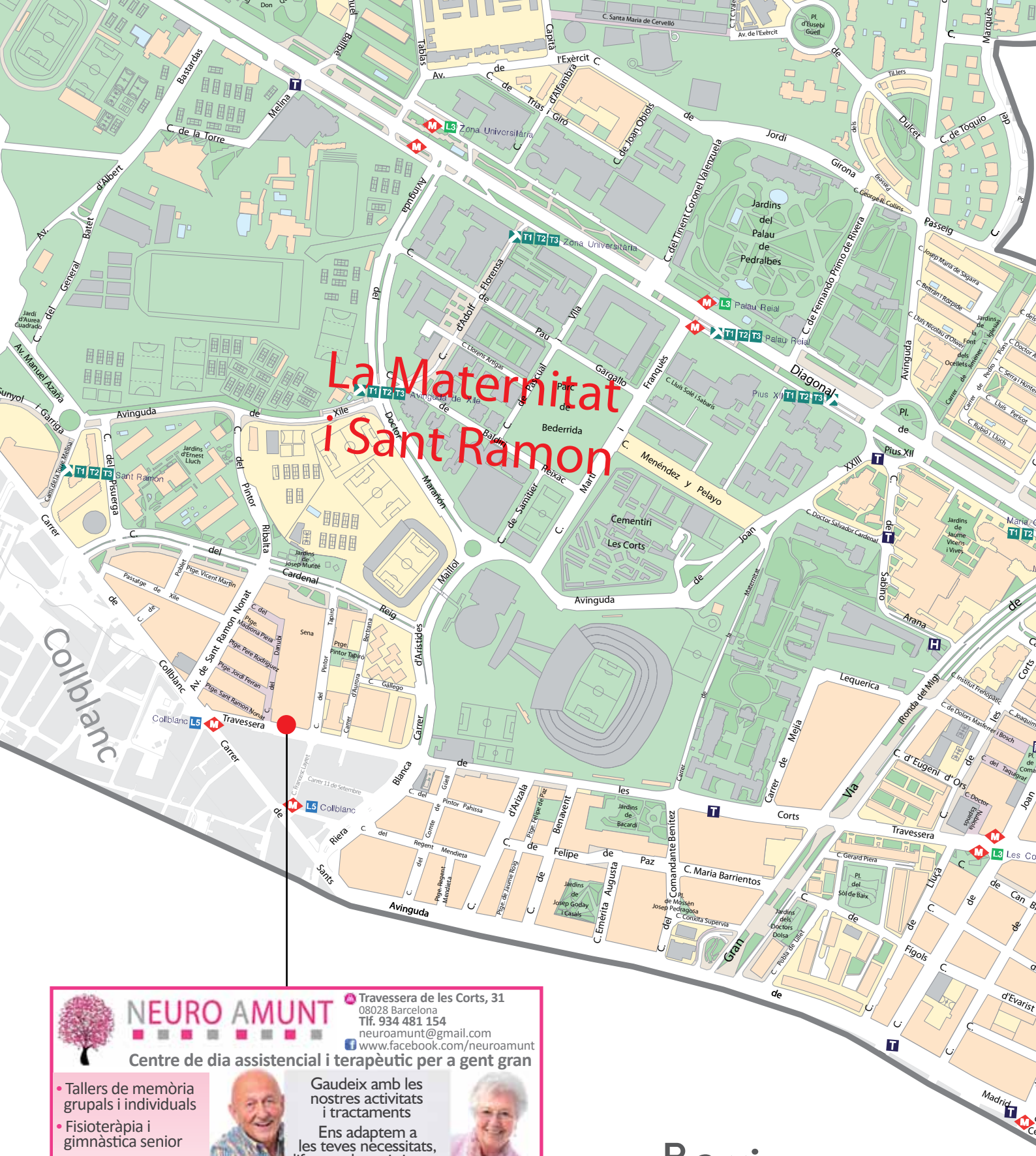
Primer Evento Científico de la Asociación de Ayuda a Niños con Enfermedades Neurológicas

Jueves 14 de Julio del 2016 a las 19.00 h

En la Sala de actos de Aparthotel Atenea Barcelona
Detrás de El Corte Inglés de Maria Cristina · www.aparthotelatenea.com/es/
C/ Joan Güell, 207-211 · 08028 Barcelona (aforo limitado)

Aplicaciones Terapéuticas: Epilepsia, Autismo, Neurorrehabilitación, Tics, Migraña, Transtorno de atención, Tartamudez, Afasia, Dislexia, etc.

RESERVAS DEL EVENTO: C/Europa, 26 bajos ☎ 93 491 31 79 · 670 88 38 78 · 664289120 · 08028 Barcelona
De lunes a viernes de 10 - 20h. · asociacionanen@gmail.com · www.asociacionanen.es



NEURO AMUNT

Centre de dia assistencial i terapèutic per a gent gran

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

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

Gaudeix amb les nostres activitats i tractaments

Ens adaptem a les teves necessitats, diferents horaris i preus

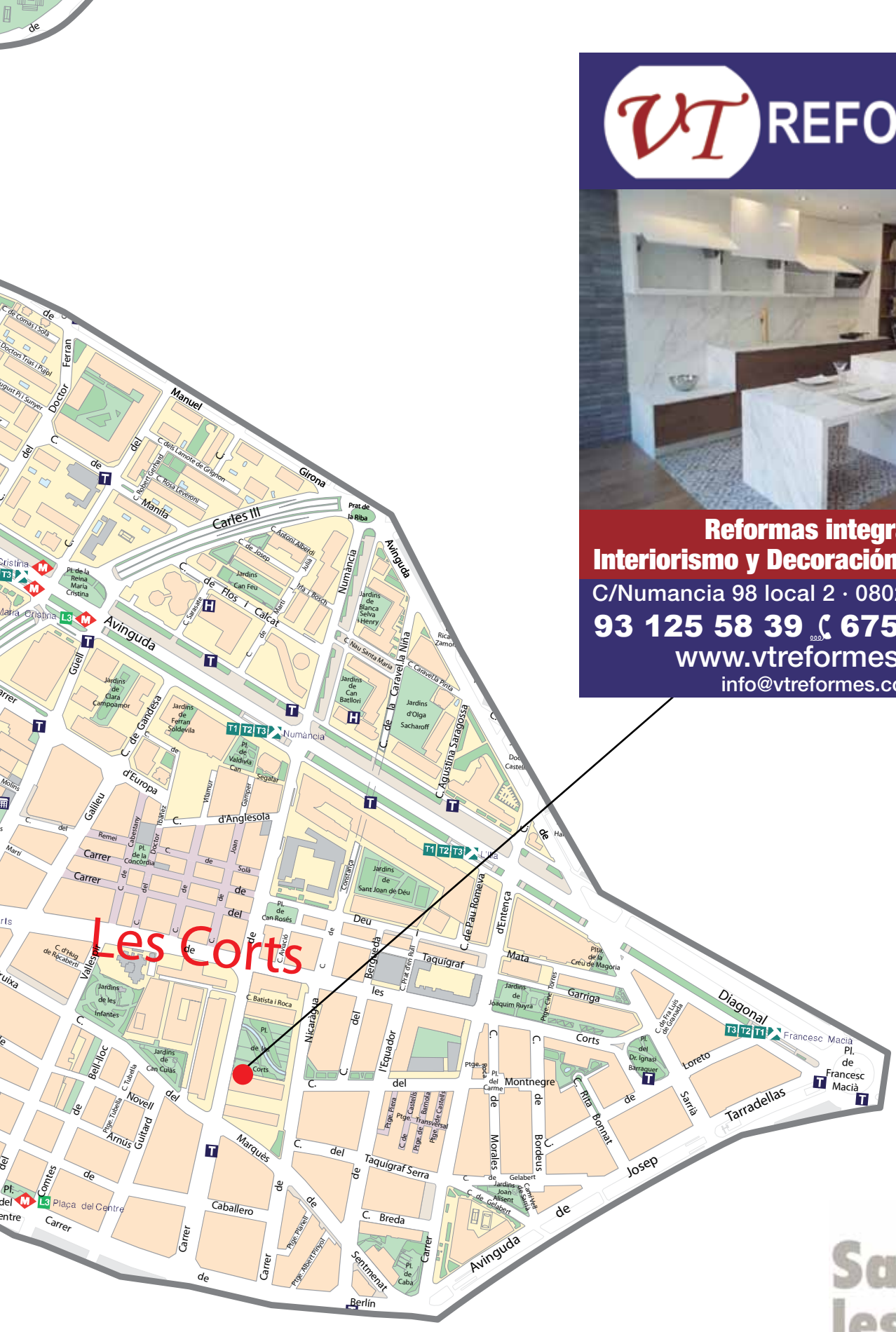
1ª valoració gratuita

Informa't sense compromís

Barri Les Corts Maternitat

VT REFORMES
By Veco Tersab

Reformas integrales
Interiorismo y Decoración a su alcance
C/Numancia 98 local 2 · 08029 - Barcelona
93 125 58 39 (675 75 42 71
www.vtreformes.com
info@vtreformes.com



Sant Ramon · Pedralbes

Sants les Corts
Eix Comercial

Alimentació

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

ART IBÈRIC LAIN
C/ Joan Güell, 165 - T. 93 490 81 18
www.jamonerialain.com
CAL FORNER
C/ Joan Guell nº 125 - T. 93 339 21 58
CARACAS-LESCORTS
C/ Les Corts, 6 - T. 93 330 64 65
EPICERIE MELANIE
C/ Caballero, 71-73 T. 93 170 12 31
JAMON JAMON
C/ Europa, 23 – T. 93 322 78 58
LA GRANJA
C/ Vallespir, 164 – T. 93 490 93 63
LA PECULIAR
C/ Can Bruixa, 23-33 – T. 93 185 41 98
LA ROCA CARNISSERIES
C/ Vallespir, 172 – T. 93 491 03 69

NATURA ÉS VIDA
Herbodietètica
Plantes medicinals · Nutrició i dietètica ecològica · Cosmètica natural · Assessorament dietètic
C/ Taquígraf Martí, 24-28 93 463 59 24

MON SEC
Av.Madrid, 215 – T. 619 72 09 29
POLLASTRISSIM
C/ Vallespir, 140 – T. 93 339 60 89
SUSHIBOX
C/ Galileu, 244 – T. 93 116 21 00
TERRA BIO
C/ Taquigraf Marti, 4 – T. 93 409 51 98
VINALIUM
C/ Joan Guell, 160-162 - T. 670 44 13 43

Assessories i Assegurances

Jordà & Comabella
Assessors
▪ Asesoría Jurídica
▪ Servicios de Extranjería
▪ Servicios Administrativos
▪ Asesoría Fiscal-Contable
▪ Servicios Inmobiliarios
Si quiere alquilar o vender su piso, venga a vernos
C/ Galileu, 313
☎ 93 494 25 35
info@jordacomabella.es
www.jordacomabella.es

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

NOTARÍA PAULA ALONSO
C/Can Bruixa, 13 17 – T. 93 330 02 37

Animals i Plantes

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

Cursos i Formació

L'ACADÈMIA DE LES CORTS
CURSOS D'IDIOMES
c/Numancia, 98 (plaça de Les Corts)
☎ 93 321 36 59
www.lacademiadelescorts.com

AUTOESCOLA PALLARS
C/ Marquès de Sentmenat, 80 - T. 93 315 87 61
www.autoescolapallars.com

Autoescuela PISCIS
Tu autoescuela de confianza en Les Corts
C/Entença, 320
☎ 934301306
www.autoescuelapiscis.com

ESTUDI DANSA CAPARROS
C/Galileu, 261 - T. 93 339 95 90

Barcelona - Les Corts
608 626 478
KUMON

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

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

Magdeta Patchwork i més
Patchwork · Lanas · Manualidades
Travessera de les Corts, 29
08028 Barcelona ✆ 93 252 68 70
Blog: magdetaformigueta.blogspot.com

Esports

EQUIP RAIDERS
C/Joan Guell, 117 – T. 93 430 88 03

C.E. LES CORTS BARCELONA
T'AGRADA EL FUTBOL?
VINE I PROVA-HO!!
Nois i noies de 6 a 12 anys
IME ARISTIDES MAILLOL
Carrer Marti i Franquesa, 19-21
617 323 839 ✆ 607 851 125
Dilluns i Dijous: 17,45h a 19,30h
celescortsb@gmail.com

HOLMES PLACE EUROPOLIS LES CORTS
Trav. de les Corts, 252-254 T. 93 363 29 92
www.holmesplace.es

Estètica i Bellesa

BARBER SHOP B.R.H.
Travessera les Corts, 222 - T. 93 171 81 21
www.peluqueriabrh.com
CEBADO
C/ Joan Guell, 163 – T. 93 490 71 24

I·R Nails Stetic
Uñas · Depilación · Masajes
Camí Vell de Sarrià, 23 ☎ 93 494 12 72

CRISTINA'S BEAUTY MOMENTS
C/ Vallespir, 186 - T. 687 74 93 78
DIANA GUILL
Av. Madrid, 169 – T. 93 411 01 00

ENTORN
C/Joan Guell, 131-133 - T. 93 490 07 03
IMAGH
C/Vallespir, 188 – T. 93 339 86 60
IR NAILS STETIC
Camí Vell de Sarrià, 23 - T. 93 494 12 72
www.acelobert.com/irnailsstetic
PELUQUERIA REYES
C/Galileu, 286 – T. 93 490 86 95

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

Forns, Pastisseries i Dolços

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

Immobiliàries

EL CLUB DEL PROPIETARI
C/Can Bruixa, 4 - T. 93 411 18 99
LA INMOBILIARIA
C/Joan Güell, 188 - T. 93 749 96 30

Informàtica, Imatge i So

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

Joieries

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

Llar

DECOZALOP INTERIORISMES
C/ Joan Guell, 132 – T. 93 449 27 72
ELECTRO.PEINADO
C/ Joan Güell, 139-145 – T. 93 330 32 07
ESCODA MARCS A MIDA
C/ Joan Guell, 136 – T. 93 490 17 29
FENT PUNT
Gran via Carles III, 46-48 – T. 620 43 68 10

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

25 aniversario Silván asesores
Tu seguro de Hogar, Salud, Vida y Comercio en buenas manos.
AXA reinventando los seguros
Prima mínima anual de 200€
...Y llévate una tarjeta de El Corte Inglés de 30€
C/ Numancia, 134 ✆ 93 444 00 50 seguros.silvan@agencia.axa.es

Llar

ESCODA
TALLER DE MARCS
▪ marcs de talla ▪ miralls
▪ restauració i neteja de pintures
i marcs ▪ olis ▪ obra gràfica
Joan Güell, 136 ☎ 93 490 17 29

FERRETERIA EL CLAU
C/ Joan Güell, 190 – T. 93 321 02 07
FERRETERIA VALLS
C/ Vallespir, 117-119 – T. 93 490 60 90
INTERIORS CUINES I BANYS
C/ Vallespir, 166 - T. 93 491 46 92
www.interiorscuinesibanys.com
LA TIRA DE COSES
C/ Joan Güell, 165 – T. 630 34 85 49
METALISTERIA SÁNCHEZ
C/ Galileu, 275 – T. 93 490 15 26
MOYCOR
C/ Galileu, 320 – T. 93 430 72 01
TALLER D'INTERIORS
C/ Galileu, 275 - T. 617 43 49 44
SEIFEC
C/ Vallespir, 166 - T. 93 490 67 30
www.acelobert.com/seifec

Moda i Complements

Alvaro calçats
50 Anys d'experiència en el confort dels peus
Clarks STONEFLY NORDIKAS PieSanto HISPANITAS
Horari de 9 a 21 h. no tanquem al migdia
Trav. Les Corts, 265 ☎ 93 430 03 88

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

Motor

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

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

Oci, Papers i Llibres

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

la dolce
Administració de Loteries Nº 12
Guitard, 52 - 08014 BARCELONA
Tel. 934 390 758 - loterialadolce@gmail.com
S'ADMETEN RESERVES PER A NADAL

Petits

ELS BARRUFETS
C/ Galileu, 224 - T. 93 339 95 60

Restaurants, Bars i Hotels

CARIBEAN COFFEE
C/ Vallespir, 161 – T. 93 409 54 47

LA TABERNA DEL BIERZO
NUESTRAS ESPECIALIDADES:
Productos del Bierzo · Galicia · Ibéricos y Tapas
ABIERTO DE 8H DE LA MAÑANA A 3H DE LA MADRUGADA
C/ Loreto, 24 ☎ 93 419 34 57

BAR CAN BRUIXA
C/ Joan Guell, 168 – T. 658 97 44 26
BAR PETIT GALILEU
C/ Galileu, 294-296 – T. 93 490 14 59
www.grupoelreloj.com
BAR RESTAURANTE CIURANA
C/ Can Bruixa, 41-45 - T. 93 339 53 96
www.grupoelreloj.com
L'ANDANA CAFÉ
C/ Galileu, 282 - T. 647 500 749
RESTAURANTE BENDITA HELENA
C/ Galileu, 261 - T. 93 491 28 13
RESTAURANTE GALIZA
Av. Riera Blanca, 14-16 – T. 93 449 82 34
www.acelobert.com/restaurant-galiza
BAR RESTAURANTE LA PERLA
C/ Numancia, 66 - T. 93 321 02 73
www.grupoelreloj.com

RESTAURANT CAFE DE GALIZA
Especialidad en:
Cocina Gallega y del Bierzo
Cocina de mercado
Avenida Riera Blanca, 14-16
☎ 93 449 82 34

CAN BARÇA
C/ Joan Guell, 230 – T. 93 322 37 23
EL REBOST DE VALLESPIR
C/ Vallespir, 123 – T. 93 411 02 82
HOTEL ATENEA-RESTAURANT
C/ Joan Guell, 207-211 – T. 93 490 66 40
LA TABERNA DEL BIERZO
C/ Loreto, 24 – T. 93 419 34 57
LIZARRAN
C/Can Bruixa 6-8 – T. 93 411 04 51
NAGOYA
C/ Joan Guell, 166 – T. 93 491 08 72
PAELLAS BARCELONA
C/ Galileu, 330 – T. 93 252 85 39
PIZZERIA IL CUOCO
C/ Galileu, 335 – T. 93 439 74 33
RABBAR
Plaça Concordia, 9 - T. 676 915 185
RTE. CABAÑEROS
C/ Vallespir, 17 - T. 93 490 52 94

