LaVeudeSarrià

Estiu 2019

Exemplar gratuït

Fes-te soci de L'ACS

Escriu-nos al nostre email o trucan's i t'expliquem...

Associació de comerciants de Sarrià.
Carrer Canet, 20 I 08017 I Barcelona. I T.: 932 044 026 I acs@eixsarria.com

Editorial

Per **Jordi del Barrio**
Redactor executiu

Estimats lectors,

Ja som a les portes de l'estiu, ja tenim aquí la calor que tant volíem i que, quan la tenim, pensem com de bé ens trobàvem amb la fresqueta de la primavera... Ja tots tenim ganes de vacances, de desconnectar i descansar. Les vacances són per a això, per fer tot allò que durant l'any no podem fer, i deixar de fer aquelles que normalment fem durant tot l'any. Per saber si ho has fet bé, és fàcil; si quan tornes a la feina veus que no te'n recordes de res i que estàs desubicat, és que has aprovat!

Abans de marxar de vacances, els comerços de Sarrià inicien la campanya de rebaixes d'estiu: podreu trobar tot allò que busqueu i a un preu fantàstic, així que no deixeu de passejar pels nostres carrers i gaudir del barri. Gaudiu encara més de les terrasses dels bars i dels restaurants on tant bé s'hi està.

A l'Eix fem la darrera activitat de la temporada amb la Fira d'Estiu al Carrer. Ubicada al carrer de Manuel de Falla el proper dissabte 15 de juny; tindreu l'oportunitat de visitar les botigues al carrer i els punts de gastronomia, i també hi haurà activitats per a la canalla, passegeu i gaudiu-la.

Recordeu que, si m'envieu alguna foto de les vostres vacances, ha de ser divertida o curiosa, i us la publicarem a La Veu de Sàrria de l'octubre. Envieu-les per correu electrònic a **laveudesarria@gmail.com**.

Res més, només desitjar-vos unes bones vacances i que gaudiu molt i molt, i per als qui ja les heu fetes o per als qui no les feu encara, doncs ànims, a Barcelona, i més a Sarrià, el mes d'agost s'hi està genial i hi ha molts llocs per gaudir-ne.

Bon estiu!!! I fins a la tardor...

Edició i direcció Associació de Comerciants de Sarrià. Canet, 20 08017 Barcelona T.: 932 044 026 / 628 945 343 **acs@eixsarria.com twitter.com/eixsarria facebook.com/eix.sarria**
Redactor Jordi del Barrio | **Publicitat** Mònica Perez | **Text** Carmen Delgado | **Disseny gràfic, il·lustració i maquetació** www.lbie.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: Teatre de Sarrià, KNA, Núria Navarro, Gloria Gemma, Coc de Sarrià, Freefood, Hao, Carnisseria Tot bó, Other way language club, Lucrecia, i Farmacia G. Hernanadez i Miquel.

Freefood

Freefood és una botiga de productes ecològics i també un projecte vital que va començar buscant opcions d'alimentació 100% sense gluten, saludables i saboroses per a un membre de la família. Des de llavors, ens mou la il·lusió de créixer i compartir una manera d'alimentar-se senzilla, lliure de gluten, lliure de mites i modes, lliure d'estrès.

A Freefood creiem que és possible seguir una alimentació ecològica, sana i senzilla.

Des de la nostra botiga, al carrer Salvador Mundí, compartim la millor selecció ecològica, i consells i passió per la bona cuina.

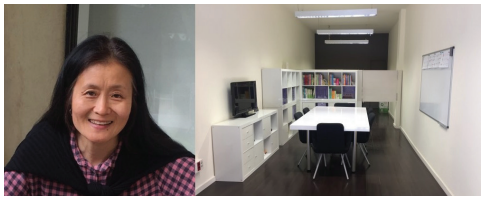
Compta amb nosaltres per seguir una alimentació saludable i senzilla! Tenim solucions per a tothom. Per als que cuinen: producte fresc ecològic, de temporada i de proximitat, i també una gran selecció de productes secs; per als que volen aprendre a cuinar: la millor opció són els nostres lots de receptes, que inclouen tot el que cal saber per preparar plats saludables i deliciosos, i per als que prefereixen confiar en la cuina de la Marina i la Marta: plats preparats del menú setmanal Freefood Kitchen, sempre ecològics, sense gluten ni lactis, equilibrats i molt originals.

