



**LaVeu  
deSarrià**

Primavera  
2020

Exemplar gratuït



2€



# POSPOSAT



**AQUEST ANY TORNEM A CELEBRAR LA BARBACOA DE L'OEST A SARRIÀ!**

No ho dubtis i vine a degustar una succulenta broqueta de carn rostida per a l'ocasió, a més, si véns disfressat de cowboy, t'ho emportes de franc. **Preus populars** per a tothom, dos euros amb beguda inclosa. També hi haurà **carrusel ecològic, toro mecànic, venda d'alimentació i exhibició ball country i taller de ball**. Comencem a rostir la carn a les dotze de la nit, les activitats comencen a les 10.00h i el dinar serà a pun a les 14.00h.



ENS VEIEM AL LLUNYÀ SARRIÀ



CARN S  
J&J

BARCELONA  
COMERÇ

Districte de  
Sarrià-Sant Gervasi

Ajuntament de  
Barcelona







## Editorial

Per **Jordi del Barrio**  
Redactor executiu



Estimats lectors i amics,

Iniciem la primavera al barri, les activitats de l'Eix Sarrià es posen en marxa; us convidem a tots i totes a les quatre xocolatades que farem cada setmana durant aquest mes a llocs itinerants com cada any. Tenim com a premissa que la gent de Sarrià i la que ens visita gaudeixi del barri, de la gent i, sobretot, dels comerços de proximitat. Així que xocolata per a tothom!!

Des de l'Eix Sarrià hem iniciat una campanya perquè s'adhereixin nous comerços al nostre projecte, i fer noves activitats i unificar esforços. Com ja sabeu, tenim com a principal i únic fi, que la gent que hi viu, treballa, o bé totes dues coses, pugui sentir que no ha de marxar a cap altre lloc de Barcelona per fer les compres, ja que a Sarrià tenim de tot; i això és el que volem fomentar, fent actes al carrer, fent que la gent passegi i faci ús del comerç de proximitat. Com més siguem, millor anirem.

Parlant d'activitats, l'abril a més de les xocolatades, també celebrarem Sant Jordi, en què els comerços associats, com cada any, us regalaran una rosa. I el darrer cap de setmana tindrem l'esperada Mostra de Comerç al Carrer que aquest any i com a novetat seguirem més amunt de la plaça per gaudir del carrer Major, us animem a travessar Reina Elisenda, us ho posarem fàcil!

Al maig, i aquest any una mica més tard, tindrem la ja tradicional Sarrià BBQ, amb la qual, com sempre, gaudirem d'un dia familiar al cor de Sarrià.

Com veieu el barri i el comerç de Sarrià és més viu que mai!

Feliç primavera i fins al juny!!

---

Edició i direcció Associació de Comerciants de Sarrià. Canet, 20 08017 Barcelona T.: 932 044 026 / 628 945 343 [acs@eixsarria.com](mailto:acs@eixsarria.com) [twitter.com/eixsarria](https://twitter.com/eixsarria) [facebook.com/eix.sarria](https://facebook.com/eix.sarria)  
Redactor Jordi del Barrio | Publicitat Mònica Perez | Text Carmen Delgado | Disseny gràfic, il·lustració i maquetació [www.gloryafterpeace.es](http://www.gloryafterpeace.es) | Fotografia Núria Navarro, Ramón Ripoll i Salvador Vendrell | Impressió GR Impresores 5.000 exemplars | D.L.: B12202-87 L'ACS no es fa responsable del contingut d'aquells articles i notes signades per particulars o col·lectius que col·laboren. Queda prohibida la reproducció total o parcial del contingut sense consentiment de la direcció. Han col·laborat en aquest número: Avilop, Sergi Angel Ferré, Ana Prats Sanz, Núria Navarro, Traça, Gloria Arbués, Coc de Sarrià i Farmacia G. Hernandez i Miquel.





## La Mostra de Comerç

El proper 25 d'abril, els veïns i els amics de Sarrià podrem celebrar l'arribada de la primavera amb la primera Mostra de Comerç de l'any. Quan arribi la data assenyalada, ja ens haurem acostumat al nou horari d'estiu, les tardes començaran a fer-se més llargues i el sol ens escalfarà més del que ho fa ara. Per això, us volem animar a passar el dia visitant les paradetes que se succeiran en diferents carrers del barri.

Per fer-vos gaudir del dissabte, prop d'un centenar i mig de paradetes ompliran el carrer Major de Sarrià i la plaça de la Vila, en aquesta ocasió volem destacar que la Mostra s'ampliarà per la part nova del carrer Major de Sarrià, entre el passeig de Reina Elisenda i el carrer de Ramón Miquel i Planas. Podreu trobar roba i complements per a totes i per a tots, així com també articles de joieria, complements o articles per a la llar; i també terrasses, per poder prendre un refrigeri i reprendre forces.

Si el que més us engresca és el menjar i el bon beure, la Mostra de Comerç també disposarà d'un espai per a vosaltres: la Mostra Gastronòmica, ubicada a la plaça de Sarrià. Per als més petits, el parc infantil s'ubicarà entre la plaça de Sarrià, la plaça de la Vila i la plaça Josep Obiols.

**Guardeu el dia 25 d'abril per gaudir com mai dels esdeveniments de l'Eix de Sarrià. Us hi esperem!**



## I la guanyadora és...

El passat 16 de gener, la Montse va ser escollida guanyadora de la panera gegant de l'Eix de Sarrià. La mà innocent va treure la butlleta adquirida a la botiga Suso i va fer a la Montse guanyadora dels premis que van estar exposats al Mercat de Sarrià durant tot el Nadal.

**Enhorabona Montse!**

## Joves artistes

El 5 de febrer es va fer entrega dels premis del concurs de dibuix. Els tres guanyadors de la dotzena edició del cartell de Reis van recollir els premis que oferia l'Eix de Sarrià, a més de veure el seu dibuix en el cartell de Reis del 2020.

Els premis van ser:

- 1r premi: un cap de setmana a PortAventura.
- 2n premi: dues entrades al Tibidabo.
- 3r premi: dues entrades per al Bosc Vertical.

**Enhorabona als guanyadors!**



SI COMPRES AQUÍ



## L'Eix de Sarrià regala 1.000 roses

Si compres als comerços associats el dia de Sant Jordi, un total de 20 €, et regalem una rosa.

# POSPOSAT

Recull la teva rosa, mostrant el tiquet de compra a la carpa situada al carrer Major de Sarrià amb carrer Canet.

Promoció vàlida fins a esgotar existències.

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



Amb la col·laboració de:

Districte de Sarrià-Sant Gervasi

Ajuntament de Barcelona







# Traça

En aquesta ocasió ens adrecem al carrer Major de Sarrià, 150, per descobrir la història de Traça, que va obrir en aquest emplaçament l'Alan Giralte el 2016. Quaranta anys abans, el centre impartia classes de puntes de coixí, un negoci familiar regentat per dues sòcies.

Actualment, Traça és un centre d'ensenyament on podem aprendre diferents disciplines, com ara costura, punt i joieria. Realitzar tasques manuals en aquest tipus de tallers fa treballar els dos hemisferis del cervell i ajuda a la imaginació. A més, sumat a l'orgull de fer una peça amb les pròpies mans, és una pràctica molt recomanable.



Per Frederic Bou

## NOU ORGUE DE LA PARRÒQUIA

Orgue nou ens feia falta,  
el vell pel seu mal estat  
i potència no gaire alta,  
mai va ser ben escoltat.

Ara ja desentonava,  
era inútil reparar,  
un relleu necessitava  
per poder el so delectar.

I davant tal perspectiva,  
ja s'havia esperat prou,  
decisió molt positiva  
fou comprar-ne un de nou.  
La Parròquia, el seu Centre,  
i la nostra població,  
arriscar ha volgut la pena  
la costosa operació.

Feligresos sens cap dubte  
hem gaudit de molta sort,  
en comptar per al producte  
amb el mestre Blancafort.

De família sarrianea,  
personatge popular,  
just avui aquí ens presenta  
realment una obra d'art.

Les misses tindran més vida,  
concerts culturals hi haurà,  
la fita ara aconseguida  
és pel bé de tot Sarrià.



### Però, com funcionen les classes?

Els tallers que s'imparteixen a Traça estan pensats per a grups de cinc o sis persones. Cada grup és diferent i podem trobar:

- **Costura:** l'alumnat aprèn a fer servir la màquina, elaborar patrons i plasmar-los en la tela.
- **Punt:** l'alumnat crea els dissenys amb el seu propi estil.
- **Fabricació de joies:** l'alumnat aprèn a tallar, llimar i soldar les peces en classes de dues hores.