Salut

ARMAND ÒPTICS
Plaça del Centre, 13 – T. 93 339 20 11

SERVICIO DE PODOLOGÍA
KINESIOCLINIC
Patologías y afectaciones del pie
Estudio biomecánico de la marcha
• Órtesis de silicona
• Podología pediátrica
• Podología deportiva
• Hongos en piel y uñas
• Pie diabético
• Uñas encarnadas
• Verrugas
• Plantillas personalizadas
Atención Privada y mutuas
CITA PREVIA
Av. Madrid 191. Ent. 2º Esc. B. ☎ 93 186 74 21
www.kinesioclinic.com/podología/

ARMAND ÒPTICS
Av.Madrid, 161
CENTRE MEDIC DIAGNOSTIC ALOMAR
C/ Berlín, 67 - T. 93 429 41 60
www.centremedicalomar.es
CLÍNICA DENTAL GALINDO
Travessera les Corts, 44 - T. 93 252 91 93
www.dentalgalindo.com
CLÍNICA ORIS
C/ Joan Guell, 108 – T. 93 409 06 47
DIET CENTER
C/ Joan Guell, 170-172 – T. 93 490 87 02
FARMACIA ANTIGA DE LES CORTS
Plaça Concordia, 3 – T. 93 439 79 05
FARMÀCIA M.COLLADO
C/ Joan Guell, 174 –T. 93 490 45 75
FARMÀCIA MORÉ
C/ Galileu, 250 - T. 93 490 43 95
www.farmaciamore.com
L' OLIVERA
C/ Taquígraf Martí, 6 – T. 678 70 07 54

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

MILENIUM DENTAL
Gran via Carles III, 74 - T. 93 411 91 15
ORTOPEDIA MORÉ
C/ Evarist-Arnús 45, baixos - T. 93 330 11 86
www.ortopediamore.com
SANITAS RESIDENCIAL
C/Evarist Arnus, 22-32 – T. 93 411 47 00
SERVIMEDIC
C/ Galileu, 300 – T. 93 490 62 33
ZONATERAPIA
C/ Galileu, 306 – T. 93 410 89 20

Serveis

BCN RENT A CAR
LLOGUER DE COTXES I FURGONETES!!
SERVEI 24 H
902 66 66 16
C/ Lluçà, 38 · 08028 Barcelona
www.bcnrentacar.net

DAMAS TOURS
C/ Vallespir, 169 – T. 93 490 68 00
EMBAGRAP
C/ Galileu, 286 – T. 93 490 96 37
ESTACIO DE SERVEI GALILEU
C/ Galileu, 217 – T. 93 490 28 93
ESTEVE CERRAJEROS S.C.P.
C/Galileu, 271 – T. 93 490 52 43
PERSI +
C/Vallespir, 157 – T. 93 491 01 90
TARANNA
C/ Vallespir, 174 –T. 93 411 83 73
UN MAR D'IDEES, ARTS GRÀFIQUES
C/ Joan Güell, 142 - T. 93 768 87 42

Mostra de Comerç al Carrer Galileu

El passat dissabte 11 de juny el Carrer Galileu es va engalanar per gaudir d'una de les tres mostres de comerç que fem al nostre eix. Vam gaudir d'un dia esplèndid mentre els botiguers de l'Eix Comercial feien dels seus comerços aparadors a peu de carrer, on atenien a tothom d'una manera més lúdica i propera.

L'afluència de gent va ser molt important i vam poder gaudir i comprar en les parades que es van desplegar per tot el carrer, mostrant la diversitat i el bon tarannà del comerç de proximitat del nostre carrer. L'ambient festiu es va sentir per tot arreu: amb la música, els pallassos, les arts marcials, els teatres, etc.

L'espai solidari, que vam organitzar a la Mostra, també va ser un dels protagonistes, ja que es repartien una sèrie de tallers pels més petits que pel simbòlic preu d'1 euro podien participar. A més, vam vendre els ja famosos gots solidaris, que també vam repartir pels bars associats del carrer, i que ens van ajudar a vendre'ls. Vam fer el sorteig solidari amb tres grans i tota la recaptació de les activitats aniran destinada a la Fundació Can Pedró.

El nostre agraïment a tots els assistents a la Mostra de Comerç del Carrer Galileu: comerciants, veïns, institucions, artistes, artesans, col·laboradors, etc. Entre tots vam fer d'aquest dia un jornada meravellosa on tant el comerç de proximitat com els veïns ens vam unir per gaudir dels nostres carrers en germanor i alegria.

Sants-Les Corts Eix Comercial

Humor

Si peses 90 quilos a la Terra, peses només 35 kg a Mart...
El que vol dir que no estàs gras, sinó al planeta equivocat

Era un príncep tan lleig que la Ventafocs en comptes d'anar a les dotze se'n va anar a dos quarts de deu.

Avui hi ha reunió de noies dolentes!
Una mala del genoll, una altra dolenta de l'esquena i la vista, una altra dolenta de la pressió.

Un veí li diu a un altre:
-Ho sento, el meu gat ha matat el teu gos!
L'altre respon:
-Impossible! El meu gos és un dòberman.
-Ja, però el meu gat és hidràulic!

https://sites.google.com/site/barberiamaso/n

REDACCIÓ

L'ahir i avui de la Maternitat i Sant Ramon

Situat al Districte de Les Corts, el barri de la Maternitat i Sant Ramon és una porta d'entrada a la ciutat de Barcelona -pel carrer de Collblanc i la Diagonal-, en limitar amb L'Hospitalet.

Imatge: Recinte Maternitat

El nom d'aquest barri, compost, d'una banda fa referència a la parròquia de Sant Ramon Nonat. Es tracta d'una edificació neoromànica, construïda per Enric Sagnier. A pocs metres de distància de la parròquia se situava històricament la Torre Melina, un mas que l'any 1992 va ser enderrocat per donar pas a l'hotel Rey Juan Carlos I. D'aquella edificació destaca el conjunt de jardins on hi ha una pèrgola, bancs de trencadís, un estany amb una illa central on encara es pot veure un templet i el sistema de canalització inicial fet amb peces de ceràmica.

L'altra part del nom del barri ve donada per la Casa de la Maternitat i Expòsits. Originalment es coneixia com a Casa Provincial de Maternitat i Expòsits de Barcelona i estava dedicada a l'assistència dels nens abandonats i a l'atenció de dones.

La construcció es va iniciar a mitjans de l'any 1890 amb la construcció del Pavelló de Lactància. Posteriorment es van crear el Pavelló de Desmamats o Ave Maria, els de malalties infeccioses i els espais per a safareigs i bugaderia. Les construccions es van allargar durant els anys següents i entre el 1920 i el 1942 es va dur a terme el projecte d'atenció a la dona, amb la qual cosa es va fer una ampliació de les instal·lacions amb la construcció del Pavelló Rosa, el Blau i la Policlínica, entre d'altres.

Actualment, el recinte de la Maternitat és un parc urbà i institucions públiques i privades de caire diferent ocupen els antics pavellons.

A la Maternitat i Sant Ramon també cal destacar altres indrets com els jardins de Bacardí, que havia estat una casa senyorial propietat de la família Bacardí i que posteriorment es va convertir en un espai públic.

Avui dia, però, hi ha altres equipaments que fan del barri un autèntic pol d'atracció per a tots els barcelonins i turistes. Les instal·lacions del FC Barcelona, el cementiri històric de Les Corts, el Campus Universitari Sud i el Club de Polo són llocs referents dintre del Districte de Les Corts.

Barri
l'Esquerra de l'Eixample

Barri l'Esquerra de l'Eixample

HACEMOS TODO PARA QUE VENDAS TU CASA

#portucasa

COMPRAR • VENDER • ALQUILAR

Cada agencia es jurídica y financieramente independiente

AICAT: 4991

Century 21 Dux

Telf: +34 93 453 19 54
dux.mallorca@century21.es
century21.es

Disfruta de tu seguridad

Alarmas Spitz, S.A.
desde 1982
MI TRABAJO, TU SEGURIDAD

SPITZ®
D.G.S.E.N°: 2654

Gran Via de les Corts Catalanes, 493
08015 Barcelona
Tel. 93 451 75 00
www.alarmasspitz.com

PROMOCIÓN ESPECIAL hasta el 31 de julio

LA MEJOR SEGURIDAD ALEMANA EN TU HOGAR

OFERTA ESPECIAL

40 años de experiencia

Importe EQUIPO e INSTALACIÓN 560€ + iva

FORMA DE PAGO: 12 mensualidades de 46,66 € + iva
RENOVACIÓN SERVICIOS A PARTIR DEL AÑO SIGUIENTE:
Mantenimiento, tarifa plana GPRS y conexión a CRA.... 29€ mensuales

Alimentació

Carns Alegre.com
tu carnicería de confianza
• Pollo y carne ecológica
• Carne de Nebraska
Reparto a domicilio
Transporte gratuito. A partir de 70 €
C/ Llançà, 43 ☎ 932 260 174
www.carnsalegre.com

BIO SPACE SUPERMERCAT ECOLÒGIC
C/ València, 186 - T. 934531573
COALIMENT PROVENÇA
C/ Provença, 57 T. 93 430 02 20
DELICATESSEN XARCUTERIA HOM
C/ Provença, 79 - T. 93 439 82 35
LLAMINADURES MÚSICA DOLÇA
C/ Viladomat, 297 - T. 615 87 64 00
MERCAT DEL NINOT
C/ Mallorca, 133-157 - T. 933234909
PETIT BIO
C/ Calàbria, 259 - T. 93 419 66 36
POLLERIA I CAÇA MONTSE
C/ Provença, 47 - T. 93 430 05 23
SYLVIA'S BOX
C/ Rosselló, 60 - T. 93 222 54 57
XARCUTERIA ROYSAN
C/ Rosselló, 84-86 - T. 93 430 18 12

Animals i Plantes

CENTRE VETERINARI PROVENÇA
C/ Provença, 59 - T. 93 419 91 53
CLINICA VETERINARIA CALÀBRIA
C/ Calàbria, 232 - T. 93 419 62 81
FLORISTERIA PARIS
C/ París, 50 - T. 93 322 78 03
PINSOXAMPLE
C/ Calàbria, 269 · 2on 1a - T. 680 298 658

Assessories i Assegurances

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

Entitats

CENTRE CÍVIC URGELL
C/ Comte d'Urgell, 145 - T. 93 453 64 80
EIX COMERCIAL NOU EIXAMPLE
C/ Calàbria, 262 1a planta - T. 636 69 05 88
HOSPITAL CLÍNIC
C/ Villarroel, 170 - T. 93 227 54 00

Estètica i Bellesa

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

Essència
· Acupuntura
· Tractaments corporals i facials
· Quiromassatge
C/ València, 3 · local A ☎ 93 226 27 70 · 639 976 191

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

REGYS
Fancy Hair Salon
Peluquería · Estética Unisex
PRESUPUESTOS A MEDIDA
Extensiones de cabello natural

• Trenzado • Desrizados
• Keratina • Corte
• Lavado • Mechas
• Pedicura • Manicura • Uñas de gel
• Tratamientos profundos para el cabello
• Permanente y tinte de pestañas
Provenza, 59 · local 1
☎ 618 41 44 02 - 93 494 26 11
De lunes a sábado 9:30 a 20.30 h.
Domingo cita previa
Regysfancy

Cursos i Formació

ESCOLA BALL "DANCE EMOTION"
C/ Calàbria, 253 - T. 93 405 15 27
ESCOLA JOSO CENTRE CÒMIC
C/ Entença, 163 - T. 93 490 21 20
HELEN DORON ENGLISH
C/ Còrsega, 96 - T. 93 000 16 41
IDIOMES TARRADELLES
Av. Josep Tarradellas, 96 - T. 93 405 39 82
KIDS & US
C/ Aragó, 120 - T. 93 114 69 58

Forns, Pastisseries i Dolços

FORN PROVENÇA
C/ Provença, 69 - T. 93 430 56 99
PASTISSERIA LA PLA
C/ Rocafort, 240 - T. 93 430 30 11
PASTISSERIA RIBES
C/ Provença, 108 - T. 93 430 1011

Immobiliàries

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

Informàtica, Imatge i So

Smartphones
Smartwach
Tablets
Fundas
Venta y reparación
ZHU
www.zhu-tech.com
ASIAN TECHNOLOGY
C/ Rocafort, 139 · local 2 ☎ 932 778 710

ATOOM STUDIO
C/ Rosselló, 231· ppal. 1a - T. 93 180 72 33

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

G.D.SUMINISTROS INFORMATICOS
C/ Rosselló, 38-40 - T. 93 410 03 21
VM FOTO PROFESIONAL
C/ Calàbria, 209 - T. 93 321 57 66

Joieries-Rellotgeries

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

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

Llar i Reformes

ASCENSORES CAYMEL-CIMA
C/ Viladomat, 236 - T. 93 363 44 90
DECOR ESTUDI
C/ Calàbria, 207 - T. 93 410 59 19

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

ENGITECSA ENGINYERIA INDUSTRIAL
C/ Balmes, 123 · 4t 2a - T. 93 411 88 51

Lampisteria Guillem Pascual
Llum · Aigua · Gas
Calefacció · Aire Condicionat
C/ Aribau, 43 ☎ 93 453 35 34
www.electropascual.cat

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

mobles BEAL
MOBILIARI PER LA LLAR
SOFÀS I ARMARIS A MIDA
Carrer del Comte d'Urgell, 77
☎ 935 32 64 55 · www.moblesbeal.cat

Moda i Complements

AUAKA! ROBA NADONS I NENS
C/ Calàbria, 231 - T. 93 000 57 14
FONT PELL CALÇAT
C/ Rocafort, 128 - T. 93 289 27 59
L'ESCARPI CALÇATS
C/ Aragó, 50 - T. 93 423 76 52

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

MODES ASSUN
C/ Rosselló, 64 - T. 93 321 94 48
MODA ÍNTIMA PIEDAD
C/ Calàbria, 195 - T. 93 405 24 24
NITUS MODA
C/ Rocafort, 246 - T. 93 322 82 55

branché
Moda i Complements DONA
C/ Villarroel, 165 ☎ 934 535 005

PELL XAVIER
C/ Provença, 53 - T. 93 410 09 35
SABATERIA S'CARPA
C/ París, 50 - T. 93 322 58 55
TOT PORTER ROBA I CALÇAT ESPORTIU
C/ Calàbria, 252 - T. 93 430 88 09
TRADE MODA HOME
C/ Calàbria, 228 - T. 93 439 26 92

Motor

MOTOS A SAC!!!
C/ Rosselló, 60 - T. 93 321 30 87
TALLERS TRAVESSERA 80
C/ Provença, 110 - T. 93 439 23 67
TALLERS VIU-CAR
C/ Provença, 102 - T. 93 321 72 42

TALLERS ENTENÇA D.F.J.

✓ Pintamos desde 70€ la pieza
✓ 30% dto. en la franquicia del coche
✓ Pintura, limpieza de coches y motos
Entença, 108 L5 Entença 930189197
689 921 675 674 929 592

TEAM'S MOTOR
C/ París, 70-78 - T. 93 410 38 38

Oci

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

Papers i Llibres

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

Petits

JUST FOR YOU KIDS TALLERS, ANIVERSARIS
C/ Casanova, 173 - T. 93 681 35 79
SALA AL TEU AIRE, ANIVERSARIS
C/ Mallorca, 105 - T. 654 47 74 74

Restaurants i Bars

FRANKFURT ROSELLÓN
C/ Rosselló, 36 - T. 93 410 06 16
HOM MENJAR PER EMPORTAR
C/ Provença, 79 - T. 93 439 82 35
LA TECA MENJAR PER EMPORTAR
C/ Calàbria, 249 - T. 93 322 42 28
RESTAURANT BASSY
C/ Calàbria, 230 - T. 93 430 01 67
RESTAURANTE BUJ
C/ Provença, 73 - T. 93 410 13 14
RESTAURANTE PASCUAL
C/ Calàbria, 254 - T. 93 439 90 75

Restaurants i Bars

Gaby's HOT DOGS
- Hot dogs
- Hamburgueses
- Entrepans

Obert de dilluns a divendres de 7 a 17 h.

Av. Josep Tarradellas 20-30 ☎ 93 193 04 74

SENYOR VERMUT
C/ Provença, 85 - T. 93 532 88 65
TAVERNA & VALDIVIA
C/ Còrsega, 81 - T. 93 539 43 50

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

TASTEM TAPES & RESTAURANT
C/ Provença, 88 - T. 93 681 51 79

Salut

AURAL CENTRES AUDITIUS PROFESSIONALS
C/ Aribau, 169 - T. 93 362 40 99
CENTRO DE TERÀPIA, ACUPUNTURA
C/ Provença, 112 - T. 93 419 12 64
ERGONOMIKA
C/ París, 43 - T. 93 419 50 66

Institut de Salut Holística
Fem-nos responsables del vostre propi benestar
- Massatges especialitzats, cursos i tallers
- Psicologia, Coaching i Creixement Personal
- Reiki i reconnexió • Ioga i QiGong
- Dansa del ventre

C/ Rosselló, 102 ·ent. 1a ☎ 934 635 572
www.institutsalutholistica.com

FARMÀCIA DONADA
C/ Calàbria, 242-244 - T. 93 430 08 24

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

FARMÀCIA LLAMBÍ
C/ Provença, 71 - T. 93 430 04 11
FARMÀCIA NÚRIA FRANQUESA
C/ París, 45 - T. 93 430 90 96
FARMÀCIA PRECIADO
C/ Provença, 39 - T. 93 430 12 28
FARMÀCIA SICILIA
C/ Diputació, 12 - T. 93 424 31 58
GARCIA ZARCO DENTAL
C/ Casanova, 105 - T. 93 451 10 26
ÒPTICA CAMPO
C/ Provença, 75 - T. 93 430 08 34
PURAVIDA CENTRO QUIROPRÁCTICO
C/ Muntaner, 87-89 · local 2 - T. 93 496 08 93

Serveis

GRUP RIOS
Aigua - Gas - Electricitat - Fontaneria
Reformes en general
C/Valencia 21 — Telf: 93 768 77 63 — Mòbil: 678 804 881 — info@riosvalencia.com
C/Llançà 49 baixos — Telf: 93 226 41 64 — Mòbil: 678 804 881 — info@riosroma2000.com

COPY Show
www.copyshow.es
IMPRESIÓN VINILO/ LONAS
DESDE 15€
IMPRESIÓN DIGITAL A4 COLOR
DESDE 0,12€
C/ Rocafort 152 - 08015 BCN
T. 93 229 24 27
www.copyshow.es

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

moon MISSATGERS
Missatgeria i transport urgent, local, nacional i internacional
www.moonmissatgers.cat ☎ 93 411 82 28

Totservis
- Servicios de Asistencia a domicilio personas mayores, niños, etc.
- Servicios de limpieza
- Hogares, despachos, oficinas • Etc...