També pots gaudir de les nostres receptes sense gluten i omplir la cistella de la compra a freefood.es. T'ho portarem a casa o a l'oficina. Fàcil i sense complicacions.

La felicitat es troba en les coses bones i senzilles com Freefood, la teva botiga d'alimentació ecològica, de proximitat i temporada, sense gluten ni lactis.

Vine a saludar-nos al número 2 del carrer Salvador Mundí o a freefood.es!

HAO



Som una petita acadèmia dedicada a l'ensenyament de la llengua xinesa, ubicada al cor de Sarrià.

"HAO" en xinès vol dir 'bo' i també és el nom de la professora Hao Niu, la responsable de l'acadèmia. Hao té més de 20 anys d'experiència en l'ensenyament de llengua xinesa i fa més de 15 anys que és professora de xinès al Col·legi Montserrat de Barcelona.

Fem classes de llengua xinesa per nens a partir de tres anys en grups reduïts. El Mètode Hao fa servir tècniques amenes i divertides i combina ensenyament tradicional amb noves tecnologies. Tots els nostres alumnes que s'han presentat a l'examen oficial l'han superat amb èxit. També fem classes per a adults i empreses amb un enfocament pràctic i aplicat d'aprenentatge.

Ens podreu trobar a les tardes al carrer Ramon Miquel i Planas 1, local 7. També podeu visitar la nostra pàgina web: www.futurochina.com

Tot Bò

Tot Bò és la nova carnisseria del barri, situada al mercat de Sarrià (parades 46-47-48). Posem al vostre servei xai territorial i vedella de proximitat reconeguda amb la marca Q per garantir-ne la màxima qualitat.

Som especialistes en hamburgueses, bistec tàrtar a ganivet i elaborats tradicionals. Pregunta'ns també per les nostres receptes italianes, i menja d'una manera sana i divertida.

Text: **Carmen Delgado**

Other Way Language Club

Una altra manera d'aprendre

Other Way Language Club és una escola d'idiomes on plantegem una manera diferent d'aprendre, més eficient i motivadora.

Prenem com a base la importància de la vivència personal per a la interiorització de continguts i la presa de consciència de tot el que aprenem. Si vols un gelat de xocolata et preocuparàs per saber com es diu "gelat" i "xocolata", però si et donen una llista de paraules, et costarà més aprendre-les, ja que per a tu no tenen contingut: són paraules sense vivència.

S'ha demostrat que la millor manera d'aprendre és tal com ho fèiem quan érem petits, amb la "prova i error" del teu dia a dia, per assolir coneixements. Per això partim d'activitats relacionades amb les teves pròpies vivències.

La immersió en l'idioma a Other Way és total des del primer moment. Amb l'ajuda dels nostres professors nadius ajudem a millorar i reforçar l'speaking, el listening, el writing, el reading i la comprehension amb activitats molt dinàmiques. Ens basem en suports visuals, auditius i sensorials perquè l'aprenentatge sorgeixi de manera natural, com quan aprenem la llengua materna.

El nostre mètode és eficaç per aprendre qualsevol llengua (francès, anglès o alemany) i és ideal per a persones amb dislèxia.

Els nostres cursos: Ensenyem a adults i nens a partir de 8 anys amb classes reduïdes fins a un màxim de set estudiants. D'aquesta manera hi ha una proximitat entre els alumnes i els docents, essencial per perdre la por i la vergonya.

La matrícula dels nostres cursos és oberta durant tot l'any perquè el més important és començar quan l'alumne està preparat. Som flexibles i obrim grups nous a partir de tres alumnes. Durant tot l'any t'oferim:

Cursos anuals de dilluns a divendres | Intensius per preparar certificats | Tallers per a comerciants | Grups de conversa | Summer camps i sortides a l'estranger

Disposem de tallers per a comerciants, cursos anuals, intensius, de conversació, de preparació de certificats, summer camps i sortides a l'estranger, des de 60 € al mes. Els grups són de 3 a 7 alumnes, cosa que permet una proximitat entre els alumnes i el docent essencial per perdre la por i la vergonya.