El més important de les classes és que l'alumnat obté una gran **satisfacció a l'hora d'elaborar una peça amb les mans**. Arriba al centre amb una idea i el professorat l'ajuda a donar-li forma, i és que aquestes classes **funcionen també com a teràpia**.

Durant les sessions, **els grups interactuen** donant les seves opinions als treballs de la resta de companys, així es crea un ambient relaxat, on tots els alumnes **se senten valorats i reconeguts**.

Ens expliquen que, com a professors, obtenen una gran satisfacció de veure els treballs dels alumnes acabats, per a ells és una gran estimulació.

**Si vols saber-ne més, no dubtis a contactar. A Traça no trobaràs límit d'edat per apuntar-te als cursos!**



### Cebado HAIR Studio

Cebado HAIR Studio és una perruqueria on ens agrada atendre tant els homes com les dones.

Som un equip especialitzat en la cura del cabell i en les darreres tècniques en coloració. A més a més, formem part d'un grup que, temporada rere temporada, marca les tendències en el sector de la perruqueria.

Treballem en les desfilades més destacades del país i col·laborem amb diferents mitjans de comunicació del món de la moda. Ens agrada la feina que fem i per això tenim molta cura de cada una de les persones que ens visiten. T'assessorem perquè aconseguis lluir el millor look, adequat als teus gustos i necessitats, i a més a més, tenim una botiga on podràs trobar els millors productes de perruqueria del mercat.

Vine a visitar-nos al carrer Major de Sarrià, 58, i et recomanarem el millor per a tu! Som una empresa de perruqueria amb molts anys d'experiència i amb un equip jove sempre disposat a buscar les millors propostes i solucions per a tu. Ens agrada el que fem i això ens fa estar sempre al dia.



### EXPERIMENTA

Experimenta és un espai dedicat a experimentar amb la creativitat i destinat tant a nens com a adults.

Dissenyem workshops que alimenten la capacitat de sorprendre'ns i entrenen els sentits i la intel·ligència. Aquí descobriràs que no hi ha encerts ni errors, que la creativitat és en tots i en tot, creixeràs, connectaràs i gaudiràs.

Programem tallers monogràfics sobre tot tipus de disciplines creatives: disseny gràfic, arquitectura, poesia, dibuix, fotografia, collage, estampació, art... I preparem tallers privats d'aniversari.

Aquest curs oferim una extraescolar els dimecres sobre experimentació creativa i disseny gràfic, per a nens de 6 a 12 anys, i també hi ha la possibilitat de venir dies independents.

El casal d'estiu cada setmana gira sobre un tema o una disciplina diferent, fem sortides a exposicions i treballem sobre allò que hem vist, o sortim al bosc a construir i crear amb allò que ens trobem.

Perquè mai no falti la inspiració, a Experimenta trobareu també una petita llibreria especialitzada en àlbums il·lustrats i llibres per alimentar la creativitat.

Experimenta és a Clos de Sant Francesc, 35. Passeu-nos a veure, ens encanta rebre visites!

[www.experimenta.club](http://www.experimenta.club)



### Mapfre

Mapfre és l'asseguradora de referència del mercat espanyol. Ocupa una posició preferencial als principals mercats mundials. És el tercer grup assegurador a l'Amèrica Llatina i l'onzena asseguradora a Europa. Actualment, Mapfre Espanya té 6,5 milions de clients i gairebé 11.000 treballadors, i una xarxa comercial formada per 35.000 oficines amb un projecte d'expansió que desenvolupa cada any.

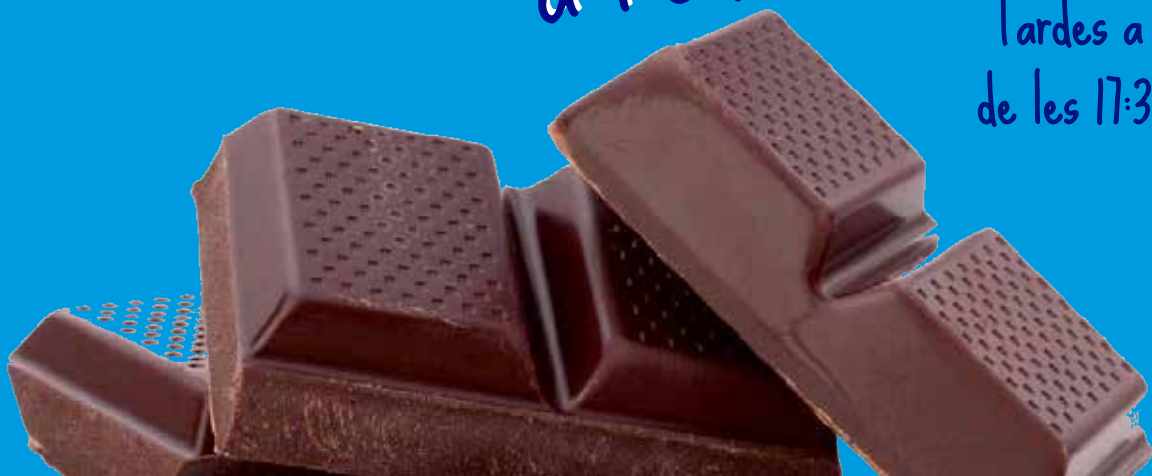
Un dels objectius prioritaris d'aquest pla d'expansió és ser en tots el barris de les grans ciutats. Per aquest motiu, a finals de gener, Mapfre obre una oficina al barri de Sarrià, per tal de poder cobrir les necessitats dels veïns i dels comerciants tant presents com futurs.

Aquesta oficina està ubicada al passeig Sant Joan Bosco, 51. Trobareu allà el seu director, Javier Bravo, i la consultora de risc, Noemi Rodríguez, que estaran encantats d'atendre tots els veïns i comerciants del magnífic barri del qual tenen la sort de formar-ne part.



# Xocolatades a l'eix de Sarrià

Tardes a partir  
de les 17:30 h.



## ANUL·LADES

|                |                         |
|----------------|-------------------------|
| Dia 4 de MARÇ  | A LA PLAÇA SARRIÀ       |
| Dia 11 de MARÇ | MAJOR DE SARRIÀ / CANET |
| Dia 18 de MARÇ | P. JOSEP OBIOLS         |
| Dia 25 de MARÇ | MANUEL DE FALLA         |



Districte de  
Sarrià-Sant Gervasi

Ajuntament de  
Barcelona





## La importància de la hidratació dels gats

L'aigua és un nutrient essencial per a tots els éssers vius. L'obtenim de l'aigua que bevem i també de l'aigua que contenen els aliments que mengem.

Una ingestió d'aigua insuficient ens porta a la deshidratació, que a la vegada té importants efectes nocius en l'organisme, com, per exemple, un risc més elevat de patir malaltia renal crònica, hiperglucèmia i progressió de la diabetis, problemes urinaris recurrents (com ara la formació de càlculs a la bufeta, els urèters o els ronyons) i hipertensió arterial.

El nostre gat domèstic (*felis catus*) prové del *felis silvestris lybica*, un gat salvatge africà adaptat a climes desèrtics on la disponibilitat d'aigua és baixa. Per aquest motiu està adaptat a obtenir l'aigua de l'aliment (les preses que caça en el cas que ho faci o, la majoria dels nostres gats, de l'aliment que els



donem) i es considera que és un «mal bevedor». Les preses més habituals dels gats que cacen són ocells i ratolins, que contenen aproximadament un 65% d'aigua; l'alimentació seca (o pinso) conté menys d'un 8% d'aigua i la dieta humida (sobres, llaunes, etc.) a partir d'un 70% d'aigua (el més semblant a una presa natural).

Per aquest motiu és molt important tenir cura de mantenir una bona hidratació del nostre gat i fomentar que pugui ingerir aigua suficient per evitar els problemes derivats de la deshidratació.

### Això ho podem fer:

#### Fomentar que begui més aigua.

Hi ha estudis que demostren que com més abeuradors a disposició del gat, més aigua consumeix; això és especialment important en èpoques de calor, quan hi ha més d'un gat a casa (perquè no hagin de competir per l'abeurador), i si es queden sols durant uns dies (si per accident es tomba un dels abeuradors, han de quedar alternatives d'on pugui beure).

També està demostrat que com més fresca (renovada) és l'aigua, més predisposició a beure'n. Per això es recomana canviar l'aigua diversos cops al dia, o bé comprar-los una font per a gats on l'aigua circula i es filtra contínuament. També podem deixar-los beure directament del raig de l'aixeta si els agrada.