682 763 059 ☎ 655 118 488
E-mail: totservis@hotmail.com
Solicite Presupuesto Sin Compromiso

NACEX
C/ ROSSELLÓ, 180
08008 Barcelona
Tel. 93 323 88 88
www.nacex.es

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

REDACCIÓ

L'Esquerra de l'Eixample vist pas a pas

Imatge: Plaça dels Països Catalans

El Districte de l'Eixample, tot i ser una zona molta cèntrica de la ciutat de Barcelona, ofereix diverses rutes, fins un total de cinc diferents, per conèixer els llocs més emblemàtics a través d'itineraris assequibles per fer a peu i sense grans desplaçaments.

A l'Esquerra de l'Eixample se n'ha creat un de 4,1 kms, que recorre diferents indrets del barri. La ruta té el seu lloc de partida al Parc de Joan Miró o Parc de l'Escorxador, per ser el lloc on antigament es matava el bestiar. No obstant això, actualment aquest espai destaca per l'escultura Dona i Ocell, de Joan Miró, una obra de 22 metres d'alçada; a més de ser un parc amb molta biodiversitat i oferir zones de lleure.

L'itinerari continua pel carrer Tarragona fins arribar a la Plaça dels Països Catalans, tot just davant de l'estació de Sants, un lloc molt transitat per barcelonins i visitants. A partir d'aquí, la ruta proposa passar per l'Avinguda Roma i el carrer Rocafort fins als Jardins d'Interior d'Illa de Montserrat, un bon lloc on fer una petita aturada. Si es va amb infants encara és millor opció, perquè hi ha diverses àrees de joc infantil.

A través dels carrers Còrsega, Viladomat, París i Comte d'Urgell es pot veure i viure l'Eixample en la seva plenitud. L'Escola Industrial, creada com a tal l'any 1904 per la Mancomunitat i que avui dia es coneix com l'Escola Universitària d'Enginyeria Tècnica Industrial de Barcelona (de la UPC), és un altre dels llocs d'interès per on passa aquest recorregut.

A partir d'aquí, la proposta és continuar per Viladomat i Diputació fins acabar, novament, al Parc de Joan Miró.

Resum de l'itinerari: Parc Joan Miró, c. Tarragona, pl. Països Catalans, av. Roma, c. Rocafort, jardins de Montserrat, c. Còrsega, c. Viladomat, c. París, c. Comte d'Urgell, c. Consell de Cent, c. Viladomat, c. Diputació i parc Joan Miró.

Pintures i Drogueria Navarra
El teu color al moment
TITANLUX

Aprofita el bon temps per renovar els colors de casa teva
C/ Aragó, 21, botiga 4 ☎ 935 30 77 75 (C/Entrada per Llançà)

Cinema

Cinema al parc de Joan Miró

El mes de juliol podrem gaudir de cinema al parc de Joan Miró. Dimecres 6 de juliol, projectaran 'Wall-e': és l'any 2700 i Wall-e és un robot que va ser programat per netejar. La terra està coberta de brutícia a causa del consumisme desmesurat... Dimecres 13 de juliol, serà el torn de *'¿Dónde está la casa de mi amigo?':* a l'escola de Koker, al nord d'Iran, Mohamed no ha fet els deures i el professor l'amenaça amb l'expulsió si repeteix la falta. I per finalitzar *'Matar a un ruiseñor':* a l'època de la Gran Depressió, en una població surenya, Atticus Finch (Gregory Peck) és un advocat que defensa a un home negre acusat d'haver violat a una dona blanca. Serà a les 22h. A l'arbreda parc Joan Miró. Entrada lliure.

Música

Enma Fernández Quintet

Enma Fernández és pianista, cantant i directora de Barcelona amb una trajectòria molt intensa als escenaris on, precisament, demostra que és pur espectacle i mai no deixa indiferent a ningú. Serà divendres 1 de juliol, a les 21h. Al pati de la Casa Golferichs (Gran Via de les Corts Catalanes, 491).

Blackcelona presenta a Leila

La Soul Sister del col·lectiu musical Blackcelona, Leila, presentarà en directe el seu nou àlbum "Black Roses" i ens aproparà a un repertori on el groove es el fil conductor d'un so ple de soul. Serà divendres 8 de juliol, a les 21 h. Al pati de la Casa Golferichs (Gran Via de les Corts Catalanes, 491).

The Beatboys

Vine a veure la posada en escena i la potència dels 'The Beatboys' i reviu l'energia que desprenien 'The Beatles' a la seva primera època. El grup va ser seleccionat per a la International Beatleweek de Liverpool, ciutat on es van reunir les millors bandes de tribut internacionals. No deixis que t'ho expliquin i viu l'experiència. Serà divendres 15 de juliol, a les 21h. Al pati de la Casa Golferichs (Gran Via de les Corts Catalanes, 491).

Exposicions

Adoración | While Turner

Fins el 25 de juliol, es podrà veure 'Adoración I While Turner'. La mostra presenta dos treballs que exploren què és la poesia per a l'autor. "Adoración" és l'expressió del gust per allò que és mínim, és recrear-se en les delicades línies del cos. "While Turner" és un joc de color, un viatge: l'emoció pel paisatge. Amb aquests projectes, Aleix Meriel ens apropa a la seva visió de l'emotivitat del medi fotogràfic. A La Casa Elizalde (València, 302). Activitat gratuïta.

Una fotografia és un secret sobre un secret

L'exposició recull part de les experiències, fotografies i processos que van viure els alumnes del curs realitzat al Centre Cultural La Casa Elizalde. El taller es va plantejar per donar eines per poder construir relats visuals propis contextualitzats en diferents formalitzacions. Van viure la narrativa com a part d'un procés íntim, de creació individual i col·lectiva entenent que moltes vegades, com deia Diane Arbus, "una fotografia és un secret sobre un secret, com més t'explica menys en saps". L'exposició romandrà oberta fins el 15 de juliol. A La Casa Elizalde (València, 302). Activitat gratuïta.

Teatre

Trajectes llargs per a embarcacions petites

Enric Ases ens mostra un mosaic de micro-històries en clau tragicòmica sobre l'èpica del ridícul. Set relats fets a partir de records imprecisos a mig camí entre la poesia i l'humor negre, un elegant mostrari de situacions absurdes i/o patètiques extretes de la vida quotidiana que de ben segur ens faran riure molt. Serà dimecres 6 de juliol, a les 22h. A La Casa Elizalde (València, 302).

Estima'm que tinc pressa

Una peça que parla de l'amor i el desamor, de les crisis de parella, de les relacions en el temps, de la influència de les noves tecnologies, però sobretot parla del desig...del gran misteri que envolta el desig. A través d'un llenguatge fresc, corporal i dinàmic, l'obra proposa una manera diferent d'abordar els reptes d'estar en parella. Una història on tenen cabuda la tendresa, l'humor i també la picardia i el patetisme. Serà dimecres 13 de juliol, a les 22h. A La Casa Elizalde (València, 302).

Barri
Dreta de l'Eixample

Foto: Imma Mambrillas

ILURO

ALUMINIS

La millor garantía al seu servei

Més de 25 anys d'experiència · Som fabricants

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

C/ Rosselló, 321 · 08037 Barcelona · **93 681 56 10** · barcelona@aluminiosiluro.com · **www.aluminiosiluro.com**

Barri
Dreta de l'Eixample

CENTRO DE OFTALMOLOGÍA BONAFONTE

35 Aniversario

www.centrodeoftalmologiabonafonte.com

Cirugía y tratamiento para enfermedades de los ojos

Pje. Méndez Vigo, 6
08009 Barcelona
934 870 015
info@cobonafonte.com

Complir un desig quan més es necessita

Un estudi realitzat per la Universitat Complutense de Madrid, *Pequeño Deseo: estudio sobre la eficacia de la intervención*, assegura que *"cumplir deseos a niños con enfermedades graves genera importantes beneficios sobre su bienestar, extendiéndose estos efectos favorables también sobre sus padres. [...] Estos cambios no sólo se presentan de manera inmediata y transitoria, sino que se prolongan incluso varios meses después"*.

Imatge: Fundació Pequeño Deseo

Precisament aquesta és la tasca de la Fundació Pequeño Deseo, que treballa arreu d'Espanya per fer realitat els desitjos d'infants d'entre 4 i 18 anys que pateixen malalties greus i/o cròniques. A la dreta de l'Eixample es troba la delegació que s'encarrega dels menors de Catalunya i Saragossa. "Nosaltres sempre treballem conjuntament amb l'equip mèdic, que és el que es posa en contacte amb els pares i decideix els nens que ens deriven", explica Alejandra Bonet, coordinadora de la delegació de Barcelona.

Un cop la fundació té constància dels nens als qui ha d'ajudar, es posa en marxa. La responsable de projectes, Imma Cladellas, explica que "nosaltres parlem amb el nen i li fem una entrevista. Els diem que l'hospital ens ha fet l'encàrrec de saber coses sobre els nens que com ell, pateixen una malaltia i estan seguint un tractament a l'hospital. Volem saber què fa, què li hi agrada, quines són les seves aficions, etc. A partir d'aquí fem un seguiment fins descobrir el seu desig".

L'estudi, i elles també ho corroboren, confirma que *"los deseos relacionados con 'conocer' o 'visitar' tienen efectos más beneficiosos en los niños y sus padres, en comparación con los deseos relacionados con 'tener'"*. Per això des de la fundació sempre intenten que sigui una experiència, ja que això perdura més en el temps i el record els ajuda a superar moments difícils de la seva malaltia.

Tocar la neu, ser una princesa, nedar entre dofins o taurons, llençar-se en paracaigudes o volar en globus són només alguns dels molts desitjos que Pequeño Deseo ha realitzat en aquests anys. Des de la fundació destaquen la col·laboració i bona predisposició d'institucions com els bombers o la policia o dels famosos que, sempre que poden, no dubten a donar un cop de mà.

Per tal d'aconseguir recursos, l'entitat organitza diverses accions, a banda de les donacions, entre les que destaca el Mercat Solidari que es realitza un cop l'any amb la col·laboració de marques conegudes que aporten part o la totalitat de les seves vendes. La Fundació Pequeño Deseo, any rere any, fa tot el possible per realitzar els desitjos d'aquells infants que més ho necessiten.

Més informació: www.fpdeseo.org/ca

La Pera
Boutique multimarca de dona amb la moda més actual

Ajuntament, 6
Barcelona 08030
Tel. 93 345 34 39

Girona, 71
Barcelona 08009
Tel. 93 487 01 02

Galileo, 294-296
Barcelona 08028
Tel. 93 490 35 59

Sta. Fe de Nou Mexic, 1-3
Barcelona 08017
Tel. 93 414 07 05

Rbla. Ribatallada, 22B
St. Cugat del Valles 08190
Tel. 93 589 10 49

Pg. de Manresa, 14
Sabadell 08202
Tel. 93 725 31 02

AudioFactory
Centres Auditius

Sentir-hi bé costa molt poc

AUDIÒFONS A **PREUS DE FÀBRICA**

DEMANA CITA
900 100 490
Trucada gratuïta

¡Informa-te'n!
FINANÇAMENT A LA TEVA MIDA

BARCELONA
Avda. Diagonal, 400 · 08037 Bcn
T. 93 457 60 43
C/ Comte d'Urgell, 14 · 08011 Bcn
T. 93 325 48 69

www.audio-factory.es

Alimentació

CHEZ VOUS BCN
C/ Girona, 98 - T. 669 755 348
COCKTAIL SHOP
C/ Roger de LLúria, 46 - T. 93 165 16 53
COLMADO MURRIA
C/ Roger de Lluria, 85 - T. 93 215 57 89
EL REBOST CATALA
C/ Girona, 90 · 2ª 3ª - T. 658 03 94 67
FARINA PASTA FRESCA
Mercat Concepció, Parades 69 - T. 93 4 17 96 56
FERRAN XARCUTERIA SELECTA
C/ Pau Claris, 108 - T. 93 318 75 33
KEISY
C/ Consell de Cent, 438 - T. 93 2654624
LA VINÍCOLA
C/ Girona, 123 - T. 93 532 33 31
MANTEQUERIA RAVELL
C/ Aragó, 313 - T. 93 4575114
MERCADONA
C/ Consell de cent, 366 - T. 93 272 55 86
PILI LA PASTA
C/ Girona, 85 - T. 93 467 20 73
POLL-BO
C/ València, 319 - T. 93 458 59 52
POLLERIA MERCÈ
Mercat Concepció, Parades 69-74 - T. 93 458 85 05
TALLER DE PASTA
C/ Bruc, 85 - T. 93 4765149
TAPS VINOTECA
C/ Girona, 103 - T. 93 105 09 23
TOKYO-YA
C/ Girona, 119 - T. 93 532 19 38
TORRÚS XARCUTERIA I QUEVIURES
C/ Consell de cent, 378 - T. 93 106 29 54
VEROL
C/ Mallorca, 290 - T. 93 117 29 33
XIC - QUEVIURES + CELLER
C/ Casp, 57 · Bis - T. 93 247 07 52

Animals i Plantes

FLORS LLOVERAS
C/ Pau Claris, 190 - T. 93 215 50 00
NAVARRO FLORS
C/ València, 320 - T. 93 457 40 99

Assessories i Assegurances

BARROSO LÓPEZ ADVOCATS
C/ Roger de Llúria, 102 - T. 93 419 47 23
CANTO I FILLS
C/ Roger de Llúria, 116 - T. 93 215 51 61
COBERTIS
C/ Roger de Llúria, 44 · 5é - T. 93 488 34 87

GAG - GABINET D'ASSESORAMENT I GESTIÓ
C/ Consell de Cent, 352 - T. 93 215 70 72

Entitats

ASSOCIACIÓ PROINFANTS
Pg. de Sant Joan, 97 · Jr 1a - T. 93 323 44 09
BASÍLICA DE LA PURÍSSIMA CONCEPCIÓ
C/ Aragó, 299 - T. 93 457 65 52
CASA DE MURCIA EN BARCELONA
C/ Bailén, 102 - T. 93 324 86 94
CENTRE CULTURAL LA CASA ELIZALDE
C/ València, 302 - T. 93 488 05 90

Estètica i Bellesa

CREARTE PERSONAL IMAGE
C/ Girona, 134 - T. 93 457 32 67
LA SAURA
C/ Bailén, 112 - T. 93 429 42 33
PERRUQUERIA LINA
C/ Roger de Lluria, 64 - T. 93 4878709

Esports

ACCURA BRUC
C/ Bruc, 122 - T. 93 208 22 00
ALTAFIT DIAGONAL
C/ Mallorca, 318 - T. 93 140 78 82
BARRABES ESQUI & MONTANA
C/ Roger de Llúria, 77 - T. 93 611 11 11
ESPAI BICI
C/ Bruc, 63 - T. 93 532 31 43
ESPORTS IGLU
C/ Mallorca, 316 - T. 93 457 97 14
NAF NEW AGE FITNESS
C/ Bruc, 77 - T. 637 63 71 22
VICTOR ESPORTS
C/ Aragó, 375 - T. 93 2073447

Cursos i Formació

ASS. ESPIRITUAL BRAHMA KUMARIS
C/ Diputació, 329 - T. 93 487 76 67
CENTRE D'ESTUDIS PRAT
C/ Roger de Llúria, 97 - T. 93 215 58 52
CENTRE LOPEZ VICUÑA
C/ Consell de Cent, 397 - T. 93 487 65 94
COL·LEGI ESCOLÀPIES LLÚRIA
C/ Aragó, 302 - T. 93 488 21 66
COL·LEGI LA MERCED
C/ Provença, 283 - T. 93 215 49 53
COL·LEGI LESTONNAC
C/ Pau Claris, 131 - T. 93 215 99 00

COL·LEGI SAGRAT COR-DIPUTACIÓ
C/ Diputació, 326 - T. 93 265 63 61
EL TIMBALET - LLAR D'INFANTS
C/ Bailen, 108 - T. 93 458 00 30
ESCOLA MEMORY
C/ València, 293 · baixos - T. 93 207 52 40
ESCOLA PIA NOSTRA SENYORA
C/ Diputació, 277 - T. 93 488 11 66
ESCOLA SANTA ANNA
C/ Bailèn, 53-59 - T. 93 265 42 37
ESL IDIOMES A L'ESTRANGER
Pg. de Gracia, 86 · 2ª Planta - T. 93 343 78 44
KIDS & US EIXAMPLE DRET
C/ Diputació, 351 - T. 93 611 38 55
OXFORD HOUSE
C/ Diputació, 279 - T. 93 174 00 62

Forns, Pastisseries i Dolços

L'ART DEL PA
C/ Girona, 110 - T. 646 871 788
FORN DE PA ARTESÀ COSIALLS
C/ Girona, 118 - T. 93 457 60 49
FORN SARRET
C/ Girona, 73 - T. 93 487 43 90

Hotels

BARCELONA FOR RENT APARTAMENTS
C/ Bailén, 120 - T. 93 458 63 40
COTTON HOUSE HOTEL
G. Via Corts Catalanes, 670 - T. 93 450 50 45
GRAN HOTEL HAVANA
Gran Via, 647 - T. 93 412 11 15
HOTEL EUROPARK
C/ Aragó, 323 - T. 93 457 92 05
HOTEL OMM
C/ Rosselló, 265 - T. 93 445 40 00

Immobiliàries

CENTURY21 - WELHOME
C/ Girona, 97, local 3 - T. 93 458 15 15
EUROFINQUES
C/ Roger de Llúria, 116 - T. 93 476 49 69
FINQUES RODÉS
Gran Via, 653 - T. 93 318 37 37
ORFINCA
C/ Bailén, 79 - T. 93 265 15 56