Volem ajudar-te A Other Way sabem que començar no és fàcil i perquè no tinguis excuses et regalem una classe de prova que podràs gaudir en qualsevol moment. I si a més et matricules abans del 26 de juliol, et farem un descompte del 50% en la matrícula.

T'esperem a Other Way Language Club. Visita'ns. Estem molt a prop teu, a Sarrià. Posa't en contacte amb nosaltres www.otherwayanguageclub.com

POESIA

Per **Frederic Bou**

CARNS J&J CARNS

A Joan Bosco una botiga
ja fa més de cinquanta anys
carn ben fresca té servida
al seus fidels parroquians.

Pares del Josep Maria
el negoci van obrir
i el noranta-cinc un dia
un relleu va succeir.

El seu fill amb companyia
del Joan van continuar,
i ara té categoria
en el poble de Sarrià.

La carn és elaborada,
el seu tracte es distingeix,
té la gent ben preparada
i molt bé al client serveix.

Ha canviat molt la manera
de la carn i el seu estat,
pel bé de la clientela
tot ho donen preparat.

Personal de la botiga
està ben assessorat
al client molt bé li explica
el producte despatxat.

Les seves peces estrella
és d'allò més exquisit:
el pollastre, la vedella,
l'hamburguesa i l'embotit.

Que tan maca botigueta:
Josep Maria i Joan,
amb tres llestes senyoretes,
aquí sigui per molts anys.

Text: **Albert Casas,** treballador social del Centre de Serveis Socials de Sarrià i equip motor del projecte Radars de Sarrià i Les Tres Torres.

La consolidació del **projecte Radars** als barris de Sarrià i Les Tres Torres.

Radars és un projecte pensat per tenir cura de les persones grans dels nostres barris des d'una mirada sensible i propera. És la veïna, el voluntari, la botiguera, el farmacèutic, etc., qui, des d'una mirada respectuosa, són capaços d'identificar aquells canvis que denoten que alguna cosa no va bé en les persones grans que ens envolten, "les nostres" persones grans.

Les persones voluntàries es posen en contacte amb la gent gran i la conviden a participar en els recursos del barri, els comerços i les farmàcies adherits pel grup de voluntàries. Les entitats i associacions les acullen a les seves activitats i els professionals de la salut i de l'àmbit social valoren les situacions individuals i vetllen pel seu benestar.

Tots els actors implicats enforteixen les relacions des d'una mirada sensible cap a les persones grans, i així s'obtenen noves sinergies que transformen la societat.

Radars va arribar el 2017 als barris de Sarrià i Les Tres Torres, i des de llavors no ha parat de créixer i arrelar, fins a arribar a l'actual situació de consolidació.

El projecte s'articula entorn d'una taula comunitària, l'espai des d'on es traça l'estratègia per a la detecció d'aquelles persones que es troben en risc o viuen situacions de solitud, l'enfortiment de la xarxa comunitària i la difusió del projecte, i la vinculació de les persones usuàries amb l'entorn. Forment part de la taula representants de 21 entitats i serveis dels dos barris.

Actualment 24 persones grans formen part com a usuàries del projecte i es beneficien del conjunt d'activitats que s'organitzen. S'han comptabilitzat 55 radars (entre comerços, farmàcies i radars veïnals) i un total de vuit persones voluntàries.

Si vols sumar-te a aquesta iniciativa i participar en el projecte Radars, posa't en contacte amb nosaltres. Actualment necessitem voluntaris i voluntàries que ens ajudin a assolir els objectius del projecte.

Per a més informació i saber com participar-hi:
barcelona.cat/radars
CSS de Sarrià (c/ Salvador Mundí, 4 bis)
936 197 311 o enviant un correu a radarsgentgran@bcn.cat

I va arribar l'estiu...

Perquè no trobeu a faltar les activitats de l'Eix durant les vacances d'estiu us proposem un bon final de temporada... la fira d'estiu 2019. En aquesta edició, que se celebrarà el pròxim 15 de juny, veïns i amics de Sarrià podreu gaudir durant tot el dia de l'ambient festiu que en cada esdeveniment es destil·la. I és que, de 10.00 a 20.00 hores les paradetes se situaran al carrer Manuel de Falla per fer les delícies de tots els visitants. Trobareu molta varietat d'articles, des de roba per a tots els gustos i edats, bijuteria, cosmètica, articles per la llar, etc., fins a paradetes de gastronomia, perquè els golafres també tinguin el seu espai.