#### Augmentar la proporció d'alimentació humida.

Hi ha diversos falsos mites al voltant de la dieta humida per a gats, com que no alimenta igual que la dieta seca (o pinso), que no són tan saludables o que engreixa més. La realitat és que actualment hi ha dietes humides de molt bona qualitat, que alimenten el gat de la mateixa manera que ho fa la dieta seca (sempre que en l'etiqueta figuri que és un aliment complet i no complementari) i a més ens ajuden a mantenir una hidratació millor i a controlar el pes (tenen efecte saciant perquè com que contenen molta aigua, donen volum però proporcionalment aporten menys calories que la dieta seca).



Alexia de Pablos Marin

## La millor pala de pàdel per als fills

El pàdel és un exercici idoni per al desenvolupament motor dels fills, ja que requereix un treball específic i global de la coordinació juntament amb el desenvolupament integral i funcional tant de la força com de la resistència.

Avui volem donar-vos alguns consells perquè els vostres fills practiquin el pàdel de manera segura amb l'elecció de la pala correcta, segons l'edat i les característiques físiques.

El pes i les dimensions d'una pala de pàdel junior són els indicadors més importants que hem d'observar a l'hora de triar-la; sobretot, el pes.

Els creixement en aquestes edats és molt ràpid, per tant, la substitució de la pala en el moment precís serà imprescindible per evitar lesions i que els fills millorin notablement en el pàdel. Si ens precipitem a l'hora de triar les dimensions de la pala, pot ser que el nen es desenvolupi més lentament i és possible que acabi deixant el pàdel.

### PALES PER A MENORS DE 6 ANYS

Per als menors de 6 anys és imprescindible un pes inferior a 280 g, no ha de tenir tampoc molt de gruix per facilitar-los el colpeix de la pilota. Ha de ser una pala resistent a cops externs, ja que solen colpejar-la contra el vidre o contra el terra.

### PALES PER A NENS D'ENTRE 7 I 10 ANYS

L'estatura i el pes augmenten amb velocitat en aquestes edats, és el moment de canviar de pala, si ja porta uns anys practicant pàdel, perquè les sessions tindran un caràcter una mica més específic.

El gruix recomanat és de 33 mm o 38 mm, segons les característiques físiques del nen o la nena. Aquest tipus de pala ha de tenir un pes d'entre 320 g-330 g que porti control i alhora una mica de potència. La forma ha de ser rodona i l'equilibri de la pala centrat.

### PALES PER A NENS D'ENTRE 10 I 12 ANYS

En aquestes edats, les pales ja comencen a assemblar-se a les d'adult; de fet, el gruix recomanat és de 38 mm, el pes encara ha de ser lleuger i no ha de passar dels 330 g. A partir dels 12 anys, ja podem començar a comprar pales d'adult sempre que es compleixin els requeriments físics del nen per controlar les pales d'aquestes característiques, és recomanable que, si comprem una pala d'adult, no sobrepassi els 360 g, és més, si pot ser més lleugera, millor.





## Dr. Ramon Rami-Porta

És el cap clínic del Servei de Cirurgia Toràctica de l'HUMT (Terrassa). Reconegut amb la màxima distinció (el primer Merit Award a Espanya) per l'Associació Internacional per l'Estudi del Càncer de Pulmó (IASLC): «*Pel seu esforç i compromís envers el desenvolupament d'un sistema d'estadificació unificat i reconegut internacionalment per la presa de decisions en el tractament dels pacients amb càncer de pulmó*».

### **Vostè és una eminència internacional en el seu àmbit professional. Quina és la fita que més valora o per la qual se sent més orgullós? I en l'àmbit personal?**

La meua vida personal i professional van molt lligades perquè em dedico quasi exclusivament a la feina. Vaig tenir la sort de fer la carrera de medicina amb la idea de ser cirurgià, i em vaig especialitzar en cirurgia toràctica. Era el que volia i s'ha convertit en la meua passió. Em sento molt orgullós i feliç.

En aquella època, només hi havia cinc places a Espanya. Vaig fer una bona especialitat en un centre reconegut internacionalment: la Fundació Giménez Díaz, Clínica Nostra Senyora de la Concepció a Madrid. Tenia uns professors molt avançats que em van ensenyar molt bé. Jo els recordo cada dia i aplico tot el que em van ensenyar.

### **Com va descobrir el seu propòsit de vida? O potser li va venir una mica donat?**

No hi ha cap metge a la família i sóc el primer que va anar a la Universitat. La vocació va ser innata. Abans de decidir-me per medicina, com a estudiant, m'agradava molt la biologia, els animals... Podria haver estat veterinari. Va ser una mica progressiu i, finalment, vaig pensar que el cos humà és una meravella, és l'ésser viu més evolucionat.

### **Com era vostè de petit? A què li agradava jugar?**

Era un nen tranquil, m'agradava llegir i passejar. No practicava esport. Tenia soldats en miniatura, i feia guerres d'indis i vaquers. També tenia un castell i un maletí de metge. I recordo un joc d'anatomia humana on hi havia vísceres i m'agradava molt jugar-hi. I un joc de química amb el qual feia experiments. Potser això va ser premonitori.

### **Somiava ser metge?**

Somiava, des de petit, ser metge, i més intensament des del batxillerat.

### **Què va aprendre dels seus pares?**

El meu pare era molt treballador i responsable, i jo he agafat d'ell aquesta virtut. Era complidor, puntual i la seva honestedat va ser un exemple per a mi. De la meua mare desta-

caria la disponibilitat d'ajudar sempre els altres: els veïns, la família, etc.

Tots aquests valors són fonamentals per al metge i els he heretat dels meus pares. Jo veig la medicina com un servei als altres. Malauradament hi ha l'altre vessant de la medicina, que és plantejar-la com un negoci, i això és un desastre actualment.

### **Com és el seu dia a dia al quiròfan?**

Opero els malats que he vist a consulta o bé ajudo els meus companys a operar tres dies per setmana. Dilluns tinc consulta externa i divendres despatx.

La nostra especialitat és el càncer toràctic (pulmó o pleura). Gairebé tots el malats que operem tenen algun càncer. Les operacions són bé per diagnòstic o bé per «estadificar» l'extensió de la malaltia i donar el tractament. També tenim malalties benignes, com ara pneumotòrax, infeccions pleurals o traumatismes.

### **És un món desconegut per a la majoria de persones. Ens pot revelar algun secret o curiositat?**

El quiròfan és un ambient que té dos vessants, d'una banda, és un món molt estricte i seriós i, d'una altra banda, hem de fer que treballem relaxats. Es fan coses molt importants, però tots sabem què es el que hem de fer, som un equip molt ben articulats. Infermeres, anestesista, radiòleg, cirurgià... És un conjunt i cadascú aporta la seva experiència i vocació. Quan hi ha una operació especial, la preparem abans tot l'equip.

Un secret: la bona relació entre tots per saber què fer en cada moment i comunicar-se ràpidament. Una curiositat: tenim música d'ambient perquè hem d'estar còmodes i relaxats.

### **Com desconnecta del seu dia a dia a la feina?**

Camino molt i llegeixo. Abans feia col·leccions, però ara no m'hi puc dedicar.

Vaig en tren cada dia a Terrassa i això em garanteix una hora de lectura diària. La meua feina m'ha ofert l'oportunitat de viatjar molt (conferències, congressos,...) i, encara que sigui per feina, viatjar ajuda a desconnectar molt i jo ho agraeixo.



Els meus viatges són quasi sempre professionals, però en gaudeixo molt.

**En té d'altres passions, a banda de la medicina? Té previst algun projecte? Un viatge potser?** Entre febrer i abril aniré a Marràqueix i a Turquia a impartir conferències i després una setmana a l'Índia com a ponent d'uns cursos de càncer de pulmó que organitza una entitat americana per als indis.

Personalment, tinc un projecte amb un col·lega hongarès cirurgià toràcic des de fa molts anys i per fi molt aviat podrem fer realitat aquest somni. Tots dos som molt aficionats a l'escriptor Graham Green. Ell va escriure el llibre *Monseñor Quijote*, on fa un recorregut que representa la síntesi dels viatges que va fer per Espanya amb un capellà amic seu, i que jo vaig arribar a conèixer. Relata converses que tenien amb gent que coneixien, què feien, què visitaven... i tot això és real.

En Green va fer una ruta que surt del Toboso (Madrid) fins al monestir d'Oseida (Orense). Nosaltres viatjarem en transport públic. Anirem a Madrid i des d'allà fins al Toboso en autocar i després en tren, seguint la ruta del Green fins a Santiago de Compostela i a la Coruña.

Amb aquest viatge travesses mitja península i gaudeixes de paisatges, menjars i arts diferents. Per a mi, la novel·la d'en Green, *Monseñor Quijote*, és una obra mestra.