Informàtica, Imatge i So

LA BOUTIQUE DEL MÓVIL VALENCIA
C/ Girona, 110 - T. 93 487 52 08
LOWEB
C/ Roger de Llúria, 134 - T. 93 458 90 54
INFORMÀTICA PARERA
C/ Consell de Cent, 352 - T. 93 487 96 40
ITES MEDIA - PROD. AUDIOVISUAL I MULTIMÈDIA
C/ Bailén, 34 - T. 93 232 89 93
PROFITABLE WEB PROJECTS
Pg. de Sant Joan, 25 - 3º 1ª - T. 93 802 12 78

Joieries i Rellotgeries

BERTOCCHI JOIERIA RELLOTGERIA
C/ Bruc, 84 - T. 93 4874937
CAPDEVILA JOIERS
C/ Consell de Cent, 320 - T. 93 2160432
XANDRA BIJOUX
C/ Bruc, 47- T. 647 29 74 94

Llar i Reformes

ALAIRE BARCELONA
C/ Aragó, 315 - T. 93 461 68 42

ANTIGA CASA REUS
C/ Bruc, 85 - T. 93 4576718
BARCELONING
C/ Mallorca, 332 · Local 3 - T. 93 4574252
BIOSCA & BOTEY
C/ Girona, 148 - T. 93 238 73 73
JNF MY STORE
C/ Bruc, 77 - T. 93 250 40 47
LA MALLORQUINA OUTLET
G. Via Corts Catalanes, 669 bis - T. 932 657 407

MARC 3
C/ Diputació, 315 - T. 93 318 19 53
OYAMBRE
C/ Roger de Llúria, 94 - T. 93 215 43 48
PALAU DEL DESCANS
C/ Bruc, 68 - T. 93 487 37 51
SIT DOWN
C/ Diagonal, 335 - T. 93 2077532
SOUVENIRS MUÑOZ
C/ Provença, 271 - T. 93 488 27 01

Moda i Complements

BOUTIQUE TETUAN
Plaça Tetuan, 30 - T. 93 232 42 55
COTILLERIA MERCÉ
C/ Girona, 76 - T. 93 265 25 47
DONES
C/ Girona, 73 - T. 93 487 40 25
JUST LEATHER - BRERA
C/ Aragó, 343, 1º 2ª - T. 93 458 02 52
LA COQUETERIA BOUTIQUE ATELIER
C/ Girona, 60 · Local 2 - T. 93 245 49 01
L'ARC
C/ Roger de Lluria, 49 · Bis - T. 93 488 11 80
LA PERA
C/ Girona, 71 - T. 93 487 01 02
PILAR IBAÑEZ PELETEROS
C/ Bruc, 116 - T. 93 2074093
UPCYCLING BARCELONA
C/ Diputació, 356 - T. 93 532 58 88

Motor

MOTO ARANDA
C/ Pau Claris, 155 - T. 93 215 97 49
MOTO FUSION
C/ Aragó, 356 - T. 93 265 00 61
MOTOS BLITZ
C/ Roger de Lluria, 88 - T. 93 458 55 00

Oci

ATUCOM
C/ Roger de Llúria, 27 - T. 93 301 00 89
AUDENIS
C/ València, 316 - T. 93 207 27 58

ATUCOM Barcelona
• Venta y alquiler de vestuario Halloween • Carnaval
• Ferias Mediavales • Fiestas
• Teatro • Publicidad...
www.atucombarcelona.com
93 301 00 89

CAL·LIGRAMA BCN
Plaça Tetuan, 30, 1º 1ª - T. 617 152 492
EL JARDÍ DE L'HAVANA
C/ Pau Claris, 145 - T. 93 215 38 71
ETNIX VIATGES
C/ Mallorca, 330 - T. 93 180 38 85
FILATELIA L. MONGE
C/ Diputació, 321 -T. 93 302 09 78
GALERIA D'ART MAR-GRUP ESCOLÀ
C/ Pau Claris, 120 - T. 93 488 18 68
VIATGES - YOONUDIAM
C/ València, 349, 4º 2ª - T. 93 458 42 87

Papers i Llibres

BUREAU - VALLÉE
C/ Pau Claris, 145 - T. 93 496 13 42
CASA DEL LLIBRE
Passeig de Gràcia, 62 93 2723480
LLIBRERÍA DOCUMENTA
C/ Pau Claris, 144 - T. 93 317 25 27
PAPERERIA CANUT
C/ Girona, 73 - T. 93 487 8413
PAPERERIES PARAULES
C/ Consell de Cent, 362 - T. 93 487 77 00

Petits

LITTLE SHOES
C/ Bruc, 126 - T. 93 487 06 15

Restaurants i Bars

A GIANNI RESTAURANT
C/ Valencia, 350 - T. 93 459 17 23
BARE NOSTRUM
C/ Consell de Cent, 384 - T. 691 25 72 11
BAR JOFAMA
C/ Girona, 135 - T. 93 458 00 37
BEMBI
C/ Consell de Cent, 377 - T. 93 502 49 52
BRACAFÉ
C/ Girona, 105 - T. 93 4593624
CAFÈ I MÉS
C/ Aragó, 334 - T. 93 007 19 98
CAFES CARACAS
C/ Girona, 117 - T. 93 457 57 25
CASA AMALIA
Passatge del Mercat, 4 - T. 93 458 94 58
CDEC
C/ Consell de Cent, 381 - T. 93 467 58 00
CIENTOOCHO CAFE BAR
C/ Girona, 108 - T. 93 250 73 03
COR CALIU
C/ Roger de Lluria, 102 - T. 93 208 20 29
EL CLÀSSIC BARCELONA
C/ Bruc, 71 - T. 93 118 08 52
LA MUSCLERIA
C/ Mallorca, 290 - T. 93 458 98 44
LES CARBONERES
C/ Girona, 118 - T. 93 269 49 37
LORIA
C/ Roger de Llúria, 35 - T. 93 412 33 72

ORXATERIA TORRONERIA
«PARLAMENT, 56»
Úniques botigues a:
Balmes, 130
93 215 19 13
Parlament, 56
93 441 27 20
Barcelona

MALPASO RESTAURANTE
C/ Girona, 59 - T. 93 461 30 60
PERBACCO
C/ Diagonal, 339 - T. 93 476 28 38
PIRINEU EN BOCA
C/ Girona, 17 - T. 93 129 69 87
RESTAURANT RENÉ
C/ Consell de Cent, 362 - T. 93 488 07 61
SNOOKER BARCELONA
C/ Roger de Llúria, 42 - T. 93 317 97 60
WOK & BOI
C/ Diputació, 294 - T. 93 3027675
ZAFRA
C/ Girona, 84 - T. 93 265 88 39
ZERUKO
C/ Gran Via, 654 - T. 93 500 55 95

Salut

ADESLAS
C/ Aragó, 322, 1º 3ª - T. 609 42 21 46

Sanitas
CONDICIONES EXCLUSIVAS PARA AUTÓNOMO PROFESIONALES
desde 42€
MISMA PRIMA PARA TI Y TUS FAMILIARES
Rda. General Mitre, 168 934 10 77 26
nbalboa.pex@sanitas.es

AUDIO FACTORY
C/ Diagonal, 400 - T. 93 457 60 43
FARMÀCIA CARLES RIBA
C/ Bruc, 114 - T. 93 457 64 30
ATLAS QUIROPRÀCTIC
C/ Casp, 51 - T. 93 304 64 10
ESCOLA CONCIENCIA
C/ Consell de Cent, 314, 6é 1ª - T. 650 94 24 87
CEDIPTE - PSICOLOGIA
Plaça Tetuan, 26 · 2º 2ª - T. 93 232 51 96
CENTRE DE FISIOTERAPIA MANFRED
C/ Girona, 86 - T. 93 231 83 84
CENTRO DE OFTALMOLOGIA
Ptge. de Méndez Vigo, 6 - T. 93 487 00 15

centre alfamar
Teràpies alternatives i complementàries
Formació • Lloguer de sales
Roger de Llúria, 46 • 1º 2ª
933 188 453 • www.centrealfamar.com

CENTRO QUIROPRÁCTICO INNATO
C/ Girona, 61 bajos - t. 93 459 13 46
CLÍNICA DENTAL ADE
C/ Provença, 295 - T. 93 476 06 30
CLÍNICA DENTAL IMOI
C/ Pau Claris, 136 - T. 93 272 48 30
CLÍNICA DENTAL ORTHOESTETIC
C/ Diagonal, 341, local 1 - T. 93 512 47 49
CLÍNICA DENTAL PUYUELO
Ptge. de Permanyer, 15 - T. 93 487 69 60
CLUB D'AVIS LES SALESES
C/ Consell de Cent, 403 - T. 93 265 04 92

CLUB ICH BIN
C/ Girona, 46 · principal - T. 93 768 96 50
www.clubichbin.com

ÒPTICA FLORIT
C/ Diputació, 262 - T. 93 302 02 96
INTEGRAL, CENTRE MEDIC I DE SALUT
C/ Diputació, 321 · 1º1ª - T. 93 4677420
INSTITUT CATALA DENTAL
Passeig de Sant Joan, 50 - T. 93 231 12 16
KROMA ÒPTICS
C/ Girona, 103 - T. 93 528 58 01
L'ÒPTICA
C/ Diputació, 282 - T. 93 317 97 80
LLOBET OPTICS
C/ Consell de Cent, 352 - T. 93 488 17 28
FARMACIA JOAN SÁNCHEZ
C/ Girona, 72 - T. 93 265 23 69
FARMÀCIA L'EIXAMPLE
C/ Roger de Llúria, 37 - T. 93 318 36 26
FARMÀCIA MISERACHS
C/ Roger de Lluria, 51 - T. 93 488 05 34
FARMÀCIA PUIGORIOL
C/ Mallorca, 312 - T. 93 457 69 44
INSTITUTO AUDITIVO SALESA
C/ Pau Claris, 98 - T. 93 317 35 70
MANOTERAPIA CHINA, C. SALUD INTEGRAL
C/ Pau Clarís, 118 · 1º2ª - T. 93 467 55 12
MUTUA DE PREVISIÓ ADVOCATS DE C.
C/ Roger de Lluria, 108 - T. 93 207 77 75
PRONOKAL GROUP
C/ Roger de Llúria, 58 - T. 93 183 33 00
QUIROPRACTIC BARCELONA
Rambla Catunya 11 - T. 640 07 21 04
SERVASSIS
C/ Girona, 100 - T. 93 519 70 00
TEIA GABINET D'ORIENTACIÓ
C/ Diagonal, 340 · Ent. 2ª - T. 93 459 41 23

UNDER PRESSURE MASSAGE
C/ Roger de Llúria, 110 · Ent. 7 - T. 675 40 79 33

Serveis

ATREZZO
C/ Girona, 83 - T. 93 4876164

Impacto impremta • copisteria
C/ Roger de Llúria, 123
Xamfrà Provença
Tel=Fax 93 215 53 29
www.copimpacto.com

DIGICOPY
C/ Girona ,119 - T. 93 4588341
NACEX
C/ Girona, 85 · baixos - T. 93 301 11 00
MRW
C/ Còrsega, 372 · baixos - T. 934578866

NACEX
C/ GIRONA, 85
08009 Barcelona
Tel. 93 301 11 00
www.nacex.es

NEW PRINT
C/ Diputació, 321 - T. 93 4872755
PUNT DE TREBALL
C/ Roselló, 254 · 2º 1ª - T. 931596710
SABA APARCAMENTS
C/ Diputació / Pg. de gràcia - T. 93 557 55 00

PARKING EZEQUIEL
TARIFAS ESPECIALES
DE PARKING Y PUPILAJE
12 horas - 15€
ABIERTO 24 HORAS
Todos los días del año
C/ Minerva, 6 (Jto. a Diagonal)
932 179 739 670 241 482
e-mail: grayco@hotmail.es

SEGURIDAD ELITE
C/ Aragò, 343 - T. 93 458 48 00
SUPPORT BUSINESS CENTER
C/ Consell de Cent, 375 · 2ª 1ª - T. 93 528 53 85

KROMA ÒPTICS
Aprofiti la nostra promoció
"PROMO DE 2ª PARELLA"
en lents progressius ZEISS
C/ Girona, 103 (entre Aragó i València) 93 528 58 01
No tanquem a migdia · www.kromaoptics.com

Barri de *Sagrada Família*

EIX COMERCIAL SAGRADA FAMILIA

Barri
La Sagrada Família

Nova campanya sobre l'impost de societats

La campanya sobre l'impost de societats –que s'inicia l'1 de juliol de 2016 i finalitza, enguany, el 25 del mateix mes– cobra especial importància perquè són moltes i significatives les novetats que s'incorporen amb la nova llei 27/2014 de l'impost de societats:

- Equiparació del tipus gravamen general al tipus que se li aplica a les Pimes, sent aquest del 25% (anteriorment, el 30%), amb el que s'aconsegueix una rebaixa del 5% per a les grans empreses i Pimes, quan superen els 300.000 euros de benefici.
- S'actualitza el principi de meritació d'acord amb els criteris comptables.
- S'estableix que no serà deduïble qualsevol tipus de deterioració, amb l'excepció de les existències i dels crèdits i partides a cobrar.
- Limitació de les despeses financeres associades a l'adquisició de participacions en entitats quan, posteriorment, l'entitat adquirida s'incorpora al grup de consolidació fiscal al que pertany l'adquirent o és objecte d'una operació de reestructuració.
- Tractament de les bases imposables negatives, eliminant els límits temporals, però amb limitacions quantitatives de les mateixes.
- Substitució de les deduccions de reinversió de beneficis per la nova figura de la reserva de capitalització.
- A les Pimes es crea la reserva d'anivellació associada als resultats negatius futurs.
- Limitació de la llibertat d'amortització per a elements que no excedeixin de 300 euros el seu valor unitari i que el conjunt d'immobilitzats no superi els 25.000 euros.
- Limitació de les despeses deduïbles per representació a l'1% de la xifra de negoci.
- En referència a les operacions vinculades es presenten novetats significatives: el nou perímetre de vinculació en relació al soci-societat s'estableix en el 25% i es
simplifica en la documentació per justificar-les.
- Simplificació de les taules d'amortització, establint una única taula d'amortització per a tots els elements d'immobilitzat, sense diferenciar sectors ni activitats, com abans.
- S'inclouen com a contribuents del IS civils amb objecte mercantil (per a exercicis que s'iniciïn a partir de l'1 de gener de 2016).
- Es suprimeix la correcció monetària, mecanisme corrector de la inflació, fins ara aplicable sobre el valor d'adquisició en la transmissió d'immobles.

Aquestes són algunes de les moltes modificacions que s'han plasmat en la nova reforma del tribut i que cal considerar amb prudència ja que moltes d'elles estan subjectes a una aplicació gradual durant els exercicis 2015 i 2016 on sí seran obligatòries.

Seria convenient revisar els impostos de societats d'exercicis anteriors per detectar ajustos als nous tipus de gravamen, deduccions pendents d'aplicar, bases imposables negatives, pagaments fraccionats correctes, comptes anuals, memòries, reformular criteris aplicats i documentació d'operacions vinculades actualitzades.

Mercedes Pérez
Directora Jurídica Menfis Grup

José Javier Martín Del Río
Economista

MG
MENFIS GRUP
Des de 1960

ASSESSORAMENT INTEGRAL
Empreses:
• Fiscal • Laboral • Comptable

GABINET JURÍDIC
• Acceptacions herències
• Divorcis
• Compravendes, lloguers i traspassos.
• Assistència a judicis

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

gastronòmic i d'oci Sagrada Família

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

LA CÚPULA
RESTAURANT
MENÚ DIARI 12€
divendres nit i dissabte menú 25€
Tancat diumenge i dilluns nit
c/Sicília 255
T 932 062 061
www.lacupularestaurant.com
@lacupula_ restaurantlacupula

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

CHILAM BALAM
Cocina Mexicana
C/ Industria, 156 L5 Hospital Sant Pau
Reservas: 934 460 503

EL RINCÓN DE LA ABUELA VENEZOLANA
¡Especialidad Gastronómica con el sabor y el Encanto Venezolano!
Cocina típica casera Venezolana
C/ Mallorca, 470 ☎ 93 518 56 43
www.elrincondelaabuelavenezolana.com
Horario: martes a viernes de 10 a 2 madrugada, sábado de 12 a 2 madrugada y domingo de 12 a 00

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

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

EL TASTET DE L'ARTUR
BAR · TAPES · RESTAURANT
c/ Lepanto, 273
☎ 934 552 024
www.facebook.com/eltastetartur

449 PASTRAMI i TAPES
Mallorca, 449
☎ 674 910 670
Menjar casolà i per celíacs

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

CRAZY WINGS
ESPECIALISTAS EN ALITAS DE POLLO Y ANTOJOS COLOMBIANOS
935 30 91 25
Rosselló,368 CRAZYWINGSBCN

dsushi .cat
take away & delivery
(93) 143 38 78 (93) 681 45 17

Santalo, 153
Abierto de lunes a domingo de 13:00 a 16:00 y de 20:00 a 23:30
PEDIDO MÍNIMO 15€ (Servicio a domicilio +1€)
Pedidos online desde nuestra web
www.dsushi.es
info@dsushi.es dsushi.es

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

CREMERIA SICILIANA
Gelato Artigianale
Caffetteria Rosticceria
Av. Gaudí, 18 ✆ 93 126 01 97

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

Cantina La Mexicana
Cocina Mexicana
Valencia 427, Sagrada Familia, 936.676.668

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

Alimentació

Carnisseria Xarcuteria Italiana
4Mori
Magiche Delizie
Carn suprema de Galícia
Producte Italià
Amb aquest anunci 10% dte.
C/ Lepant, 342 93 531 04 73

CASA AMETLLET
C/ Padilla, 230
CARREFOUR EXPRESS
C/ Marina, 265
CELLER MARIOL
C/ Rosselló, 442 - T. 93 436 76 28
EL GRANER
C/ Provença, 495
EL PUNT D'OLI
C/ Marina, 239 - T. 93 008 74 02
LA CISTELLETA BCN
www.lacistelletabcn.com - T. 628 47 10 32
LA CROQUETA LOCA
C/ Lepant, 304 - T. 601 03 30 46
LLISÓ LIS
C/ Rosselló, 436 - T. 93 456 55 49
MONIBERIC
C/ Padilla, 244
PEIX I MARISC CHUTI
C/ Cartagena, 221 - T. 93 265 39 29
TROBALLES
C/ Padilla, 246 - T. 93 450 10 30
VINALIUM
C/ Mallorca, 442 - T. 93 245 86 06