Els més petits disposaran d'un parc infantil, perquè estiguin entretinguts durant la jornada. Així que ho dubteu, us esperem a tots a la fira d'estiu!

Text: **Carmen Delgado**

BBQ Sarrià'19

Una jornada festiva que va marcar l'inici de les activitats de primavera de l'Eix.

El 6 d'abril passat vam celebrar la BBQ de Sarrià, un dels esdeveniments més esperats de la primavera de Sarrià. Quan arriba l'abril, comença la primavera, el bon temps i les sortides de cap de setmana. Aquesta primavera no està sent la més càlida de totes, però des de l'Eix de Sarrià ens vam proposar donar-vos excuses per sortir de casa.

La jornada prometia i és que des de la mitjanit la vedella ja es rostia a la plaça de Sarrià. Els cowboys més experts recordaven antigues barbacoes que se celebraven al barri, i és que ja són moltes les edicions que hem celebrat amb vosaltres. Com sempre, volem agrair l'acollida que totes les activitats organitzades per l'Eix de Sarrià tenen al barri, i és que vau ser molts els que us vau apropar a degustar la suculenta carn de vedella que es va servir a la plaça de Sarrià.

En aquesta jornada festiva, les premisses eren clares: menjar i entreteniment continu, i no va decebre. Durant tot el matí les paradetes van oferir tapes, empanades, embotits, formatge i begudes als visitants que es van apropar a consumir. A l'escenari desenes de persones ballaven country guiades per un professor expert. A partir de les 14.00 hores ja es va començar a servir la carn de vedella, el plat fort de la BBQ. Les broquetes s'oferien a preus ben populars, 2 € per ració. Un matí diferent per donar la benvinguda al promès bon temps.

I si us vau quedar amb ganes de més, us assegurem que l'any vinent la vedella i els cowboys tornaran al llunyà Sarrià...

PROGRAMACIÓ DEL TEATRE DE SARRIÀ

Dijous 6 de juny
A les 20 h al Teatre de Sarrià
Teatre / Grup Teatregem
Rumors de Neil Simon
El grup de teatre del Centre de Sarrià, Teatregem, interpretarà una comèdia de Neil Simon, sota la direcció de Josep Torres: el Sub-Alcalde de Nova York Charley Brock va convidar als seus íntims amics per al festeig del seu desè aniversari de casat... en arribar els convidats… un tret, una casa buida… i molts caps per lligar!

Dissabte 8 de juny
A les 19 h al Teatre de Sarrià
Teatre Hotel Bravo
dirigida per Isaac Israel
En un Hotel de qualsevol part de la nostra regió, diferents ciutadans decideixen passar la nit. En el moment que s'anadonen que el propietari ha perdut les claus de les habitacions, suposadament, començaran a succeir i a descobrir-se les autèntiques veritats de tots els personatges. Una comèdia tancada amb pany i clau, escrita i dirigida per Isaac Israel.
Preu entrada: 10€ - 8€ per persones sòcies

Dimarts 11 de juny
Al Teatre de Sarrià a les 20 h
V Cicle De Dones I Compositores
Concert amb Estel Vela
Ester Vela interpretarà a piano, les composicions en homenatge a Narcisa Freixas, en motiu del seu 160è aniversari del seu naixement.
Entrada lliure

Dissabte 15 de juny
A les 10 h a la plaça de Sarrià
Taula D'entitats De Sarrià
Mostra d'Entitats
Durant el matí tindrem activitats infantils, concurs d'ingredients i escenari participatiu.