**Vostè va ser el primer en felicitar la infermera Raquel Franco per la seva entrevista a La Veu. Quina opinió té de la Raquel com a persona?**

La Raquel fa anys que va estar al nostre quiròfan i vam treballar junts. Últimament hem parlat més arran del llibre que va escriure. Em va semblar una iniciativa molt útil.

Com a reflexió: si hem d'humanitzar el quiròfan o la medicina, vol dir que o bé mai no ha estat humana o bé s'ha deshumanitzat en els darrers temps. Hi ha una mica de tot. El Sistema Universal de Salut és el millor que tenim a Espanya. Però el fet que tota la població pugui accedir a uns recursos que són limitats fa que la relació pacient-metge s'hagi empobrit.

Abans s'ingressava el malalt i les proves es feien a l'hospital. Així el vèiem diàriament i creàvem una relació molt més propera. Avui en dia, el més comú és estudiar el cas de manera ambulatoria. S'estalvien recursos, però el cirurgià el veu només un cop abans de la cirurgia. Jo els veig i, encara que m'hi estigui una hora, és poc. Porto trenta-un anys, potser el malalt em coneix d'oides, però jo sóc un desconegut per a ell. El més curiós és que l'empatia més gran es fa en el seguiment postoperatori, que és de per vida. L'agraeixen i els dóna confiança.

Però abans de l'operació: n'hi ha prou amb aquesta hora escassa amb un malalt que posa la seva vida en les teves mans? Així és com està muntat el sistema actualment. La infermera d'anestèsia és la que rep el malalt. El fet que trobi una persona que li parli pel seu nom, que porti un barret que l'identifica i que li expliqui qui és i què passarà fa que el malalt se senti més acollit i segur.

**Quina opinió li mereix la feina humanitzadora que realitza la Raquel en les àrees quirúrgiques? Com poden col·laborar la part científica i la humanística per millorar?**

Quant a les sessions preparatòries particulars dels malalts, tot el que sigui preparació física i mental és importantíssim. El malalt ha d'anar confiat i positiu, i mai enganyat.

La Raquel és una persona especial. La seva feina i aquest sentiment que té de millorar no només la relació infermera-malalt, sinó també la relació entre els col·legues del quiròfan és una iniciativa poc freqüent. I el fet que doni conferències, escrigui un llibre, ara fa poc la van convidar a Mèxic, té molt valor.

La gent entén la necessitat de re-humanitzar la medicina, que cada vegada s'ha anat compartimentant més per especialitats. Broncoscopista, radiòleg, metge nuclear, anestesista, etc. Avui en dia, el malalt està millor estudiat que mai, però això té un cost de temps.

Això nosaltres, en el nostre servei, ho tenim molt en compte. Procurem que els nostres malalts tinguin un metge de referència. Si jo visito un malalt, l'opero i li'n faré el seguiment.

**Què sent un cirurgià que té la vida d'altres persones a les mans? Com han evolucionat els sentiments en aquest aspecte humà de sentir una responsabilitat immensa?**

Un cirurgià sent una gran responsabilitat davant d'un malalt. Jo sempre he sigut responsable perquè durant l'especialitat ja ens ho inculcaven. Quan operàvem, essent residents, els vespres anàvem a visitar el pacient, i també el cap de setmana. Així es creava una cultura de responsabilitat envers del malalt, que posa la seva vida a les teves mans. I ara exactament igual. Actuo igual. No m'he relaxat en aquest aspecte. A més a més, augmenta la meua responsabilitat perquè cada vegada sóc més conscient de l'agraïment que tinc cap al malalt per la seva confiança. Això em toca el cor! I també m'enorgulleix i no deixa de sorprendre'm cada dia.

**I com ha evolucionat el quiròfan en trenta-cinc anys?**

El quiròfan se'n fa petit perquè hi ha molta maquinària a dins. En aquests trenta anys hem passat de tenir el ventilador de respiració i l'electro a tenir una torre, font de llum, endoscòpis, tres pantalles de televisió, etc. Però tot per disminuir l'agressió de l'acte quirúrgic.



Pràcticament tot el que es feia al tòrax obrint, ara es fa accedint per tres foradets amb instrumental, i el que faig a dins és el mateix. Això és un avenç importantíssim: redueix molt l'analgèsic que s'ha de donar i la recuperació és molt més benigna i ràpida, i s'escurça l'estada hospitalària. S'ha de dir que la gravetat de l'operació és la mateixa; el que passa és que el malalt no se'n adona i potser es minimitza la importància de l'acte quirúrgic.

**Vostè és veí del barri de Sarrià. Fa servir el comerç de proximitat? Li agrada comprar per internet?**

Per internet compro bàsicament llibres originals o en anglès. M'agrada anar a llibreries i estar rodejat de llibres, veure'ls i sentir-ne l'olor. I em fa molta pena veure-les tancar.

Faig la compra habitual a la plaça o als comerços del voltant. Tenim de tot en aquest barri.

**Participa de les activitats del barri?**

Per Sant Jordi passejo una estoneta pel barri. Fa un temps vaig editar un llibre amb una editora americana. Li vaig enviar un exemplar del llibre amb una foto de la plaça el dia de Sant Jordi i li va encantar descobrir aquesta festa tan bonica.

Agraïm molt al Dr. Ramon Rami-Porta el temps que ens ha dedicat. Un home serè, atent i molt simpàtic, que s'emociona quan parla del seu agraïment cap als malalts que dipositen plena confiança en ell, que somriu entusiasmat quan comença a parlar del proper viatge, que explica apassionadament mil anècdotes d'en Graham Green, històries d'Unamuno i d'altres històries que denoten que és un gran lector i viatger, a més a més d'un gran cirurgià amb molta humanitat.



**Superservis**  
Supermercats des de 1945

**!!Nou servei a domicili amb furgoneta!!**  
gràcies per escollir-nos

**Les nostres botigues:**  
 • Vallirana 21 93.368.45.71  
 • Major de Sarrià 85 93.203.04.94  
 • Avinyó 11 93.317.53.91  
 • Aribau 156 Fruiteca 93.218.10.58  
 Obert de dilluns a dissabte: 09:00 - 21:00h  
**VISITI'NS**



**Despreocupa't del lloguer, venda o administració de la teva propietat**

Gran demanda en aquesta zona  
Experts en zona alta!!!  
Truca'ns i t'informem

Tel. 932 805 444

**etrim**  
intermediació als negocis  
servici immobiliari

Manuel de Falla 35  
08034 Barcelona  
www.etriniques.com  
comercial@etriniques.com



**Siesmo S.L.**  
materiales para la construcción  
Tuberías y Sanitarios  
Pavimentos Cerámicos

ALMACÉN - 1  
Pedró de la Creu, 35 (Barcelona)  
Tel. 93 203 69 16 - Fax 93 206 61 62

ALMACÉN - 2  
Avda. Mare de Déu de Montserrat, 12-14  
(Sant Joan Despí)  
Tel. 93 373 06 10

**carns J&J**  
La millor carn, a prop teu



**EIC**  
Marketing

Passeig Sant Joan Bosco, 59. Barcelona

**Clínica Veterinària**  
**ROCABERTI**  
TECNOLOGIA

ROCABERTI 10 TEL. 93 204 98 31 08017 BARCELONA  
CVROCABERTI@GMAIL.COM  
WWW.CVROCABERTI.COM

**MAPFRE**

Passeig Sant Joan Bosco, 51  
Barcelona 08017

Javier Bravo 934003326 - 623041886  
Noemi Rodriguez Bravoc2@mediador.mapfre.com

**COPISTERIA**

**RETOLACIÓ**

**ESTAMPACIÓ**

**GRAN FORMAT**

**ORDINADOR**

**Sarrià Copy, S.L.**  
c/ major de sarrià, 148  
08017 barcelona  
tel. 93 204 67 47  
fax. 93 204 67 25  
e-mail: info@sarriacopy.com  
www.sarriacopy.com

**copysarrià**  
còpies i rètols

solucions intel·ligents per donar vida a les teves idees

**Benestar**

**HIGIENE FACIAL e  
HIDRATACIÓ con  
MÁSCARA MODELANTE**

- Limpia
- Hidrata
- Regenera
- Moldea

**49€\***



\*Presentado este anuncio. Válido hasta el 30/04/2020. Precio Tarifa: 57,50 €

**Benestar Sarrià** c/ Negrevernis, 4 Barcelona  
93 280 31 17 610774156

**corsa autoescola**  
www.autoescolacorsa.com

**L'AUTOESCOLA DE SARRIÀ**

Cornet i Màs, 69 08017 Barcelona T.: 932 042 952 / 932 050 160  
Bori i Fontesà, 16 08021 Barcelona T.: 932 003 324  
Mandri, 41 08022 Barcelona T.: 932 531 370

## Aplicacions que analitzen productes alimentaris i cosmètics (Yuka)

Actualment hi ha aplicacions mòbils que els consumidors empenen per analitzar tant productes alimentaris com cosmètics. Yuka és l'aplicació de moda, aquesta aplicació francesa, creada per millorar la salut dels consumidors, s'ha col·locat en el més alt de les llistes de descarregues. Cada cop hi ha més gent que ha sentit a parlar de Yuka (i si no n'ha sentit parlar, ho farà aviat), i cada cop hi ha més gent que treu el mòbil per analitzar aliments als supermercats o cosmètics a les farmàcies i valorar-ne així els avantatges o els desavantatges abans de comprar-los.