Assessories i Assegurances

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

ASSESSORIA CALVET
C/ Indústria, 119 · 1º4ªB - T. 620 882 783
MENFIS GRUP
C/ Cartagena, 261 bis - T. 93 435 45 06
www.menfisgrup.es

Cursos i Formació

BAILAMIRITMO
C/ Provença, 538 - T. 93 1053829
BAILONGU
Passatge d'Utset, 11 - T. 93 2471602
BARNACLIC
C/ Sardenya, 259 entr. 4a - T. 93 250 57 37
www.barnaclic.com
COLORS DE PATCH
C/ Padilla, 279 - T. 93 446 34 84
ESTUDI VARALI
Passatge Vilaret, 17 - T. 695 412 843
MASTER SCHOOL
C/ València, 477 - T. 93 232 82 17
THE LANGUAGE FAMILY
C/ Padilla, 285 - T. 93 3013532

Entitats

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 210
C/ Padilla, 210 - T. 93 265 36 45
ESPAI GENT GRAN SAGRADA FAMÍLIA
C/ Mallorca, 425 - T. 93 256 28 3
MERCAT SAGRADA FAMÍLIA
C/ Padilla, 255 - T. 93 436 34 52

Esoterisme

El Mundo de Bárbara
✓ TAROT
✓ VIDENCIA
✓ REIKI
HACEMOS RITUALES PERSONALIZADOS
St. Ant. Mª Claret, 95
93 433 47 96 806 46 62 49

Esport

CLAROR CARTAGENA
C/ Cartagena, 231-239 - T. 93 435 05 66
PIOLET SPORTS
C/ Mallorca, 451 - T. 93 456 32 56

Estètica i Bellesa

Perfumeria GUILLEN
Des de 1939
VACANCES
Del 4 al 31 d'agost, ambdós inclosos
GRAN ASSORTIMENT DE PERFUMERIA, ARTICLES DE NETEJA, COSMÈTICA, PRODUCTES PER AL CABELL, MITGES, REGALS, ...
C/ Indústria, 168 - 170 · Tel. 93 435 93 97

CAROL'S
C/ Padilla, 220 - T. 93 245 10 01
www.carolsjacinto.com
CEBADO
C/ Padilla, 273 - T. 93 43513 23
CODI MÀGIC DREAM
C/ Cartagena, 219 - T. 93 270 07 00

akkra
Centro de masaje y estética
Provenza 522 · Bcn
934352717
617161419
www.akkra.es

MARANBELS
C/ Castillejos, 273 - T. 93 436 39 93

Carol's
TODO EN PELUQUERÍA
Venta al mayor y detalle
TODAS LAS FIRMAS COMERCIALES
Aparatos · Anexos · Belleza
C/ Padilla, 220 · Tel. 93 245 10 01
C/ Rogent, 85 · Tel. 93 435 99 75
C/ Llobregos, 104 · Tel. 93 429 49 19
C/ Josep Estivill, 16 · Tel. 93 352 76 10

ROSART Cosmética Natural
• Productos sin paraben
• Cuidado facial, manos y cabellos
• Venta al público y al mayor
Únicos en Bcn
C/ Rosselló, 477 93 021 85 97
www.rosartcosmetica.com

PERFUMERIA GUILLEN
C/ Industria, 168 - T. 93 435 693 97
SALÓN LOUNGE ESTILITES
C/ València, 412 - T. 93 458 26 35
216 ESTILISTA
C/ Cartagena, 216 - T. 93 106 89 41

Forns, Pastisseries i Dolços

FORN FRANQUESA
Av. Gaudí 45-47
PANISSIM
C/ Padilla, 240 - T. 93 436 48 75
PASTISSERIA LEPANT
C/ Mallorca, 436 bis - T. 93 232 58 66
VIA DOLÇA
C/ Provença, 477

Immobiliàries

Grup Immobiliari s.c
Grupo 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

BALSELLS ZARAGOZA GESTIÓ
C/ Cartagena, 243 - T. 93 450 41 43

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

CENTURY21
C/ Cartagena, 243 - T. 93 450 41 43
GRUP IMMOBILIARI
C/ Castillejos, 267 - T. 93 667 17 99

Informàtica, Imatge i So

OM SAI RAM
C/ Lepant, 292 - T. 93 436 39 70
PC INSTANT
C/ Enamorats, 81 - T. 93 530 92 53
ROYAL FOTO
C/ Rosselló, 473 - T. 93 455 06 22

Joieries i Rellotgeries

RIBERA
C/ Padilla, 258 - T. 93 455 66 27

Llar

CRISTALERIAS PADILLA
C/ Padilla, 243 - T. 93 232 76 55
DAVELOR
C/ Padilla, 253 - T. 93 436 48 57
FERRETERIA BRICOFACIL
C/ Provença, 504 - T. 93 436 66 56
FERRETERIA SAGRADA FAMILIA
C/ Mallorca, 438 - T. 93 231 49 07
JM ANTIGUEDADES
C/ Lepant, 257 - T. 602 525 534
LAMPISTERIA CARTAGENA
C/ Cartagena, 215 - T. 93 245 00 53
MAITE
C/ Padilla, 251 - T. 93 455 99 82
MÀXIM REGAL
C/ Rosselló, 495 - T. 93 436 44 07
MILAR
C/ València, 493-495 - T. 93 247 35 49
REGINA "TOT PUNT"
C/ Rosselló, 442 - T. 93 456 36 51

OPTIMUS
FERRETERIES DE CONFIANÇA I PROXIMITAT
FERRETERIA BRICOFACIL
Provença, 504 93 436 66 56

SEC MATIC
C/ Lepant, 251 - T. 93 231 48 16
TEIXIDÓ
C/ Provença, 476 - T. 93 450 46 64
TEIXITS LA PROVENÇA
C/ Provença, 496 - T. 93 347 15 03
TEIXITS PINENT
C/ Mallorca, 423 - T. 93 436 34 66

Moda i Complements

CARALI
C/ Sardenya, 336 - T. 93 436 04 55
CONXITA CASADO
C/ St. Antoni Mª Claret, 153 - T. 93 347 48 91
CORKLAND
C/ Valencia, 465 - T. 630 679 560
CORSETERIA MAGDA
C/ Lepanto, 279 - T. 93 450 29 34
EL TALLER
C/ Marina, 229 - T. 93 603 50 02
EVANNA BOUTIQUE
C/ Còrsega, 529 - T. 93 010 35 23
JUDITE
C/ Rosselló, 458 - T. 93 455 79 41
MERCÈ CASTAÑÉ
C/ Padilla, 254 - T. 667 808 986
MODA DONA DOBLE G
C/ Mallorca, 446 - T. 93 231 64 09
www.dobleg.cat
NOVETATS PADILLA
C/ Mallorca, 437 - T. 93 456 86 67
PUNT 7
C/ València, 494-498 - T. 93 244 03 98
ROYMAS
C/ St. Antoni Mª Claret, 131 - T. 93 456 26 79

Oci

FREESMOKE
C/ Mallorca, 376
CANTONET "EL RACÓ TINTINAIRE"
C/ València, 412 - T. 93 485 02 17
TRIO D'ORO
C/ Castillejos, 268 - T. 93 436 34 19
TABACS 306
C/ Castillejos, 288 - T. 93 435 99 26
PLANETA MÀGIC
C/ Castillejos, 302 - T. 93 435 05 91
CRISPETES
C/ Castillejos, 288 - T. 93 433 52 79

Petits

JOGUINES XÈNIA
C/ Provença, 471-473 - T. 93 436 35 37

Restaurants i Bars

Veure Bars i Restaurants a la pàg. 45

ABARROTES DOÑA CUCA
C/ Passatge de font, 4 T. 93 007 67 62
BAR BREIXAN
C/ Provença, 439
BAR RESTAURANT LA MORENETA
C/ Cartagena, 234 - T. 93 455 29 69
BAR RESTAURANT LA OTRA MORENETA
C/ Còrsega, 613 - T. 93 435 00 67
BRASERIA JUANMA
C/ Lepant, 280 - T. 93 456 62 55
BRASERIA ROVI
C/ Lepant, 293 - T. 93 436 03 65

Restaurants i Bars

Jijonenca
CAFETERIA - GELATERIA - ORXATERIA
Creps - Goofres - Entrepants

Av. Gaudí, 32 - T. 93 456 41 45

CAL MARIUS 449
C/ Mallorca, 449 - T. 647 910 670
CANTINA MEXICANA
C/ València, 427 - T. 93 667 66 68
CASA UREÑA
C/ Lepant, 277 - T. 93 009 48 66
CHILAM BALAM
C/ Industria, 156 - T. 93 446 05 03
CAFÉ CARACAS
C/ Padilla, 254
CRAZY WINGS
C/ Rosselló, 368 - T. 93 530 91 25
DSUSHI
C/ Sardenya, 386 - T. 93 143 38 78
EL RINCÓN DE LA ABUELA VENEZOLANA
C/ Mallorca, 470 - T. 93 518 56 43
EL TASTET DE L'ARTUR
C/ Lepanto, 273 - T. 93 455 20 24
JIJONENCA
Av. Gaudí, 32 - T. 93 456 41 45
LA BODEGUETA DE TOTS
C/ Cartagena, 228
LA TAQUERIA
Passatge de Font, 5 - T. 93 126 13 59
MARINA CAFÉ
C/ Marina, 223 - T. 93 245 20 31
RESTAURANTE BAR TÍVOLI
C/ Sicília, 349 - T. 93 476 35 51
RESTAURANT LAZ LAZ
C/ Lepant, 297 - T. 603127358
RESTAURANT ELS PORXOS
C/ Mallorca, 410 - T. 93 231 99 90
www.restaurantelsporxos.com
THE TEA WORLD
C/ Marina, 271
XAMFRÀ GAUDÍ
C/ València, 443 - T. 93 232 59 07
XURRERIA SAGRADA FAMÍLIA
Pl. Sagrada Família, 26 - T. 93 458 25 60

Salut

ARKÉ ESENCIAS FLORALES
C/ València, 445 - T. 93 265 65 59
BIOKI
C/ Castillejos, 307 - T. 93 162 37 81
CENTRO ARCADIA AGLA
C/ Lepant, 326 - T. 692 930 308
www.centroarcadiaagla.es
CENTRE DIETETIC I HERBOLARI
C/ Sardenya, 371 - T. 93 458 75 37
C.R.O.T.
C/ Castillejos, 286 - T. 93 347 24 77

931 766 584
salutgaudí
Provença, 521
www.salutgaudi.com
CENTRE DE FISIOTERÀPIA I PODOLOGIA

DIETA
C/ Padilla, 242 - T. 93 436 24 99
FARMÀCIA PROVENÇA
C/ Provença, 506 - T. 93 348 86 95
FARMÀCIA SERRA SAVAL
C/ València, 470 - T. 93 231 49 07
LAS ACACIAS
C/ Castillejos, 260-266 - T. 93 433 53 53
OPTICA ARENSE
C/ Provença, 470 - T. 93 518 72 56

Segona mà

HUMANA
C/ Provença, 500 - T. 93 433 07 83
MER-K-2
C/ Provença, 517 - T. 93 450 86 27

Serveis

BILOGIC MALLORCA
C/ Mallorca, 441 - T. 93 019 95 15
BUREAU VALLÉE
C/ Provença, 504 - T. 93 633 94 32
FOTOCOPIES VALÈNCIA
C/ València, 446 - T. 93 246 38 43
TELECENTRO FOREX
C/ Valencia, 425 - T. 93 624 22 11
PARKING RIUS
C/ Valencia, 480 - T. 93 245 21 33

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

Música

Roba estesa

Rumba, cúmbia i pasdoble; acordions i violins i un posat escènic amb un desvergonyiment tan proper a les discoteques d'avui com als antics cuplets són els ingredients que aquest grup del Camp de Tarragona aixopluga sota l'etiqueta de folk calentó. Guanyadores del VIII Concurs Sons a la Fira Mediterrània de Manresa i finalistes del Sona 9, són espectacle, són música, són dones! Serà dimarts 5 de juliol, a les 21h. Al Centre Cívic Sagrada Família (Provença, 480). Activitat gratuïta.

Yadira Ferrer Quartet

Yadira Ferrer forma part d'aquesta nova generació de veus prodigioses que ha nascut a l'illa de Cuba. La seva formació clàssica i la forta influència sonora cubana converteixen les seves actuacions en directe en una proposta musical vibrant. Gaudiu dels boleros i el so cubà dels grans músics de Yadira Ferrer Quartet. Serà dimarts 12 de juliol, a les 21h. Al Centre Cívic Sagrada Família (Provença, 480). Activitat gratuïta.

Los Super Ratones Argentinos

Divendres 22 de juliol, a les 21h, podrem gaudir del concert de 'Los Super Ratones Argentinos', al Centre Cívic La Sedeta (Sicília, 321).

Cinema

Cinema d'estiu

El mes de juliol, el Cívic Sagrada Família (Provença, 480) farà un clicle de cinema de Japó. Dilluns 11 de juliol, projectarà la pel·lícula '*Una pastelería en Tokio*', el següent dilluns 18 de juliol, serà el torn de '*El sabor del sake*' i, per acabar, dilluns 25 de juliol es podrà veure '*Nuestra hermana pequeña*'. Totes les projeccions seràn a les 21h.

Making Àfrika. Apropament a la creativitat contemporània

Aquest documental musical ens porta al cor de Ciutat del Cap, la ciutat mare de Sud-àfrica, a través del seu batec musical més transformador: la Guma. Serà dijous 7 de juliol, a les 19.30 h. Al Centre Cívic La Sedeta (Sicília, 321).

La ruta de tapes TapiTast de Sagrada Família continua el mes de juliol

La primera ruta de tapes de Sagrada Família s'està desenvolupant amb molt d'èxit gràcies a la bona rebuda dels veïns i la feina dels bars i restaurants. El TapiTast, però, no es queda aquí i continua durant el mes de juliol, fins el dia 28. Cada dijous de 19 a 22h podràs gaudir dels millors pintxos i d'una beguda al bars i restaurants de la zona por només 2,50 euros. Entra al web i descobreix tots els locals que hi participen: www.tapitast.com.

Eix Comercial Sagrada Família

La seguretat dels infants a casa durant les vacances

La seguretat dels més petits de la casa comença a la llar. Encara que tots els membres de la família tenen les mateixes possibilitats de sofrir un accident, són els nens els que els pateixen amb més freqüència, ja que són més vulnerables. Les estadístiques demostren que és a casa, on els infants de fins a 4 anys pateixen els accidents en major mesura.

Per tot això, posar en marxa plans de seguretat a la llar és fonamental per tal de garantir el benestar dels menors. Res no és prou segur per a la cura dels més petits!

Hi ha estudis que demostren que els accidents més freqüents als habitatges estan causats per caigudes (41,4%); aixafaments, talls i esquinçaments (22,6%); cops i xocs (13%); per efectes tèrmics i cremades (9,6%); i per esforços físics i esgotament (4,2%).

Per això, proposem uns senzills i fàcils consells a seguir per totes les famílies amb l'objectiu de prevenir aquest tipus d'accidents domèstics i poder passar unes vacances tranquil·les.

La principal causa de sinistralitat infantil dins de la llar són les intoxicacions, que ocorren majoritàriament de forma accidental. Els principals productes implicats en aquestes intoxicacions de menors són els medicaments, seguits pels productes de neteja, els cosmètics, i els productes de la llar que s'ingereixen per via oral en un 90% dels casos. Els nens menors de 3 anys són els que més pateixen intoxicacions.

Per aquesta i per altres raons, cal procurar mantenir els nens sempre vigilats per una persona adulta responsable, a part d'adoptar algunes mesures bàsiques de seguretat:

1. No deixar mai els nens sols. Cal evitar que romanguin molt de temps sols en qualsevol habitació sense vigilància periòdica d'un adult. No s'ha de permetre sota cap concepte que un nen petit romangui a la banyera jugant amb l'aigua sense l'adequada vigilància d'un adult. Cal omplir la banyera amb la quantitat imprescindible d'aigua i vigilar durant el bany a nens i persones amb qualsevol tipus de discapacitat que puguin tenir un risc de caiguda.

2. Evitar desgràcies fatals, com els ofegaments. Les piscines, basses o pous han de tenir una tanca de protecció i aquest ha d'estar tancada, sent aconsellable protegir la seva superfície. Durant les vacances d'estiu no s'ha de perdre de vista als menuts a la platja o la piscina. És recomanable estimular l'ensenyament de la natació a edats primerenques. No s'ha d'entrar a la piscina de forma brusca, sobretot, després de dinar. Cal educar els nens perquè facin una correcta digestió.

3. Les joguines. No han de tenir peces tallants, angles punxeguts ni estar fabricats amb materials tòxics. La seva grandària ha de ser suficient per impedir que se les puguin introduir a la boca i empassar-se-les. S'ha d'evitar que juguin en llocs perillosos: escales, finestres, balcons, així com a prop de forats, pous, piscines, etc.

4. Protegir els endolls de la xarxa elèctrica. Existeixen petits aparells que es poden trobar a les botigues especialitzades en productes infantils, per evitar que els més petits, per curiositat, introdueixin els dits o algun altre objecte petit en els endolls de casa. Un mal contacte podria provocar un xoc pel corrent elèctric.

5. Vigilar l'ús d'estufes i fogons de gas. Vigilar sempre la clau de tall del gas de la cuina. Si no s'està cuinant, cal procurar mantenir la clau tallada. El mateix s'ha de fer amb les estufes de gas. Cal evitar dormir amb elles enceses.

6. Compte amb la cuina. No s'ha de cuinar amb el nen en braços ni deixar-lo al terra a prop de la cuina. Les cremades són altament perilloses.

7. Guardar productes perillosos lluny del camp d'acció dels nens i nadons. Col·locar els productes de neteja i d'altres potencialment tòxics en prestatgeries o mobles en alt per evitar la seva ingestió. Cal tractar d'impedir que els petits tinguin accés a begudes alcohòliques. No han de quedar a l'abast dels nens objectes que suposin perill d'asfíxia o ennuegament (bosses de plàstic, monedes, botons,...). Els medicaments s'han de guardar en calaixos tancats amb clau.

Ramon Balsells
Gerent Balsells Zaragoza Gestió S.L.