Dilluns 17 de juny i Diumenge 30 de juny
A les 20.30h al Teatre de Sarrià
Documental Del Mes Els Reis, una mirada canina
Els Reis és el skatepark més antic de Santiago de Xile. Però, "els reis" d'aquesta història són Chola i Futbol, dos gossos de carrer que han fet d'aquest espai, ple de patinets i adolescents, la seva llar. Entre joves sorollosos, passen els dies dormisquejant i jugant a pilota, aliens i indiferents al drama humà que els envolta… *Preu entrada: 3€ - entrada lliure per persones sòcies.*

Dimecres 19 de juny
A les 18.00h al Teatre de Sarrià
Final De Curs
Grups Infantils De Dansa I Teatre
Entrada lliure

Divendres 21 de juny
A les 21 h al Centre de Sarrià
Trobada Lúdica Nit de Jocs
Es tracta d'una activitat oberta a tothom que vol donar a conèixer varies modalitats de jocs de taula mentre la gent del barri es reuneix per passar una nit diferent i divertida. Es practiquen jocs de diferents nivells de dificultat pensa.
Entrada lliure

Dissabte 22 de juny
A les 20 h al Teatre de Sarrià
Orfeó Sarrianenc
Concert final de Curs de l'Orfeó, Dones Veu i l'Orfeó Jove
Els tres grups del Centre de Sarrià ens presenten les funcions de final de curs. *Entrada lliure*

Divendres 28 de juny
A les 20 h al Teatre de Sarrià
Teatre Il Piccolo BCN
Sota la direcció de Guya Colorio.
Entrada lliure

Dissabte 29 de juny
A les 20 h a la plaça de Sarrià
Sardanes A La Fresca
Ballada de Sardane.

Dissabte 29 de juny A les 17 h i 19.30h al Teatre de Sarrià
Musical Mary Poppins,
amb Il Piccolo BCN
Musical de Mary Poppins amb Alumni Pineda, a favor del projecte Juliàs. *Preu entrada: 6€*

Divendres 28 de juny,
Divendres 5 de juliol,
Divendres 12 de juliol,
Divendres 19 de juliol i
Divendres 26 de juliol
A les 16 h al Teatre de Sarrià
Casal Infantil D'arts Escèniques
Representacions finals
Els nens i nenes del Casal d'Estiu d'Arts Escèniques presenten les actuacions finals que ells mateixos preparen cada semana.
Entrada lliure

Text: **Carmen Delgado**

El 4 de maig passat es va celebrar a Sarrià la mostra de primavera 2019 i vam omplir el carrer Major de Sarrià i la plaça del Consell de la Vila de paradetes. Més de 150 establiments van disposar del seu espai i no va faltar representació de cap tipus: roba; complements per a dones, homes, nens i joves; bijuteria; cosmètica; articles per la llar… I en aquesta edició vam disposar d'una mostra d'artesania amb articles fets a mà amb molta cura.

La plaça de Sarrià va allotjar la mostra gastronòmica, on es van col·locar les taules perquè els assistents poguessin gaudir d'un dels primers vermuts al sol de la primavera, i hi no van faltar les tapes, els embotits i les begudes.

Acte rere acte, ens emociona l'acollida que les activitats de l'Eix de Sarrià tenen al barri, i esperem poder captar el vostre interès en totes les seves edicions.

Tex: **Carmen Delgado**

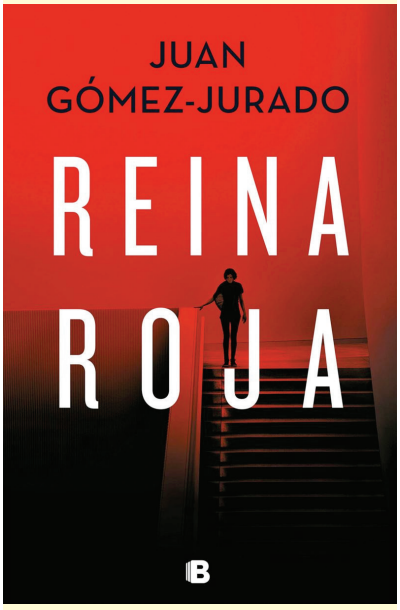
Us portem les novetats més fresques per gaudir de l'estiu ben entretinguts

Todo lo que sucedió con Miranda Huff
Javier Castillo
Suma

Descobreix la història de la Miranda i en Ryan Huff, una parella en crisi que intenta refer el seu matrimoni amb un cap de setmana romàntic. La història d'en Ryan i la Miranda es connecta amb la d'una altra parella anys abans. Els canvis de narrador i els girs de guió atrapen el lector en una història en què res és el que sembla.