### Com funciona aquesta aplicació?

Yuka fa una fitxa de la majoria de les coses que pots trobar-te a les prestatgeries dels supermercats, de les farmàcies i de les parafarmàcies i els classifica en dolent, mediocre, bo o excel·lent d'acord amb la seva composició.

Per avaluar els productes alimentaris, Yuka es basa en tres criteris:

La **qualitat nutricional** representa el 60% de la qualificació; el mètode de càlcul es basa en el Nutri-Score, que té en compte les proteïnes, els greixos saturats, les calories, el sucre, la sal, els llegums, les fibres i les fruites.

La **presència d'additius** representa el 30% de la nota. Segons els estudis que hi ha avui dia, cada additiu té un nivell de risc: sense risc (color verd), risc limitat (color groc), risc moderat (color taronja) o risc alt (color vermell). En l'aplicació s'expliquen els riscos associats a cada additiu, així com també les fonts científiques d'on s'han extret.

El **contingut orgànic** representa el 10% de la nota. Els productes que es consideren ecològics són els que tenen una etiqueta ecològica europea.

Per qualificar els productes cosmètics, Yuka té en compte tots els ingredients que formen part de la composició del cosmètic que es valora. Com que es basa en l'estat actual de la ciència, cada excipient té un nivell de risc segons els seus



efectes potencials sobre la salut: disruptor endocrí, cancerígen, al·lergen o irritant. Els riscos potencials apareixen en l'aplicació juntament amb les fonts bibliogràfiques que donen suport a la informació. Els ingredients es classifiquen en quatre categories de risc:

**Sense risc** (color verd).

**Risc mig** (color groc).

**Risc moderat** (color taronja).

**Risc elevat** (color vermell).

La nota depèn de la categoria de l'ingredient amb el nivell més alt de risc present en el producte. Així, si un producte té un ingredient amb risc elevat (vermell), la nota serà immediatament vermella (per sota del 25/100). Si l'ingredient amb més nivell de risc és un ingredient amb risc moderat (taronja), la nota del producte serà llavors mediocre (per sota del 50/100). La presència dels altres ingredients determinarà amb més precisió la nota dins del rang establert.

Malgrat que aquestes aplicacions poden tenir certa utilitat, també tenen moltes limitacions i poden confondre els consumidors. Tal com s'exposa en una carta emesa pel Col·legi Oficial de Farmacèutics de Barcelona, Yuka va ser creada per analitzar aliments i, per tant, no es poden considerar de la mateixa manera els additius i/o excipients destinats a ser consumits via oral o via tòpica. Cal recordar la importància de recórrer als professionals sanitaris, tant nutricionistes com farmacèutics, perquè ens ajudin a valorar les nostres característiques individuals per fer una selecció òptima dels productes que ens poden convenir més en cada cas.

Cada cop hi ha més gent que treu el mòbil per analitzar aliments als supermercats o cosmètics a les farmàcies





FARMÀCIA  
GEMMA HERNÁNDEZ MIQUEL  
*La teva farmàcia de confiança.*



ADÉU  
A L'AL·LÈRGIA  
AQUESTA  
PRIMAVERA  
CONSULTA'NS!



whatsapp  
comandes  
693 81 16 79



Segueix les  
novetats i  
descomptes



Major de Sarrià, 70 · 08017 BARCELONA  
Tel. 932 030 864 • Tel / Fax 932 042 247



Més informació dels nostres serveis: [www.farmaciamahernandez.net](http://www.farmaciamahernandez.net)



Preparació medicació  
personalitzada



Assessorament en  
dietètica i nutrició



Diagnòstic dermogènètic  
personalitzat



Detecció precoç  
menopausa



Homeopatia  
i Flors de Bach



Test de colesterol,  
triglicèrids i glucosa



Servei de risc  
cardiovascular



Serveis  
d'ortopèdia



Agilitat mental per  
majors de 65 anys



Fòrmules  
magistral



Col·locació  
d'arracades





## Receptes del mercat

Comença la temporada de calçots i al Mercat de Sarrià us volem oferir receptes variades per fugir de la calçotada tradicional. Així que preneu nota per sorprendre els vostres amb aquestes receptes:

### Truita de calçots

#### Elaboració

Netegem els calçots, traiem també la primera pell, i els coem durant 10 min. Un cop cuits, els tallem a trossos petits i els sofregim en una paella. A continuació batem els ous i comencem a escalfar l'oli en una paella per abocar-hi els ous i els calçots. Afegim sal al gust i deixem daurar volta i volta.

#### Ingredients

- 1 pollastre de pagès
- 7 alls
- 2 cebes
- 100 g de llard de porc
- Vi blanc
- Brandi
- 200 g de prunes
- Pinyons
- Pebre negre
- Llorer
- Sal

### Calçots arrebossats

#### Elaboració

Triem els calçots més primers, ja que són els que s'arrebossaran millor. Netegem els calçots: els traiem la part verda, les arrels i la primera pell. En un bol, batem els ous amb la sal, disposem la farina en un altre plat i arrebossarem els calçots. En una paella, escalfem l'oli i els fregim. Un cop fregits, els posem a sobre d'un paper de cuina perquè absorbeixi l'excés d'oli i els servim. Opcionalment, els podem acompanyar amb salsa romesco.

#### Ingredients

- 1 kg de vedella per rostir
  - 1 kg de magre de porc
  - 1 pollastre de pagès
  - 500 g de cansalada
  - 500 g de foie gras semicuit
  - Cebes de Figueres
  - All
  - Brandi
  - 100 g de parmesà
  - Oli d'oliva verge extra
  - Llard de porc
  - Canyella
  - Sal
  - Pebre
- Per a la beixamel:
- Un bric de llet
  - 50 g de farina
  - 50 g de mantega
  - Sal i Pebre
  - Nou moscada



Tenim menú diari  
**foixdesarria.com**

Major de Sarrià, 55  
T.: 932 030 683

La recepta la pots trobar en el  
llibre: La cuina, d'Alacant a la  
Provença.

## Ingredients (4 persones)

- 1 enciam
- 1 pastanaga ratllada
- 250 g de lleties
- 200 g de pernil salat
- 10 ous de guatlla
- 10 cirerols

Per a la vinagreta:

- Oli
- Vinagre
- Picada de ceba i cogombre  
en vinagre
- Olives farcides en rodanxes
- 1 culleradeta de mostassa en gra
- Sal
- Pebre

## Amanida de lleties

Elaboració

Rentarem l'enciam, el trossejarem i el posarem en una safata, juntament amb la pastanaga ratllada, les lleties i, finalment, els trossos de pernil.

Al voltant de la safata intercalarem els cirerols amb els ous de guatlla. La vinagreta la servirem a banda.

**Segueix-nos a les xarxes  
socials, estem a Facebook  
i a Twitter!**



[facebook.com/eix.sarria](https://facebook.com/eix.sarria)  
[twitter.com/eixsarria](https://twitter.com/eixsarria)