BALSELLS ZARAGOZA GESTIÓ S.L.
Des de 1980 assessorant al Barri
Administració de Finques
Corredoria d'Assegurances ▪ Gestió de Patrimoni
www.bzgestio.com

Century 21
BZ Gestió
La Xarxa immobiliària més gran del món
Vendre • Llogar • Comprar
www.bzgestio.century21.es

C/ Cartagena 243 · baixos ☎ 93 450 41 43

Barri
El Clot · Camp de l'Arpa

Foto:Vicente Zambrano

Servei de planxa, amb recollida a domicili

MONTSE PLANXA

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

OFERTA
CAMISES
1'85 €/u
mínim 10 camises

Aprofita el teu temps lliure!

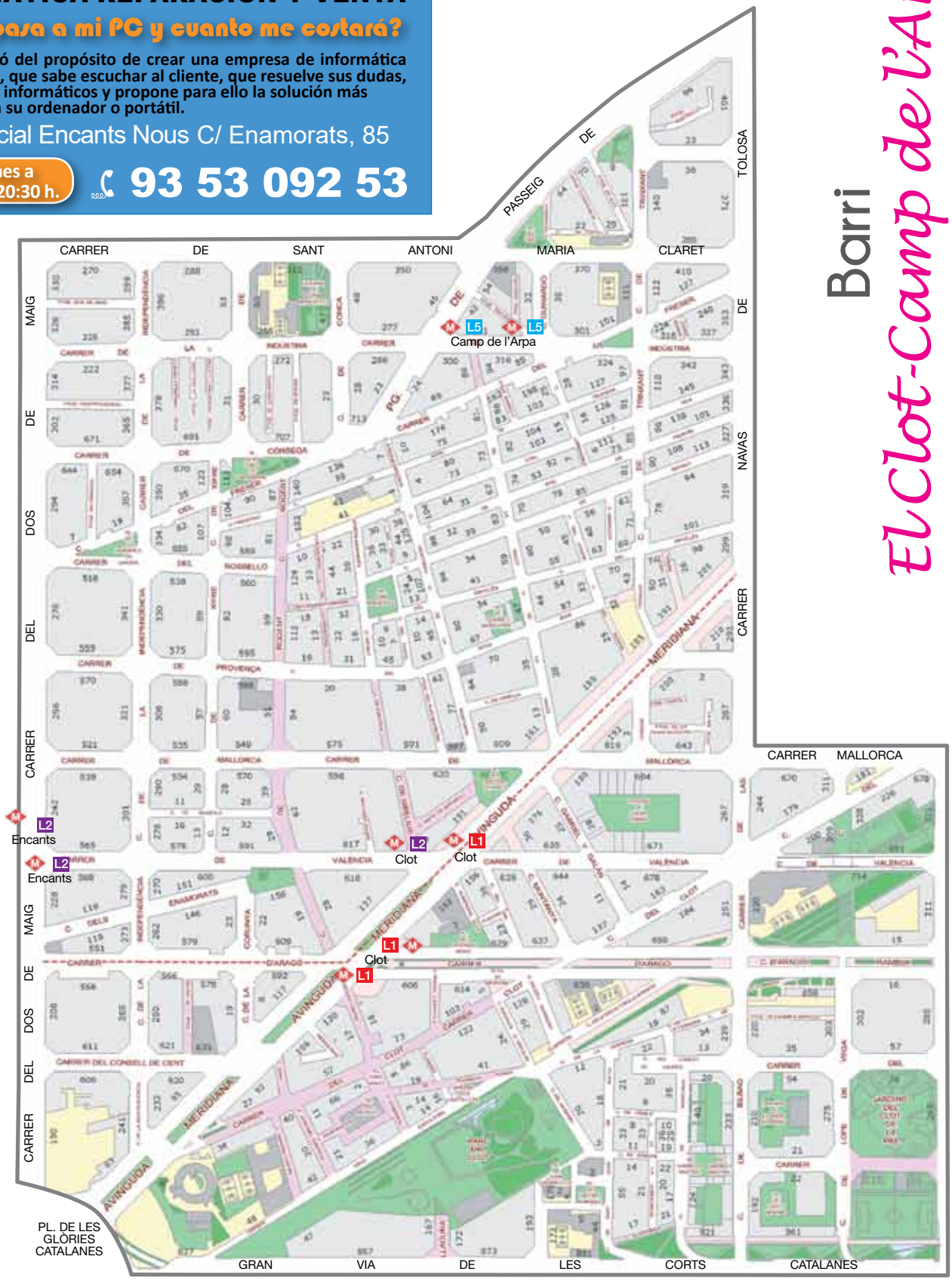
OFERTA
Rentar i planxar
2,5 €/u
mínim 10 camises

Recollida i entrega
48/72h
Màxim

Atenció al client **Tel. 636 278 899** www.montseplancha.es

PC instant
INFORMÁTICA-REPARACIÓN Y VENTA
¿Qué le pasa a mi PC y cuanto me costará?
PCinstant nació del propósito de crear una empresa de informática de proximidad, que sabe escuchar al cliente, que resuelve sus dudas, sus problemas informáticos y propone para ello la solución más adecuada para su ordenador o portátil.
C. Comercial Encants Nous C/ Enamorats, 85
Abierto: de Lunes a Sábado de 9 a 20:30 h.
93 53 092 53

Barri El Clot-Camp de l'Arpa



El control de situacions problemàtiques

La convivència amb persones que pateixen alguna malaltia neurodegenerativa, com ara l'alzheimer, pot resultar complicada. Segurament moltes vegades els familiars o les persones que tenen cura d'ells s'han preguntat com poden actuar davant algunes situacions, per exemple, quan pateix un episodi d'agressivitat, ja que poden provocar conflictes. Es tracta de situacions complicades que s'han d'afrontar dia rere dia i sovint resulta complicat trobar la manera més adient per actuar a cada moment. Però existeix alguna fórmula màgica que puguem seguir? La reposta és no.

Malgrat això, podem tenir en compte diversos aspectes que facilitin el control davant d'aquests episodis. El primer que hem de tenir clar és que l'eficàcia de la nostra intervenció dependrà de cadascú i de la situació del malalt. Això suposa que no podem actuar igual amb una persona que té consciència de la seva malaltia i amb una altra que no la té. Un altre aspecte important és el sentit comú, una cosa molt senzilla, que ens ajudarà a buscar alternatives a mesura que es produeixin canvis.

No ens podem oblidar de l'empatia que és fonamental per tal de posar-nos en el lloc de l'altre i intentar comprendre com se sent la persona malalta dintre de la seva realitat. Això ens pot ajudar a ser més pacients i tolerants davant certes situacions. Així per exemple, quan ens fan una pregunta reiteradament hem d'entendre que per al malalt sempre és la primera vegada que la fa. Amb la qual cosa, en lloc d'enfadarnos podríem desviar la seva atenció cap a una altre lloc.

Per últim, un altre aspecte bàsic que hem de tenir present és l'etiologia, és a dir, hem d'intentar conèixer les causes de per què s'ha produït aquesta situació, com ara els episodis d'agitació. Hem de ser conscients que darrere de cada conducta disruptiva pot haver una molèstia física o un entorn que afavoreix la manifestació d'aquesta conducta.

Natalia Cuenca Navalón
Infermera i psicòloga - Centre de Dia Avi Amunt
C/ Llagostera, 4 - Tel. 93 455 86 30
www.aviamuntcentrodedia.es

AVI AMUNT
Centre de dia assistencial

CENTRES ESPECIALITZATS EN ALZHEIMER I ALTRES DEMÈNCIES

Més de 20 anys oferint serveis als nostres avis

Tallers de memòria grupals i individuals

Fisioteràpia i gimnàstica sènior

Artteràpia

GRAN VARIETAT D'ACTIVITATS TERAPÈUTIQUES

Cura de la salut

Programa informàtic especialitzat en demències

HORARIS ADAPTATS A CADA PERSONA
obrim de dilluns a dissabte

CR AMUNT
C/ Pistó, 8-10 - T. 93 433 13 17

AVI AMUNT
C/ Llagostera, 4 - T. 93 455 86 30 · 08026 Barcelona

Avi Amunt · www.aviamuntcentrodedia.es · aviamunt@gmail.com

Centres col·laboradors acreditats per l'Institut Català d'Assistència i Serveis Socials

Generalitat de Catalunya
Departament de Benestar Social i Família

Vanessa Hidalgo
ESTILISTES
Art i innovació en Perruqueria
C/ Gabriel y Galán, 24
930 009 405
www.vanessahidalgoestilistes.com

VANESSA HIDALGO

ÒPTIQUES TUTUSAUS

Elena
MODA SEÑORA
TODAS LAS TALLAS
C/ Mercat del Clot, 16-20
93 231 41 05 625 055 094

ELENA MODA

ANDRÉS CASTILLO

flis flás
MODA HOME
Rogent, 51 Bis T. 93 455 21 68

GEMMA MODA I COMPLEMENTS

VANESSA HIDALGO

Andrés Castillo
JOIERIA RELLOTGERIA
25è ANIVERSARI
C/ Rogent, 106
93 435 08 62

Gemma
Moda i Complements
C/ Provença, 598 93 360 79 23

ÒPTIQUES TUTUSAUS

FLIS FLAS-MODA HOME

TUTU SAUS
OPTICS-1910
Mallorca, 602 93.245.94.55
Rogent, 80 93.435.12.77
Còrsega, 671 93.456.22.01
www.tutushop.es

Passarel·la de moda
Clot-Camp de l'Arpa'16

eix clot

Fotos: Rosa Castells

fundació barcelona comerç

ARMAND ÒPTICS

BAMBINO

NUJOR PERRUQUERIA

WINGS MODA DONA

BY ME

JOIERIA TECU

ARXÈ

Joieria TECU
Taller propi
Rogent, 51 ☎ 93 435 59 22
10% dto.

BAMBINO
MODA INFANTIL
Roba interior senyora i senyor
C/ Rogent, 84 ✆ 93 436 27 23

By me
CLOTHES & ACCESSORIES
C/ Sèquia Comtal, 7 ✆ 93 488 63 41

NUJOR
PERRUQUERIA
Av. Meridiana, 166
T. 93 246 36 59

Armand Òptics
Centre òptic i auditiu
Amb més de 25 anys d'experiència
Carrer del Clot, 66 ✆ 932 45 21 55

WINGS
moda dona
C/Rogent, 28 ✆ 935 132 295

Arxé
ALTA COSTURA
Plaza Dr. Serrat, 3 ✆ 93 231 76 10

Alimentació

A PROP TEU
C/ Rogent, 27 - T. 932 312 241
AUTÒCTONS
C/ Rogent, 24 local 1 - T. 931 924 911
CA LA CUCA
C/ Cabanyal, 1 B. Esq. - T. 930 109 320
EL GRANER DE L'AVIA
C/ Mallorca, 585 - T. 931 724 725
EXTREM CLOT
C/ Rogent, 24 · local 2 - T. 935 143 321
MERCAT DEL CLOT
Plaça del Mercat, 26 - T. 932 659 090
SIENTE TES, INFUSIONS I ESPÈCIES
C/ Rogent, 96 - T. 934 508 858
SORLI DISCAU
C/ Mallorca, 588 - T. 935 610 383
VINACOTECA
C/ València, 595 - T. 932 325 835
VINALIUM
C/ Sèquia Comtal, 15 - T. 931 654 111
XARCUTERIES BOSCH
C/ Mallorca, 558 - T. 932 324 506

Assessories i Assegurances

Anunciï's aquí...
AcelObert
BARCELONA barri a barri
T. 93 140 10 37 · publicitat@acelobert.com
www.acelobert.com
...perquè els millors sempre destaquen

ASSESSOCAT
C/ Mallorca, 526 - T. 931924996
ROMEO ABOGADOS
C/ Rossend Nobas,9 - T. 932 455 990

Cursos i Formació

Ter Vint
llar d'infants
de 0 a 3 anys
40è aniversari!!
Inscripció oberta curs 2016-17
C/ Ter, 18-20 ☎ 93 2326409
www.tervint.com

CHISHOLM SCHOOL
Rbla. Guipúscoa,11 - T. 932 662 184
LLAR D'INFANTS TER VINT
C/ Ter, 18-20 - T. 932 326 409

trossets patchwork
Classes de labors
Mallorca, 532 ☎ 932 655 258 · www.trossets.es

Entitats

ATENEU DEL CLOT LA FARINERA
C/ Muntanya, 16 -T. 93 232 99 08
CENTRE CULTURAL LA FARINERA DEL CLOT
G.V. Corts Catalanes, 837 -T. 93 291 80 80
FOMENT MARTINENC
C/ Provença, 591-593 - T. 93 455 70 95
LA FORMIGA MARTINENCA
C/ Mallorca, 580 - T. 93 232 77 09

Estètica i Bellesa

ANNA PAVIA PELUSALÓN
C/ Coronel Sanfeliu, 15 - T. 932 328 879

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

BEAUTY & CARE
C/ Clot, 36-38 - T. 931 925 002
BELL CAP
C/ Mallorca, 581 - T. 934 500 977
CAROL'S
C/ Rogent, 85 - T. 93 435 99 75
MÓN ESTÈTIC
C/ València, 599 - T. 932 659 076
PELUQUERÍA FRANCIS
C/ Clot, 108 - T. 932 650 070

Vanessa Hidalgo
c/ Gabriel y Galán, 24 930 009 405
www.vanessahidalgoestilistes.com

PERRUQUERIA NUJOR
Av. Meridiana, 164-166 - T. 932 463 659
VANESSA HIDALGO ESTILISTES
C/ Gabriel i Galán, 24 - T. 930 009 405

Carol's
TODO EN PELUQUERÍA
Venta al mayor y detalle
TODAS LAS FIRMAS COMERCIALES
Aparatos · Anexos · Belleza
C/ Rogent, 85 · Tel. 93 435 99 75
C/ Padilla, 220 · Tel. 93 245 10 01
C/ Llobregos, 104 · Tel. 93 429 49 19
C/ Josep Estivill, 16 · Tel. 93 352 76 10

Forns, Pastisseries i Dolços

PASTISSERIA LA PALMA
C/ Clot, 72 - T. 932 325 257
FORN ELIAS
C/ Freser, 90 - T. 934 556 176
PASTISSERIA GUAL
C/ Mallorca, 529 · botiga 3 - T. 934 357 486
BIG BEN
C/ Mallorca, 570 - T. 932 310 360
GRANIER
C/ Mallorca, 584 - T. 936 671 299
PANNUS
Plaça del Mercat, 21 - T. 933 153 248
ANAGERIE, FORN DEGUSTACIÓ
C/ Rogent, 92 - T. 934 178 171
TUTTI FRUTTI
C/ Mallorca, 561 - T. 695 362 759

Immobiliàries

FINQUES MARTELL
C/ Independència, 30 - T. 93 231 27 51

Informàtica, Imatge i So

HANGAR 05 PRODUC. ARTÍSTICAS
C/ Bassols, 5 - T. 931 635 648
PC INSTANT
C/ Enamorats, 81 - T. 93 530 92 53

Joieries i Rellotgeries

ANDRÉS CASTILLO JOIERIA RELLOTGERIA
C/ Rogent, 106 - T. 934 350 862
RELLOTGERIA LARA
C/ Rogent, 39 - T. 932 321 305
JOIERIA TECU
C/ Rogent, 51 - T. 934 355 922
KILEY JOIERS
C/ València, 606 - T. 932 453 191

Llar

ELECTRODOMÈSTICS PEINADO
C/ Escultors Claperós,43-45 - T. 933 005 259
ELECTRO NÚRIA - EXPERT
C/ Mallorca, 592 - T. 932 324 764
FERRETERIA VALLS
C/ València, 589-591 - T. 932 311 701
LA CHISPA
C/ Clot,93 - T. 932 323 605
MERTXESITES: LLANES, TELES I TALLERS
C/ Sèquia Comtal, 4-6 - T. 932 658 569

Mascotes i Plantes

CEM BAC DE RODA
Rbla. Guipúscoa, 25 - T. 932 663 445
FLORISTERIA JOVI
C/ València, 666 - T. 93 349 82 57
EL JARDINET DEL CLOT
Plaça del Mercat, 9 - T. 935 330 506
GOS I GAT
C/ Rogent, 16 - T. 932 315 111

Moda i Complements

ARXÉ
Plaça Dr. Serrat, 3 - T. 932 317 610
BOSSANOVA - ROGENT
C/ Rogent, 98 - T. 934 335 217
BY ME
C/ Sèquia Comtal, 7 - T. 934 886 341
EVENT
C/ Mallorca, 592 - T. 934 464 875
FLIS FLÁS
C/ Rogent, 51-53 - T. 934 552 168
GEMA MODES I COMPLEMENTS
C/ Provença, 598 - T. 93 360 79 23
LA CALAIXERA
C/ Clot, 57 - T. 930 174 116
MERCERIA MARIONA
C/ Independència, 294 - T. 93 450 26 27
SWING
C/ Mallorca, 560 - T. 932 326 764
WINGS MODA DONA
C/ Rogent, 28 - T. 617 98 67 21

Motor

MOGADEALER, S.L.
C/ Aragó, 602 - T. 932 321 000

Oci i Esport

Racó del llibre
OUTLET
Stocks de LLIBRES NOUS des de 1€
C/ Rogent, 90 ☎ 93 348 38 47
RACO DEL LLIBRE OUTLET

CRONOLOGIC
Av. Meridiana, 129 - T. 657 254 895
LOTERIA CAP I CUA
Pl. Font i Sagué, 1 - T. 932 465 154

Papers i Llibres

DIGICOPY OFFICE
C/ Mallorca, 614 - T. 932 454 008
EL PUNT DEL CLOT
C/ Clot, 93 - T. 932 654 130
ILUSIÓNAME REYES, EVENTOS + DIGITAL
C/ Rogent, 74 - T. 936 337 471
LAZARUS LONG
C/ València, 582 - T. 931 068 974
PAPER GROC
C/ Clot, 51 - T. 932 329 166
QUIOSC DEL CLOT
Plaça Font i Sagué, s/n - T. 932 473 397

Petits

BAMBINO
C/ Rogent, 84 - T. 934 362 723
GANIVETERIA - JOGUINES "EL PEQUE"
C/ Rogent, 47 - T. 934 356 945
L'OMBELIQO
C/ Provença, 584 - T. 93 519 53 39
PALOMA TERA INFÀNCIA
C/ Clot, 59-63 - T. 932 465 723

Restaurants i Bars

Kenko
peruvian cuisine
C/ Dos de Maig, 250 ☎ 93 436 55 56
C/ Calabria, 280 ☎ 93 410 81 35
www.restaurantekenkoben.com

A RUTA GALLEGA
C/ Clot, 78 - T. 932 654 685
BAR DÓ
C/ Rogent, 100 - T. 690 023 615
BAR LA UNIÓN
C/ Freser, 92 - T. 934 360 474
BAR SUCRO "CA LA MARGUI"
C/ Sèquia Comtal, 7 - T. 932 451 166
BAR RESTAURANT LA COCTELRERA
C/ Aragó, 609 - T. 932 452 043
CAPRITXETS DEL CLOT
C/ Rossend Nobas,7 - T. 610 430 284
D'CLOT
C/ Rogent, 52 - T. 616 047 522
LA GELATERIA
C/ Rogent, 88 - T. 934 568 434
MARLEN TASTETS
C/ Clot, 75-77 - T. 932 655 343
RESTAURANT BRASERIA SUYAPA
C/ Mallorca, 601 - T. 934 358 078
RESTAURANT CAPRI
C/ Provença, 576 - T. 650 501 117

Salut

NATUR HOUSE
Reeducación alimenticia
C/ València, 570 - T. 93 247 19 34
(Esq. Independència)

CAMÍ DE SALUT
C/ Mallorca, 545 - T. 934 363 374
FARMÀCIA PLANA MENDO C.B.
C/ Clot, 114 - T. 932 319 157
FARMÀCIA Mª TERESA PEÑAFIEL
C/ Clot, 57 - T. 932 312 059
FARMÀCIA E. VENTURA
C/ Clot, 71 - T. 932 313 605
FARMÀCIA EGEA - THOMAS
C/ Mallorca, 554 - T. 932 314 208

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

FARMÀCIA ANA Mª MACIÀ CREUS
C/ Mallorca, 591 - T. 934 362 710
FARMÀCIA RITA AUGÉ
C/ Rogent, 118 - T. 934 362 326

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

PER SANDRA PULIDO

Conèixer el barri durant les vacances d'estiu

Un estiu més els joves del barri del Clot-Camp de l'Arpa tenen una bona opció per gaudir durant el període de vacances de tot el que els ofereix el seu entorn. Per quart any consecutiu es posa en marxa l'Escola Oberta d'Estiu 'A l'Estiu, Mou-te pel Clot i Camp de l'Arpa'.

Imatge: 'Mou-te pel Clot i Camp de l'Arpa', 2015. www.moutepelclotcampdelarpa.wordpress.com

Aquesta iniciativa socioeducativa, que s'engloba en el marc del Projecte d'Intervenció Comunitària Intercultural (ICI) iniciat l'any 2013, es desenvolupa entre l'Ajuntament de Barcelona, l'Obra Social 'La Caixa' i la Fundació Surt, conjuntament amb més de vint-i-cinc entitats i serveis del territori.

'A l'Estiu, Mou-te pel Clot i Camp de l'Arpa' té com a objectiu proporcionar diferents activitats que afavoreixen la trobada i les relacions interculturals i integradores entre els joves de 12 a 25 anys, durant el període que comprèn del 27 de juny al 15 de juliol. Es tracta d'una àmplia oferta d'activitats que es duen a terme en horari de matí, tarda i nit i que giren entorn quatre temàtiques diferents: lúdiques i culturals, de foment de l'esport i els hàbits de vida saludables, promoció del voluntariat i reconeixement i coneixement de la diversitat cultural. Precisament aquest darrer eix està molt connectat amb la idea inicial del projecte ICI, que consisteix a fomentar i afavorir la cohesió social i apoderar la societat a través de la convivència i el desenvolupament comunitari.

Les activitats que ofereix 'A l'Estiu, Mou-te pel Clot i Camp de l'Arpa' van des de tallers de dansa, cuina o graffitis, fins a entrenament caní, torneig de petanca, taller de ràdio o campanya de donació de sang. Ruth Garcia, coordinadora del projecte ICI, comenta referent a edicions passades que "els nois vénen a les activitats que els interessa, és a dir que no es tracta d'un cassal amb un horari fix, sinó que vénen a coses concretes". Garcia afegeix que el projecte "ofereix activitats molt diferents, per tant, segons l'edat cadascú participa a una o altra activitat".

Un dels punts claus del projecte és la participació de diferents entitats del barri per treballar conjuntament en el desenvolupament d''A l'Estiu, Mou-te pel Clot i Camp de l'Arpa'. Més de vint-i-cinc entitats, serveis, associacions i/o grups aporten els seus recursos per crear conjuntament una programació d'oci educatiu, saludable i atractiu. El Casal de Joves El Clot, Biciclot, Ràdio Ateneu del Clot o el Casal de Gent Gran del Clot són alguns exemples dels actors del barri que participen a les diferents activitats. "Cadascuna de les entitats aporta alguna cosa i a través d'aquest projecte també permet als joves conèixer nous serveis del barri i als quals poden seguir vinculats durant la resta de l'any".

Al fet d'entrar en contacte amb noves entitats cal afegir que les activitats es desenvolupen a diversos espais del barri i això també permet als joves descobrir nous llocs que sovint desconeixien. El projecte es desenvolupa a equipaments com el Centre Cultural La Farinera del Clot, el Casal de Joves La Traca, el Parc del Clot, la Biblioteca del Clot-Josep Benet, entre d'altres.

'A l'Estiu, Mou-te pel Clot' és per tant una bona alternativa per gaudir de les vacances i del bon temps a la vegada que es coneixen i s'estableixen relacions amb nous espais i entitats del barri.

Més informació: www.moutepelclotcampdelarpa.wordpress.com

Salut

OPTICALIA JUMIR
València, 635 · T. 93 231 87 49
Guipúscoa, 94 · T. 93 314 30 20
Fabra i Puig, 154 · T. 93 408 64 21
jumir@opticalia.es

FARMÀCIA BASTÉ
C/ Rogent, 54 - T. 932 314 554
FARMÀCIA J. MESIA
C/ València, 614 Bis - T. 932 456 322
MARIA CASAS, BIÒLOGA
Pl. Mercat, 22 - T. 932 659 356

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

SANZ & PANCKO DENTAL
C/ Rogent, 40 · local 2 - T. 932 469 043
SONISORD
C/ València, 612 Bis - T. 932 653 639

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

ARMAND ÒPTICS
C/ Clot, 66 - T. 932 452 155
ÒPTIQUES TUTUSAUS
C/ Rogent, 80 - T. 934 351 277
ORTOPÈDIA CLOT
C/ Clot, 82 - T. 932 651 812
VITALITAT ESPINOLOGIA
C/ Roselló, 555 - T. 931 056 324

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

Segona mà

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

Serveis

HOTEL CATALONIA SAGRADA FAMÍLIA
C/ Aragó, 569 Bis - T. 932 458 905
HOTEL CATALONIA ALBÉNIZ
C/ Aragó, 591-593 - T. 932 652 626
HOTEL CATALONIA ATENAS
Av. Meridiana, 151 - T. 932 322 011

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

Espectacles

Endorfines

Torna per 6è any consecutiu el millor cicle d'humor a la fresca: l'Endorfines. El Centre Cultural la Farinera del Clot presenta, des de finals de juny i durant tot juliol, un total de quatre dijous al vespre amb espectacles que ens oferiran una programació on l'humor de qualitat en serà la clau. 'La Kermesse' serà dijous 7 de juliol; 'Alquímia' serà dijous 14 de juliol; i, per finalitzar, 'Only Brother' actuaràn dijous 21 de juliol. Totes actuacions seran a les 20h i gratuïtes. A la terrassa del Centre Cultural la Farinera del Clot (Gran Via de les Corts Catalanes, 837).

Exposicions

Fotoclot

15a edició de la mostra fotogràfica per excel·lència del barri. Una exposició que mostra les fotografies de totes aquelles persones veïnes, fotògrafes professionals o aficionades, que han aportat les seves imatges per participar al Fotoclot. L'exposició romandrà oberta de l'1 al 23 de juliol, a la sala d'exposicions del Centre Cultural la Farinera del Clot (Gran Via de les Corts Catalanes, 837). Activitat gratuïta.

Grècia, la porta a una altra vida?

Exposició d'Oriol Bablé. La crisi europea dels refugiats és l'èxode humà més important des de la Segona Guerra Mundial. En poc més d'un any, més d'un milió de persones ha arribat al vell continent a través de Grècia. Una migració complexa i amb múltiples causes. Del 4 al 21 de juliol. A l'Espai Antoni Miró Peris (Pl. de Carme Monturiol, 10). Activitat gratuïta.

Altres

Ludoteca intercultural a l'Espai jocs de l'EAMP

En el marc del programa d'activitats d'estiu per a adolescents i joves, 'A l'estiu MOU-TE pel Clot i Camp de l'Arpa', s'ofereix una tarda de jocs d'arreu del món. Vine a descobrir-los i a passar una bona estona! Serà dilluns 4 de juliol, de les 17 a les 19 h. A l'Espai Antoni Miró Peris (Pl. de Carme Monturiol, 10). Activitat gratuïta.

Tallers

Bijuteria i complements: objectes imaginatius amb materials reutilitzats

S'ensenyarà a fer peces de bijuteria senzilles com arracades, penjolls, fermalls i altres complements, per tal de donar un segon ús a residus domèstics de difícil reciclatge. Serà dimarts 12 de juliol, de les 18 a les 20.30 h. A l'Espai Antoni Miró Peris (Pl. de Carme Monturiol, 10). Activitat gratuïta.

La Biblioteca Camp de l'Arpa-Caterina Albert recomana

Llibres

Sández, Lucía

50 manualidades para hacer con tu hijo

• Madrid: La Esfera de los Libros, 2015

Aquest llibre, per fer manualitats amb el teu fill… nebot, nét, amic… en el cole, a casa, a la cuina, a l'habitació; la qüestió és poder passar una estona fent alguna cosa divertida amb els més petits de la casa.

Amb l'ajut de materials de casa descobrireu molts secrets per llançar-vos a l'aventura de crear objectes divertits, útils per jugar i bonics per decorar.

Què hi ha dins el llibre? Hi trobareu 50 manualitats, ben explicades amb fotos pas a pas. S'indica també l'edat per a la qual han estat pensades. Hi haurà manualitats que necessitaran l'ajut d'un adult i altres que podran fer els peques sols.

Està pensat per capítols: mamà m'avorreixo, vaig a l'última, amb el menjar sí que s'hi juga…

Gairebé totes tenen una utilitat, així que les conservarem un bon temps i en traurem profit!

Llibres

Grandes, Almudena

Els Petons al pa

• Barcelona: Columna, 2016

'Els Petons al pa' explica, de manera subtil i commovedora, com transcorre la vida d'una família que torna de vacances decidida a no canviar la seva rutina, la d'un divorciat a qui se sent sanglotar darrere un envà, la d'una àvia que posa l'arbre de Nadal abans d'hora per animar els seus, la d'una dona que decideix reinventar-se i tornar al camp per viure de les terres que van alimentar els seus avantpassats...

Molts veïns, protagonistes d'aquesta delicada novel·la coral, viuran moments agredolços d'una solidaritat inesperada, d'indignació i de ràbia, però també de tendresa i tenacitat. I aprendran per què els seus avis els van ensenyar, quan eren petits, a fer petons al pa.

Cinema

Ruben Östlund

Fuerza Mayor [Turista]

• Suècia: 2014 (119 min.)

Com reaccionaries davant d'una situació extrema en què corre perill la teva vida i la de la teva família? Aquesta és la idea principal de *Fuerza mayor*, una de les pel·lícules europees més interessants dels últims temps.

Una família que passa les seves vacances en una estació d'esquí veu com la seva relació s'esquerda quan, davant d'una allau, el pare decideix salvar-se deixant la seva dona sola per protegir els nens. L'allau és inofensiva però la reacció de l'home sacsejarà la relació.

El director suec Ruben Östlund, en el seu quart film, ens convida a la reflexió entorn dels rols de gènere i la influència de la raó i de l'instint en els nostres actes. *Fuerza mayor*, tan ben rodada com interpretada, forma part d'aquells films escandinaus que hàbilment ens parlen de qüestions universals a partir d'entorns reduïts. Fou seleccionada per competir a la secció "Una certa mirada" del Festival de Canes on va guanyar el Premi del Jurat i va estar nominada com a Millor pel·lícula estrangera als Globus d'Or.

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

Barri
La Sagrera · Navas Congrés/Indians

Foto:Vicente Zambrano

EL CHARRO

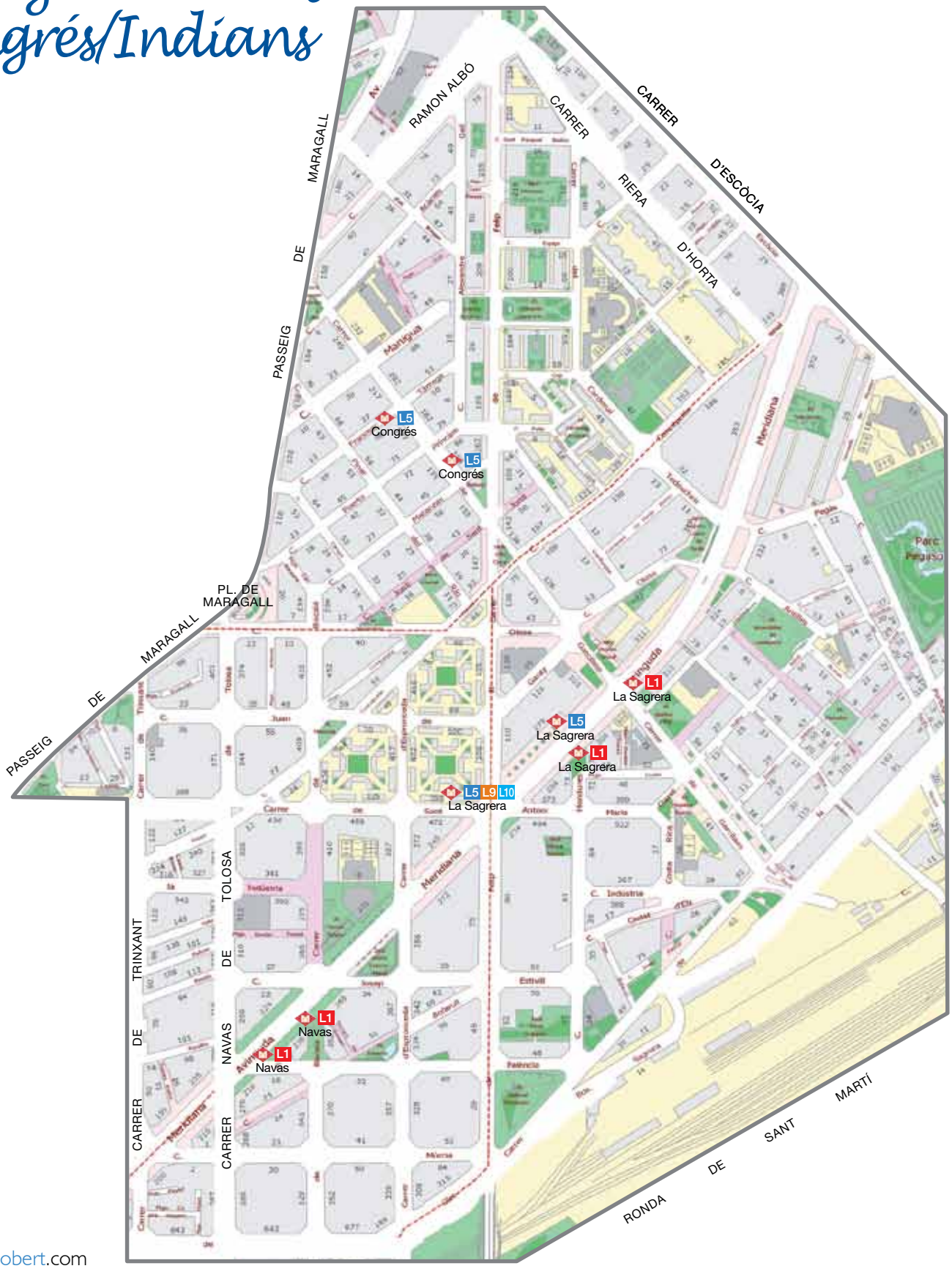
JAMONES SOTOSERRANO

www.elcharro.com

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

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

Barri
La Sagrera-Navas Congrés/Indians



Llibres

Geda, Fabio

En el mar hay cocodrilos: la historia de Enaiatollah Akbari

• Barcelona: Destino, 2011

A la Biblioteca La Sagrera-Marina Clotet tenim una exposició de fotografies, llibres i altres documents sobre refugiats. Entre els llibres trobareu aquesta novel·la d'un escriptor italià que ens presenta la història real d'Enaiatollah Akbari, un jove afganès que, al no pertànyer a la ètnia majoritària i degut a la pressió dels talibans, es veu obligat a marxar del país amb 10 anys a la recerca d'una vida millor. Una odissea que el va posar en contacte amb la misèria i la noblesa dels homes.

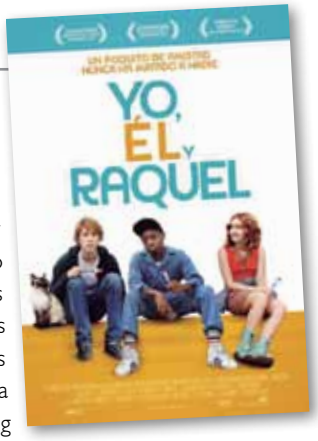
Música

Talk Talk "Spirit of Eden"

• Parlophone, 1988

Abans d'enregistrar *Spirit of Eden*, el grup liderat per Mark Hollis havia gaudit d'un cert èxit comercial gràcies a la cançó *It's my life*. La multinacional EMI esperava un treball que confirmés el potencial comercial del grup i en canvi es va trobar amb un disc experimental i fosc, però magistral. *Spirit of Eden* és un dels millors discos dels anys vuitanta, introspectiu, melangiós, irresistible. A mig camí entre la cançó pop, el jazz i l'experimentació ambient, aquest disc i el següent (*Laughing Stock*) van situar Talk Talk entre els grups més influents de la seva època.

Cinema



Alfonso Gómez-Rejón

"YO, ÉL Y RAQUEL"

• Estats Units: 2015 (105 min.)