**facebook** **twitter** 

## ADMIN. LOTERIA

**LOTERIA SARRIÀ**  
Major de Sarrià, 66  
T.: 932 031 523

## ALIMENTACIÓ

### CARNISSERIA GARCIA

Pl. Artós, 11  
T.: 932 033 603

### CAPRABO S.L.

Reina Elisenda, 9-11

### XARCUTERIA MARGARIT

Cornet i Màs, 63  
T.: 932 033 323

### PEIXOS FREDERIC

Major de Sarrià, 47  
T.: 932 030 785

### SUPERMERCAT SUPERSERVIS

Major de Sarrià, 85  
T.: 932 030 494

### POLLERIA SUSANA

Santa Amèlia, 51  
T.: 932 031 007

### CARNS JJ

Sant Joan Bosco, 59  
T.: 932 031 015

### CARNICERIA NURIA

Mer. de Sarrià, parades 10-11  
T.: 932 030 451

### CARNS MADROÑAL

Mer. de Sarrià, parades 12-14  
T.: 932 030 468

### CASADEMUNT

Mer. de Sarrià, parades 18-19  
T.: 932 052 253

### FRUITERIA MERCÈ

Mer. de Sarrià, parades 20-24 i 43-44  
T.: 932 043 243

### FRUITES AMOR

Mer. de Sarrià, parades 25-26  
T.: 932 801 388

### COMPRA SERVEI

Mer. de Sarrià, parades 29-30  
T.: 932 802 782

### Mª DOLORS GUILLERA

Mer. de Sarrià, parades 58-60  
T.: 932 030 375

### AVIRAM-CARNISSERIA

### MEI - ARTUR

Mer. de Sarrià, parades 1,2  
T.: 932 034 672

### BACALLENERIA MASCLANS

Mer. de Sarrià, parades 15-17  
T.: 932 056 989

### AVIRAM FINA

Mer. de Sarrià, parades 31,32  
T.: 932 053 358

### AVIRAM Mª CARMEN

Mer. de Sarrià, parades 41,42  
T.: 932 047 316

### CANSALADERIA PERE VILA

Mer. de Sarrià, parades 37,38  
T.: 932 804 019

### PORT DE LLANÇA

Mer. de Sarrià, parades 49-50  
T.: 932 032 755

### EL RACÓ DEL MAR

Mer. de Sarrià, parada 51  
T.: 661 968 802

### MS PEIXATERS

Mer. de Sarrià, parades 52,55  
T.: 932 039 781

### PEIX FELIX

Mer. de Sarrià, parades 56,57  
T.: 932 030 453

### LA LLEGUM DE SARRIÀ

Mer. de Sarrià, parades 6-9  
T.: 932 524 690

### ESCOFET OLIVER

Major de Sarrià, 89  
T.: 932 030 405

### SUPERESTALVI

Mer. de Sarrià, parades 65-66  
T.: 932 052 913

### XARCUTERIA MARGARIT

Mer. de Sarrià, parada 61  
T.: 932 036 968

### CANSALADERA MARIBEL

Mercat de Sarrià parada 45  
T.: 932 030 374

## ALIMENTACIÓ ECOLOGICA

### FREEFOOD

Salvador Mundi, 2  
T.: 932 806 603

## ART FLORAL

### SINGULAR

Manuel de Falla, 27  
T.: 932 032 099

## ASSEGURANCES

### CATALANA OCCIDENT

Major de Sarrià, 32  
T.: 932 804 899

### MAPFRE

Passeig Sant Joan Bosco, 51  
T.: 934 003 326

## PASTISSERIES FLEQUES

### FOIX DE SARRIÀ

Major de Sarrià, 57  
T.: 932 030 714

Plaça Sarrià 12/13

T.: 932 030 473

Major de Sarrià, 55

T.: 932 030 683 (COC)