Greg és un adolescent que vol finalitzar l'institut sense que li facin *bulling* i per això es manté al marge dels diferents grups dominants. L'únic amic autèntic que té és l'Earl, amb qui fa pel·lícules absurdes des dels temps del parvulari. La Raquel és una companya d'institut amb leucèmia a qui Greg visita per imposició de la seva mare tot i que, amb el temps, es fan amics. Aquesta pel·lícula té moments de comèdia molt ben trobats. És tendra i a la vegada té uns diàlegs molt enginyosos i ben lligats amb la història que en cap moment cau en el melodrama. Va obtenir, merescudament, el Premi a la Millor Pel·lícula del Festival de *Sundance* de 2015.

Totes aquestes recomanacions les podreu trobar a la Biblioteca La Sagrera Marina Clotet (carrer Camp del Ferro, 1-3) i al catàleg de la Xarxa de Biblioteques de Barcelona. http://sinera.diba.cat

Altres

Ho'oponopono

L' Ho'oponopono és un sistema hawaià ancestral de resolució de conflictes que consisteix en reunions familiars on es solucionen els problemes mitjançant debats, confessions, disculpes i penediments. L'únic requisit per poder acudir a l'activitat és tenir el carnet de biblioteca. Tindreu al vostre abast un fons documents per aprofundir coneixements. L'activitat és a càrrec de Janet Recasens. Serà dimarts 19 de juliol de 18,30 a 20,15h. A la Biblioteca La Sagrera-Marina Clotet (Camp del Ferro, 1-3).

Música

Le Dancing Pepa Swing Band

Aquesta agrupació d'origen valencià està formada per una selecció d'AllStars de la nova generació de Jazzmen del territori nacional. El seu swing trasllada als oients als millors clubs dels anys 30, creant un ambient únic. Serà divendres 8 de juliol a les 21h. A la plaça Masadas.

Julien Chanal Trio & Cia

Julien Chanal, guitarrista i compositor dins de la Barcelona Gipsy Balkan Orchestra, aprofita aquesta ocasió especial per presentar-nos el seu repertori de composicions entre el gipsy jazz, la bossa, les inspiracions balcàniques... Tot això a trio i amb convidats especials. Serà divendres 15 de juliol, a les 21h. A la plaça Masadas.

Combo Sagrera Destruction

Aquest grup ha participat en nombrosos concerts arreu de la nostra ciutat i ha servit de plataforma experimental per a molts estudiants de música de l'escola BCN fusió de diferents instruments. Dins el seu repertori trobem una amalgama d'estils: jazz, funk, blues, bossanova, fusió… Cada concert és diferent i únic. Serà divendres 22 de juliol, a les 21h. A la plaça Masadas.

Tallers

Taller pràctic d'escriptura social

En aquesta tercera edició del Festival de dramatúrgia sobre la crisi PIIGS volem sentir la teva veu i per això posem en marxa el taller d'escriptura social. Si pertanys a un col·lectiu especialment castigat per la crisi o lluites per evitar els seus efectes, et convidem a participar en aquest taller gratuït. T'ajudarem a expressar mitjançant l'escriptura el teu punt de vista sobre la situació actual. Escriu-nos un correu a festival@perpetuum.cat explicant-nos les teves motivacions. No cal experiència prèvia. Serà del 4 al 8 de juliol. De 19 a 21h. A la Nau Ivanow (Hondures, 28)

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

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

C/ Olesa, 67 - T. 93 340 74 04
FLORISTERIA EMI
C/ Navas de Tolosa, 298 - T. 93 340 60 04
FLORISTERIA Mª OTILIA COLOM
C/ Mossèn Juliana, 45 - T. 93 349 38 16
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

GESTORIA EGEA 21
ABOGADOS
Profesionalidad a buen precio
Especialistas en:
• Divorcios • Herencias
• Comunidades • Contratos • Despidos
• Extranjería • Renta • Sociedades
• Inmuebles
Av. Meridiana, 232-234 ☎ 93 143 71 84
www.gestoriaegea21.es

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
CENTRO KUMON
C/ Curtit, 1 - T. 902 190 275
www.kumon.es
OLYMPIA DANSA
C/ de las Navas de Tolosa, 312 – T. 695 941 188

Entitats

BIBLIOTECA LA SAGRERA-MARINA CLOTET
C/ Camp del Ferro, 1-3. T. 93 340 86 75
CAP GARCILASO
C/ Garcilaso, 1-9 - T. 93 243 25 27
CENTRE CÍVIC GARCILASO
C/ Garcilaso, 103 - T. 93 256 29 59
C. CÍVIC LA SAGRERA LA BARRACA
C/ Martí Molins, 29 - T. 93 351 17 02
CENTRE CÍVIC NAVAS
C/ Navas de Tolosa, 312- T. 93 349 35 22
CENTRE CULTURAL LA NAU IVANOW
C/ Hondures, 28-30 - T. 93 340 74 68

Estètica i 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 Galí, 17 - T. 658 94 43 91
PERRUQUERIA GRACIANO
C/ Ramón Albó, 78 - T. 93 340 23 23
PERRUQUERIA LLEA
C/ Navas de Tolosa, 311 - T. 93 408 18 12
PERRUQUERIA REYSA
C/ Navas de Tolosa, 288 - T. 93 351 01 04
CAROL'S
C/ Josep 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

Carol's
TODO EN PELUQUERÍA
Venta al mayor y detalle
TODAS LAS FIRMAS COMERCIALES
Aparatos · Anexos · Belleza
C/ Josep Estivill, 16 · Tel. 93 352 76 10
C/ Padilla, 220 · Tel. 93 245 10 01
C/ Rogent, 85 · Tel. 93 435 99 75
C/ Llobregos, 104 · Tel. 93 429 49 19

Joieries i Rellotgeries

LAGUNAS JOIERS
C/ Navas de Tolosa, 280 - T. 93 340 71 59
MOLINS JOIERS RELLOTGERS
C/ Garcilaso, 154 - T. 93 352 93 05
PONT JOIER
Pl. Dr. Modrego, 3 - T. 93 349 42 20

Llar i Serveis

ARTÍSTIC MARCS A MIDA
Av. Meridiana, 290 - T. 93 408 55 31
CERÁMICAS ESTIVILL
C/ Josep Estivill, 19 - T. 93 408 65 65
CRISTALERIAS FELIPE II
C/ Felipe II, 212 - T. 93 352 89 95
DFL GROUP
C/ Felip II, 84 - T. 93 340 71 99
ELECTRO BERSI
C/ Garcilaso, 147 - T. 93 353 52 56
ESTRUCTURES ALUMINI RIBAS
C/ Navas de Tolosa, 295 - T. 93 408 17 42
FERRETERIA BRICOLATGE TRAFALGAR
C/ Cienfuegos, 3-5 - T. 93 340 20 41
ICASA
C/ Cortit, 6 - T. 93 498 82 80
LA GANGA-2
C/ Concepció Arenal, 47 - T. 93 351 52 27
LAMPARAS MIM
C/ Navas de Tolosa, 296 - T. 93 340 42 50
MARC A MIDA
Av. Meridiana, 290 - T. 93 408 55 31
MATALASSERIA PADROS
C/ Garcilaso, 141 - T. 663 015 623

Moda i 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

Residencia Cadesa
Residencia - Geriàtrica
Centre de dia
Mare de Déu de Montserrat
• Horario libre visitas
• Cocina propia
• Médico y animación
C/ Cienfuegos, 27 bajos
Tel. 93 352 80 07 Sagrera/Congrés
www.residenciamontserrat-barcelona.com

ADATT DENTAL
Pere Terre i Domenech, 9 T. 93 340 54 00
CENTRE TERÀPIES NATURALS HERMES7
Passatge Coello, 2 - T. 93 408 67 14
CENTRE MEDIC NAVAS
C/ Navas de Tolosa, 292 - T. 93 340 02 08
CLINICA DENTAL CONGRÉS-SAGRERA
C/ Felip II, 182-184 - T. 93 349 58 04
FARMÀCIA ANNA LLOBERAS
C/ Honduras, 65-69 - T. 93 349 90 70

CLÍNICA DENTAL ARJUDENT
15% dto.
15 anys cuidant del teu somriure
1ª Visita gratuïta
❖ Odontologia general
❖ Ortodòncia ❖ Pròtesis Implants
C/ Felip II, 182-184, baixos
93 349 58 04 615 56 09 35

www.bcnanimals.com
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

El JARDÍ de l'ÀPAT

15% dto. PRESENTANDO ESTE ANUNCIO

Situado en una bonita torre entre la pza. Sanllehy y el Parque Güell (300 m.), con naturaleza e inmejorables **vistas sobre la ciudad**, en nuestras **terrazas** disfrutará de comidas y cenas a la fresca.

Especialidad en carnes y verduras a la brasa, cocina catalana, bacalao, caracoles al estilo de Lleida, calçotades en temporada

Menú diario y festivos. Precio medio 24€ | BUS 24 - 92

C/ Albert Llanas, 2 · Tel. 93.285.77.50 · www.eljardidelapat.cat

Sudoku

L'objectiu del joc és omplir una quadrícula de 9x9 quadrats dividida en subquadrícules de 3x3 amb les xifres de l'1 al 9 partint d'alguns números ja disposats en alguns dels quadrats. No s'ha de repetir cap xifra en una mateixa fila, columna o subquadrat.

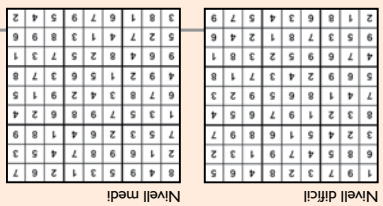
NIVELL MEDI

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

NIVELL DIFÍCIL

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

Solucions



www.sudoku-online.org

Ángel Gordon
Hipnólogo Clínico

¿Qué podemos conseguir con la hipnosis clínica?
Hoy en el siglo XXI "La Hipnosis Clínica" es clave para solucionar "tus problemas"

1. Eliminar la adicción al tabaco y a otras adicciones.
2. Aliviar trastornos afectivos. 3. Ansiedad y depresión.
4. Tratamiento de dolores crónicos y fibromialgia.
5. Mejorar las defensas de las personas que reciben quimioterapia.
6. Inducir al sueño a personas que padecen del insomnio.
7. Tratamiento indicado para obesos que quieren perder peso.

Bailén, 169 Pral. 3a · T. 93 459 22 55 · M. 630 051 601
angelgordonlions@hotmail.com · **www.angelgordon.com**

El secret de les herbes

Valeriana

La valeriana (Valeriana officinalis) és, sens dubte, el tranquil·litzant natural més conegut. El seu principal ús està relacionat amb els trastorns de la son i el seu consum és habitual, sobretot, entre els que pateixen insomni.

Es tracta d'una planta originària d'Europa i de certes zones d'Àsia, tot i que actualment està molt present a Amèrica del Nord. El seu cultiu és propi de les zones humides i està tan estès que trobem plantacions en països tan dispars com Bèlgica, Holanda, Índia, Japó, Colòmbia o les regions andines de Xile i Argentina.

Per a l'elaboració dels productes que contenen aquesta planta, el que s'empra en la preparació és l'oli essencial que s'obté de la seva arrel i que posseeix una potent acció sedant.

Propietats comunes de la valeriana

La valeriana actua com un agent sedant, relaxant el sistema nerviós i el cervell. Al contrari que succeeix amb altres tranquil·litzants, aquesta planta no esgota ni debilita a qui la consumeix, pel que se sol recomanar la seva presa principalment en persones que tinguin problemes per agafar la son.

També es recomana per a aquelles afeccions relacionades amb l'estrès i l'ansietat que cursen amb altres reaccions com ara la histèria, mals de cap i migranyes, dolors estomacals o hipocondria.

De la mateixa manera, alleuja els símptomes d'angoixa, emotivitat o tristesa, així com el nerviosisme. Alhora que ajuda a estabilitzar el ritme cardíac, pel que la seva ingesta pot estar recomanada a aquelles persones que pateixen arítmies.

www.webconsultas.com

Gaspatxo d'alvocat

- 500 gr. tomàquets (d'amanida)
- 300 gr. alvocat
- 100 gr. pebrot verd
- 70 gr. ceba
- 1 gra All
- 100 gr. cogombre
- 30 ml. Oli d'oliva
- Sal
- 1 suc de llimona
- 250 ml. aigua

Tallem els alvocats per la meitat, retirem els ossos, els pelem i piquem. Després rentem bé els tomàquets, el cogombre i els pebrots verds.

Pelem la ceba i la tallem. Pelem el gra d'all, tallem per la meitat al llarg i traiem el centre, així no amarga ni es repeteix. Pelem l'alvocat i el tallem en quatre parts

Trossegem les verdures rentades i les afegim al got de la batedora. Afegim l'alvocat prèviament pelat i tallat a quarts i sense os.

Batem fins que no quedi cap tros de verdura, durant uns 2 minuts a màxima potència. Afegim el suc de llimona i després l'oli, mentre batem durant 1 minut més. Per a què no quedi tan líquid, sempre es pot utilitzar el xinès que deixa una millor textura.

Quan fem un gaspatxo és millor no pelar els tomàquets ja que els triturem. Això sí, és important que estiguin ben nets per eliminar tot el que pugui tenir la pell. Recorda que a la pell es troben moltes vitamines que llencem en pelar-los.

Una vegada acabat el gaspatxo, el servim en una copa, la decorarem amb uns petits daus de pebrot vermell, verd, ceba i tomàquet. Per acabar, col·locarem una rodanxa de cogombre a la copa.

Pastís de formatge amb cireres

Per a la base del pastís:
- 2 paquets de galetes
- 100 gr. mantega

Per al farcit i la decoració:
- 300 gr. formatge per untar
- 300 gr. nata liquida
- 1 llauna llet condensada
- 3 fulles gelatina neutra
- 1 sobre de gelatina de cirera
- ¼ kg. cireres

Triturem bé les galetes i les reservem. En un bol, batem el formatge amb la nata i la llet condensada.

Després posem la barreja al foc sense deixar de remenar. La traiem del foc i la reservem. D'altra banda, submergim les fulles de gelatina en una mica d'aigua freda fins que es desfaci. Afegim la gelatina a la primera barreja reservada i deixem que es refredi.

Posteriorment, barregem bé les galetes triturades i la mantega o margarina fins a formar una massa homogènia, que estendrem en el fons del motlle prèviament greixat.

Posem la primera barreja per sobre de la base de galetes i posem el pastís a la nevera per a que qualli. Mentrestant, preparem la gelatina de cirera. Quan estigui freda, la col·locarem sobre el pastís i la tornarem a portar-la a la nevera fins que es qualli la gelatina.

Finalment, per decorar, col·locarem les cireres en forma de cercle en tota la superfície i abocarem sobre ella la gelatina.

Horòscop

juliol'16

Àries
21 MARÇ - 20 ABRIL

Molt moviment a casa, amb possibilitat de canvi de llar. Fes molts comptes abans de llançar-te al buit, sobretot procura que els teus plans siguin sobris.

Taure
21 ABRIL - 20 MAIG

Tens a Júpiter en el teu signe i això fa que per un temps vegis el got a la meitat i a més estàs en un moment amb moltes ganes de passar-ho bé i de dir-te, per què no? Compte amb els capricis, perquè pots excedir-te i després penedir-te.

Bessons
21 MAIG - 21 JUNY

Temps dedicat a les aficions i els fills, però per què no ajuntar-los i participar dels dos al mateix temps? Seria fantàstic ja que podria sorgir una molt bona comunicació amb ells.

Cranc
22 JUNY - 22 JULIOL

Sensibilitat a flor de pell. Procura relativitzar les situacions. Possiblement es posi en marxa algun tema relacionat amb els fills o algun projecte somiat.

Lleó
23 JULIOL - 23 AGOST

Buscaràs la polèmica i millor que no et portin la contrària. La parella reclamarà la teva atenció i hauràs de dedicar-li més temps. Et trobaràs molt vital durant tot el mes, fer exercici et resultarà molt beneficiós.

Verge
24 AGOST - 23 SETEMBRE

En l'ambient familiar pot haver tensions, compte amb imposar criteris. Els amics aquest mes seran la vàlvula d'escapament que necessites, compta amb ells i seria bo que comenceu algun projecte conjunt.

Balança
24 SETEMBRE - 23 OCTUBRE

Segueix l'acció en el pla professional, possibilitat de noves directrius. Et sorprendran situacions i persones, igual res surt com tu voldries davant la qual cosa la flexibilitat i adaptabilitat serà la teva millor arma.

Escorpió
24 OCTUBRE - 22 NOVEMBRE

Si has fet els deures aquest mes veuràs clar cap a on. Nous aires bufen a la teva vida obrint una finestra on abans només veies paret.

Sagitari
23 NOVEMBRE - 21 DESEMBRE

Possibilitat de veure o produir algun canvi de rumb en la teva vida. L'amor i els projectes creatius estaran actius aquest mes. Es tanquen temps que no han estat massa agradables per trobar l'espai que necessites.

Capricorn
22 DESEMBRE - 20 GENER

Quan hem de dividir la nostra vida entre nosaltres i els altres el primordial és arribar a pactes. Comptar amb els altres serà l'exercici que practicaràs aquest mes.

Aquari
21 GENER - 19 FEBRER

La intuïció estarà molt fina aquest mes, per això fes-li cas. Atreveix-te a somiar amb possibilitats d'expansió en el terreny professional (tens al planeta de l'excés Júpiter en l'àrea dels ingressos i inversions) vigila.

Peixos
20 FEBRER - 20 MARÇ

La família seguirà sent el centre del teu interès, sobretot els fills que ja es tenen o els que estan en camí. Seria bo començar a planejar la distribució del temps, propiciant una bona agenda.

www.lilla.com

10 ANYS

L'ILLA DIAGONAL PRESENTA

CINEMA A LA FRESCA

CICLE

ESTRANYES TRIBUS

Cada dijous del 30 de juny al 28 de juliol. Obertura portes: 21 h. Inici sessió: 22 h.
Cinema a l'aire lliure als jardins de St. Joan de Déu (interior L'illa Diagonal)
Accés al recinte 3,5 euros. Gratuït per als menors de 10 anys / www.lilla.com
Venda anticipada a Atrapalo. Totes les pel·lícules es projectaran en V.O.S.E

30/06 **RELATOS SALVAJES**
07/07 **UN DÍA PERFECTO**
14/07 **LA FAMILIA BÉLIER**
21/07 **PRIDE**
28/07 **TRUMAN**

L'illa

ACTUALITZAT A L'ILLA