### FORN DE PA SARRIÀ

Major de Sarrià, 100  
T.: 932 031 140

### PUNTOSMILE

Major de Sarrià, 110  
T.: 935 535 207

## AUTOMÒBIL

### AUTOESCOLA CORSA

Cornet i Màs, 69  
T.: 932 042 952

### TALLERES JAVIER

Hort de la Vila, 12  
T.: 932 034 586

### TALLERS JORDI'S

Pg. Senillosa, 9  
T.: 932 050 219

### RACC

Santa Amèlia, 45  
T.: 932 034 476

### CARS BARCELONA

Manuel Girona, 49 -1  
T.: 932 032 954

### MOTO ESCOLA SARRIÀ

Major de sarrià, 108  
T.: 932 803 921

## ENSENYAMENT ANGLÉS

### WONDERFUN

Pere Miquel de Sarrià, 7  
T.: 937 064 414

## ENSENYAMENT XINES

### HAO

Ramon Miquel i Planes, 1 local 7  
T.: 645 697 370

## ART

### TRAC CENTRE

### D'EXPRESSIONIÓ PLÀSTICA

Paletes, 3  
T.: 932 806 323

### EXPERIMENTA

Clos de Anat Francesc, 35  
T.: 699 246 977

## CUINA

### COOKITECA

Major de Sarrià, 74  
T.: 932 059 373

### BETTINA- ROBOT DE CUINA

bettih@hotmail.es

### JOIERIA

### TRAÇA (joies d'autor)

Major de Sarrià, 150  
T.: 646 130 884

## MANUALITATS

### SCRAP SARRIÀ

Passatge Canet, 7  
T.: 937 824 241

## PARES, NADONS I NENS

### AÚPALI

Tradicció, 5  
T.: 935 152 729

## UNIVERSITAT

### RESIDÈNCIA UNIV. SARRIÀ

C. Esports, 1-3  
T.: 932 065 540

## HABITATGE

### C.M.T. S.L.

Major de Sarrià, 53  
T.: 932 037 154

### SIESMO S.L.

Pedró de la Creu, 35  
T.: 9320 36 916

## DECORACIÓ

### CADENA ELS TIGRES

Major de Sarrià, 2  
T.: 932 030 033

## IMMOBILIÀRIA

### ETRIM ADMINISTRACIÓ

### DE FINQUES

Manuel de Falla, 35  
T.: 932 805 444

### GEINBAR

Major de sarrià, 123  
T.: 930 085 810

## LLAR - REGALS

### MOTA - DESCANS

Major de Sarrià, 73  
T.: 932 031 587

### TINTA XINA

Reina Elisenda, 8 local 2  
T.: 932 047 516



## **COTTONREUS**

Major de Sarrià, 23

T.: 932 802 210

## **OTOMI**

P. Artós, 11 int. baixos

T.: 932 057 959

## **CAPTIVA**

captiva.bcn@gmail.com

T.: 667 477 632

## **EL MILLOR PREU**

Major De Sarria, 25

T.: 931 859 273

## **LLOGUER MATERIAL PER A FESTES**

### **CRIMONS**

C. Mendel, 1

T.: 934 532 254

## **VESTUARI**

### **LA PIMPINEL-LA**

Av. Príncep D' Asturies, 8 BIS

T.: 609 888 645

## **ANIMALS**

### **STYLCAN**

Major de Sarrià, 26-28

T.: 932 050 729

### **CLINICA VERTERINARIA**

#### **ROCABERTÍ**

Rocabertí, 10

T.: 932 049 831

## **MODA BIJUTERIA**

### **TERRA I QUALITAT**

clos de sant francesc, 34

T.: 630 462 964

## **CALÇAT**

### **ANDER ´S SABATERIA**

#### **INFANTIL**

Manuel de Falla, 26

T.: 932 800 773

#### **UN PASO MÁS**

Benet Mateu , 46 local 1

T.: 932 508 867

## **INTIM I BANY**

### **WITH . US**

Reina Elisenda, 9

T.: 932 058 176

## **MODA DONA I COMPLEMENTS**

### **TREZE BOUTIQUE**

Reina Elisenda, 2

T.: 932 03 0449

### **MOGAMBO**

Major de Sarrià, 108

T.: 932 046 927

### **LYKI - LYKI**

Passeig Bonanova, 109-111

T.: 932 047 159

### **MARIONA**

Benet Mateu, 48 - 50

T.: 932 048 209

### **SALEM**

Major de Sarrià, 26

T.: 932 056 168

### **ZOCO-SUR**

Reina Elisenda, 8 local 6

T.: 932 030 439

### **MARIA TARRAGÜELL**

Pedro de la Creu, 32

T.: 932 054 915

### **ENETÉ**

Manuel de Falla, 35

T.: 933 607 296

### **SJ29**

Manuel de Falla, 29

T.: 935 340 913

### **LA QUINTA**

Psg. Reina Elisenda, 8 Local 1

T.: 932 520 087

### **BEA-BEA**

Manuel de Falla, 25

T.: 683109623

### **SUSO**

Major de Sarrià, 79

T.: 931 646 675

## **MODA HOME**

### **151 JOE BLACK**

Reina Elisenda, 8 local 9

T.: 932 035 421

### **BARBAS**

Manuel de Falla, 20

T.: 936 395 179

### **SACCO**

Major de Sarrià, 76

T.: 930 217 222

## **MODA JOVE**

### **BAMMBU**

Major de Sarrià, 6

T.: 931 054 515

## **LABORS - BRODATS**

### **BRICALL LABORS**

Major de Sarrià, 72

### **BOIXETS CAMARIÑAS**

Passatge Senillosa, 5

T.: 932 037 976

## **ÒPTIQUES**

### **OPTICONCEPT ARTÓS**

Major de Sarrià, 5

T.: 932 520 513

### **GENERAL OPTICA**

Major De Sarria 87

T.: 937 076 163

## **SABATES COMPLEMENTS**

### **TREZE SABATES**

P. Bonanova, 116

T.: 93 204 66 97

### **TRENTO**

Major de Sarrià, 89

T.: 932 040 058

### **SABATERIA PAINOS**

Manuel de Falla, 33

T.: 932 056 204

## **OCI ESPORTS**

### **C. E. MUNICIPAL**

#### **CAN CARALLEU**

Carrer dels Esports, 2-8

T.: 932 037 874

### **CLUB D'ESGRIMA SAM**

Duquessa d'Orleans, 29

T.: 932 040 819

### **C. ESP. SANTA ISABEL**

C. dels Vergos, 44-46

T.: 932 051 751

### **KIBS**

Major de Sarrià, 41

T.: 932 038 427

### **ANYTIME FITNESS SARRIÀ**

Av. Jv Foix, 64

T.: 931 669 552

### **ARTES MARCIALES MAC**

Av. Josep Vicens Foix, 92

### **FITNESS HOUSE**

Caponata, 3

T.: 932 050 869

### **PADELMANIA**

Vergos, 58

T.: 682 180 527

## **LUDOTECA**

### **BABY FUN**

Brusi, 9 / T.: 934 637 699

## **VIATGES**

### **VIATGES NOU SARRIÀ**

Major de Sarrià, 84

T.: 932 805 800

## **RESTAURACIÓ BARS - CAFETERIES**

### **BAR MONTERREY**

Major de Sarrià, 68

T.: 932 047 157

### **BAR TOMÁS**

Major de Sarrià, 49

T.: 932 031 077

### **BAR DEL MERCAT**

Mercat de sarria, parades 27-28

T.: 695 155 737

## **RESTAURANTS**

### **RESTAURANT VIVANDA**

Major de Sarrià, 134

T.: 932 031 918

### **5º PINO**

Passeig Bonanova, 98

T.: 932 522 281

### **EL JARDI DE L ´ABADESSA**

Abadessa Olzst, 26

T.: 932 803 754

### **DOS TORRES**

Via Augusta, 300

T.: 932 066 480

### **LA FERMATA**

Major de Sarrià, 2- 4

T.: 932 801 572

### **BARTREZE**

Major de Sarrià, 115

T.: 932 506 499

### **EL CANALLA**

Major de Sarrià, 95

T.: 932 058 806

### **LOCAL 8 BAR**

Paséis Reina Elisenda, 8

T.: 932 057 827

## **SERVEIS**

### **L'ESTANC 368**

Major de Sarrià, 66

T.: 932 031 061

## **ASSESSORAMENT FISCAL I JURIDIC**

### LEGAL BARCELONA

Corsega, 299  
T.: 932 188 900

## **ASSISTENCIA DOMICILARIA**

### ASSISTDOR

Cardenal Vives i Tuto, 53-55  
T.: 935 333 535

## **ARRANJAMENTS ROBA FORMING**

Major de Sarrià, 30  
T.: 932 039 921

### ARRANJAMENTS KAROL

Major de Sarrià, 86  
T.: 683 351 657

## **DISSENY DE CUINES**

### COCINA BARCELONA

major de sarrià, 172  
T.: 932 053 040

## **DROGUERIES**

### DROGUERIA CANO

Ramon Miquel i Planas, 1 - 3  
T.: 932 034 910

## **ENTITATS BANCÀRIES**

### BANKINTER

Passeig Reina Elisenda, 2  
T.: 934 955 204

## **FERRETERIA**

### FERRETERIA J. VALLS

Major de Sarrià, 83  
T.: 932 031 157

## **FOTOGRAFIA**

### SARRIÀ FOTÒGRAFS

Santalo, 14 / T.: 661 607 260

## **GESTORIA**

### ASESORIA Y GESTIÓN JOL

Provenza, 281 3º 1ª  
T.: 936 677 633

## **LLIBRERIA - PAPERERIA IMPREMTA - COPISTERIA**

### PAPERERIA SPOT

Major de Sarrià, 24  
T.: 932 049 002

## **IMPREMTA TORMIQ**

Major de Sarrià, 139  
T.: 932 033 698

### SARRIÀ COPY

Major de Sarrià, 148  
T.: 932 046 747

### LLIBRERIA DON BOSCO

Passeig San Joan Bosco, 55  
T.: 932 031 347

## **MERCERIES**

### EL TRÈBOL

Major de Sarrià, 50  
T.: 932 030 521

## **REPARACIÓ CALÇAT DUPLICAT CLAUS**

### EL SABETE DEL MERCAT DE SARRIA

Reina Elisenda, 8 local 5  
T.: 654 366 120

## **RESTAURACIÓ DE MOBLES**

### TABULA Antiguitats

Calàndries, 14  
T.: 932 800 810

## **SERRALLERIA**

### SOLUCIONES AL INSTANTE

T.: 687 86 34 61  
info@solucionesalinstante.es

## **TELEFONIA - TV**

### ANTENAS BARCELONA

Bonaplata, 19  
T.: 932 030 137

## **SALUD**

### ESTUDÍ DENTAL SARRIÀ

Manuel de Falla, 22  
T.: 935 950 404

## **CENTRE DE DIA 3A EDAD**

### ICAIME

Oriol Mestres, 3-5 b.  
T.: 932 060 915

### SANITAS SARRIÀ

D'Osí, 13-15  
T.: 932 059 916

## **COSMÈTICA AVANÇADA**

### JC APOTECARI

Major de Sarrià, 96  
T.: 932 058 734

## **DIETÈTICA I NUTRICIÓ**

### NATURHOUSE

Major de Sarrià, 152  
T.: 932 520 841

## **ESTÈTICA PERRUQUERIA**

### RAFFEL PAGÉS

Jaume Piquet, 42  
T.: 932 052 419

### MANOLO GARCIA

Major de Sarrià, 81  
T.: 93 280 18 19

### TOOL BARCELONA

### PERRUQUERIA

Major de Sarrià, 91  
T.: 932 804 269

### BENESTAR SARRIÀ

Negrevernís, 4  
T.: 932 803 117

### MARIAN ALDA CONSLT

MARY KAY  
Cardenal Vives i Tuto, 32  
T.: 639 339 206

### PELOSTOP

Psg. Sant Joan Bosco, 41  
T.: 932 522 965

### AVIBA

Hort de la Vila, 18  
T.: 657 058 974

### HELLO NAILS

Pedro de la creu, 18  
t.: 675 794 772

### CEBADO HAIR STUDIO

Major de Sarrià, 58  
T.: 931 170 093

## **FARMÀCIES**

### CABEZAS

Major de Sarrià, 94  
T.: 932 031 121

### VILLANUEVA

Sagrat Cor, 8  
T.: 932 033 412

### TRINQUET

Trinquet, 8-10  
T.: 932 044 677

## **GEMMA HERNANDEZ**

Major de Sarrià, 70  
T.: 932 030 864

## **HERBORISTERIA**

### MANANTIAL DE SALUD

Major de Sarrià, 44  
T.: 932 055 966

## **YOGA I TERAPIES**

### YOGAONE SARRIÀ

Caponata, 13 bajos B  
T.: 937 427 828

## **MEDICINA ESTÈTICA**

### ESTHETIC BCN

avda.j.v. foix, 62 local 8  
t.: 938 293 282

## **RESIDÈNCIA GERIÀTRICA**

### MAS D' ANGLI,

Residencia i centre de dia  
Institut Quimic de Sarrià, 43-47

T.: 934 342 299

### DOMUSVI BONANOVA

Calatrava, 83  
T.: 932 534 940

ANDERS 932 800 773  
 ANTENES BARCELONA 932 030 137  
 ANYTIME FITNESS SARRIÀ 931 669 552  
 ASSISTDOR 935 333 535  
 AÚPALI 935 152 729  
 ARRANJAMENTS KAROL 683 351 657  
 ARTES MARCIALES MAC 935 150 452  
 ASESORIA Y GESTIÓN JOL 936 677 633  
 AUTOESCOLA CORSA 932 042 952  
 AVIBA 657 058 974  
 AVIRAM-CARNISSERIA MEI-ARTUR 932 034 672  
 AVIRAM FINA 932 053 358  
 AVIRAM M<sup>a</sup> CARMEN 932 047 316  
 BABY FUN 934 637 699  
 BAMMBU 931 054 515  
 BANKINTER 934 955 204  
 BACALLANERIA MASCLANS 932 056 989  
 BACALLANERIA LAURA I CRISTIAN 607 456 718  
 BAR DEL MERCAT 695 155 737  
 BARBAS 936 395 179  
 BAR MONTERREY 932 047 157  
 BAR TOMÀS 932 031 077  
 BARTREZE 932 506 499  
 BEA-BEA 683109623  
 BENESTER SARRIÀ 932 803 117  
 BOIXETS CAMARIÑAS 932 037 976  
 BOSCH 932 030 788  
 BRICALL LABORS s/n  
 CADENA ELS TIGRES 932 030 033  
 CANSALADERA MARIBEL 932 030 374  
 CANSALADERIA PERE VILA 932 804 019  
 CAPTIVA 667 477 632  
 CAPRABO S.L. s/n  
 CARNISSERIA GARCÍA 932 033 603  
 CARNISSERIA NÚRIA 932 030 451  
 CARNS JJ 932 031 015  
 CARNS MADROÑAL 932 030 468  
 CARS BARCELONA 932 032 954  
 CASADEMUNT 932 052 253  
 CATALANA OCCIDENT 932 804 899  
 CENTRE ESPORTIU STA. ISABEL 932 051 751  
 CLÍNICA VETERINÀRIA ROCABERTÍ 932 049 831  
 CLUB D'ESGRIMA SAM 932 040 819  
 CMT S.L. 932 037 154  
 COCINA BARCELONA 932 053 040  
 COMPLEX ESPORTIU CAN CARALLEU 932 037 874  
 CEBADO HAIR STUDIO 931 170 093  
 COMPRA SERVEI 932 802 782  
 CORAZONHADAS 609 780 630  
 COTTONREUS 932 802 210  
 COOKITECA 932 059 373  
 CRIMONS 934 532 254  
 DOMUSVI BONANOVA 932 534 940  
 DOS TORRES 932 066 480  
 DROGUERIA CANO 932 0349 10  
 EL CANALLA 932 058 806  
 EL COC DE SARRIÀ 932 030 683  
 EL JARDI DE L' ABADESSA 932 803 754  
 EL RACÓ DEL MAR 661 968 802  
 EL SABATER DEL MERCAT 654 366 120  
 EL TRÉBOL 932 030 521  
 ENETÉ 933 607 296  
 ESCOFET OLIVER 932 030 405  
 ESTANC 368 932 031 061  
 ESTANC DE D'ALT 932 048 005  
 ESTHETIC BCN 938 293 282  
 ETRIM ADMINIST. FINQUES 932 805 444  
 ESTUDÍ DENTAL SARRIÀ 935 950 404  
 EXPERIMENTA 699 246 977  
 FARMÀCIA CABEZAS 932 031 121  
 FARMÀCIA GEMMA HERNÁNDEZ 932 030 864  
 FARMÀCIA TRINQUET 932 044 677  
 FARMÀCIA VILLANUEVA 932 033 412  
 FERRETERIA VALLS 932 031 157  
 FITNESS HOUSE 932 050 869  
 FLORIUM 932 524 043  
 FOIX DE SARRIÀ 932 030 714  
 FOIX DE SARRIÀ (PLAÇA) 932 030 473  
 FORMING 932 039 921  
 FORN DE PA SARRIÀ 932 031 140  
 FRUITERIA MERCÉ 932 043 243  
 FRUITES AMOR 932 801 388  
 FRUITES I VERDURES M<sup>a</sup> DOLORS 932 030 375

GEINBAR 930 085 810  
 GENERAL OPTICA 937 076 163  
 HAO 645 697 370  
 HELLO NAILS 675 794 772  
 ICAIME 932 060 915  
 IMPREMTA TORMIQ 932 033 698  
 INGENIERIA INFORMÀTICA 932 042 099  
 INTERIORISME 932 521 163  
 JC APOTECARI 932 058 734  
 JOE BLACK 151 932 035 421  
 KIBS 932 038 427  
 LA FERMATA 932 801 572  
 LA LLEGUM DE SARRIÀ 932 524 690  
 LA QUINTA 932 520 087  
 LEGAL BARCELONA 932 188 900  
 LYKI-LYKI 932 047 159  
 LOCAL 8 BAR 932 057 827  
 LOTERIA SARRIÀ 932 031 523  
 LLIBRERIA DON BOSCO 932 031 347  
 MANANTIAL DE SALUD 932 055 966  
 MANOLO GARCÍA 932 801 819  
 MARIA TARRAGÜELL 932 054 915  
 MAPFRE 934 003 326  
 MARIAN ALDA CONSLT MARY KAY 639 339 206  
 MARIONA 932 048 209  
 MAS D'ANGLI 934 342 299  
 MOGAMBO 932 046 927  
 MOTA-DESCANS 932 031 587  
 MOTO ESCOLA SARRIÀ 932 803 921  
 MS. PEIXETERS 932 039 781  
 NATURHOUSE 932 520 841  
 OPTICONCEPT ARTÓS 932 520 513  
 OTOMI 932 057 959  
 PADELMANIA 682 180 527  
 PAPERERIA SPOT 932 049 002  
 PEIX FÈLIX 932 030 453  
 PEIXOS FREDERIC 932 030 785  
 PELOSTOP 932 522 965  
 PIMPINEL-LA 609 888 645  
 POLLERIA SUSANA 932 031 007  
 PORT DE LLANÇA 932 032 755  
 PUNTOSMILE 935 535 207  
 QUERALTÓ I AGUSTÍ 932 031 153  
 RACC 932 034 476  
 RAFFEL PAGES 932 052 419  
 RESIDÈNCIA UNIVERSIT. SARRIÀ 932 065 540  
 RESTAURANT VIVANDA 932 031 918  
 SABATERIA PAINOS 932 056 204  
 SACCO 930 217 222  
 SALEM 932 056 168  
 SANITAS SARRIÀ 932 059 916  
 SARRIÀ COPY 932 046 747  
 SARRIÀ FOTOGRÀFS 661 607 260  
 SCRAP SARRIÀ 937 824 241  
 SIESMO S.L. 932 036 916  
 SINGULAR 932 032 099  
 SOLUCIONES AL INSTANTE 687 863 461  
 SJ29 935 340 913  
 STYLCAN 932 050 729  
 SUPERESTALVI 932 052 913  
 SUPERMERCAT SUPERSERVIS 932 030 494  
 SUSO 931 646 675  
 TABULA ANTIGUITATS 932 800 810  
 TALLERS JAVIER 932 034 586  
 TALLERS JORDI'S 932 050 219  
 TERRA I QUALITAT BIJUTERIA 630 462 394  
 TINTA XINA 932 047 516  
 TOOL BARCELONA PERRUQUERIA 932 804 269  
 TRAÇ C. D'EXPRESSIONI PLÀSTICA 932 806 323  
 TRAÇA 646 130 884  
 TRENTO 932 040 058  
 TREZE BOUTIQUE 932 030 449  
 TREZE SABATES 932 046 697  
 TUPILAK 932 058 916  
 VERMONT 932 159 253  
 VIATGES NOU SARRIÀ 932 805 800  
 WITH . US 932 058 176  
 WONDERFUN 937 064 414  
 XARCUTERIA MARGARIT 932 033 323  
 XARCUTERIA MARGARIT 932 036 968  
 YOGAONE SARRIÀ 937 427 428  
 ZOCO-SUR 932 030 439  
 5<sup>o</sup> PINO 932 522 281

## SERVEIS

### SERVEIS MUNICIPALS DEL DISTRICTE

C. Serveis Socials Sarrià 936 197 311  
 Arxiu Històric 932 562 722  
 Casal de Sarrià 932 562 720  
 Biblioteca Clara 932 801 547  
 Casal Can Fàbregas 932 032 143  
 C. cívica  
 Vallvidrera Vázquez Montalbán 934 069 053  
 Biblioteca Collserola-Josep Miracle 934 069 111  
 Espai Municipal d'Infància Petit Drac 932 053 002

### INFORMACIONS D'UTILITAT

Guàrdia Urbana 092  
 Bombers 080  
 Guàrdia Urbana districte 932 914 353  
 Policia Nacional 091  
 Mossos d'Esquadra 112  
 Normalització lingüística 932 030 763  
 Urgències mèdiques 061  
 Ajuntament de Barcelona 934 027 000  
 Regidoria Sarrià-Sant Gervasi 932 916 515  
 Tràmits 010

### FARMÀCIES

GEMMA HERNANDEZ  
 Obert tot l'any de 9:00 a 22:00 h.  
 Major de Sarrià, 70 932 030 864  
 JORDI CABEZAS  
 Obert tot l'any de 9:00 a 21:00 h excepte festius.  
 Dissabtes de 9:00 a 14:00 h.  
 Major de Sarrià, 94 932 031 121



ASSOCIACIÓ DE COMERCIANTS DE SARRIÀ

**VOLS FORMAR  
 PART DE L'ACS?**

acs@eixsarria.com  
 932 044 026



25 <sup>Dissabte</sup> d'abril  
Comerç al carrer

**POSPOSAT**

*Un Passeig  
ple de sorpreses*



Amb la col·laboració de:

Districte de  
Sarrià - Sant Gervasi

Ajuntament de  
Barcelona