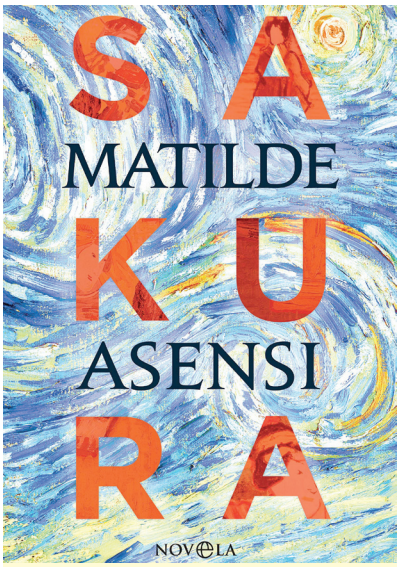
La reina roja
Juan Gómez-Jurado
Ediciones B

L'Antonia Scott té un do que a la vegada és una maledicció: la seva extraordinària intel·ligència. Cansada de viure, es troba reclosa al seu pis sense intenció de sortir-ne. A més, trobem l'inspector Jon Gutiérrez, que tampoc passa pel seu millor moment i acceptarà l'encàrrec d'un desconegut de treure l'Antonia de la seva reclusió perquè torni a la seva vida a canvi que l'ajudin a netejar el seu nom.



Sakura
Matilde Asensi
Esfera de libros

La reconeguda autora ens trasllada a París i el Japó amb el fil conductor de la figura de Vincent Van Gogh. La compra del retrat d'El doctor Gachet de Van Gogh va ser famosa per l'import que se'n va pagar: 82,5 milions de dòlars. La compra la va fer el japonès Ryoei Saito, que es va emortar el quadre al seu país després de pagar molts impostos. Molt molest pel tribut imposat pel Govern japonès Saito va anunciar que el quadre desapareixeria amb la seva mort i des del 1966 ningú ha tornat a veure el retrat. La història intenta resoldre un dels enigmes més sorprenents del segle xx. Són cinc els protagonistes d'aquesta novel·la que cerquen el quadre, i creenuna història plena d'enigmes i perills.



Toda la verdad de mis mentiras
Elisabet Benavent Suma

Torna @Betacoqueta amb una història d'aquelles que no et permetran deixar de llegir. Un viatge amb amics es pot convertir en una gran bola de mentides. Però darrere de qualsevol mentida sempre hi ha un punt de veritat. Endinsa't en la nova novel·la d'Elisabet Benavent i coneix-ne els protagonistes, que atrapats en un viatge a la carretera han de mentir per deixar de sentir. Una novel·la fresca i actual que et farà replantejar les vacances.

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

@carnsjj
Passeig Sant Joan Bosco, 59. Barcelona

Clínica Veterinària
ROCABERTÍ
DES DE 1978
Rocaberti, 10 · Tel. 93 204 98 31 · 08017 · Barcelona
cvrocaberti@gmail.com
www.cvrocaberti.com

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

facebook.com/eix.sarria
twitter.com/eixsarria
facebook twitter

corsa autoescola
www.autoescolescorsa.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

L'APARADOR

Text: **Carmen Delgado**
Fotografia: **Núria Navarro**

Aquest mes us apropem a KNA a Major de Sarrià 77, una botiga pensada per a dones molt femenines a les que els hi agrada la moda. Podreu trobar una selecció de roba, complements i sabates per aquelles dones que cerquen el seu propi estil.

Els productes varien segons el moment de l´any i la demanda i ofereixen sabates KNA, roba italiana i francesa. El que mantenen constant és l'estil, sempre femení i divertit amb estampats originals segons les tendències. KNA és un valor segur per oferir una imatge única, una botiga on es preocupen de satisfer els desitjos i els somnis de les seves clientes.

KNA moda per la dona més femenina

Belén Pagès Clifton directora general de KNA: comença la seva formació de disseny al bressol de la moda: Milà, a l'Institut Marangoni. La seva experiència va continuar al Grup Max Mara on es va endinsar al món de la moda i el comerç.

Quant de temps porteu oberts a Sarrià?

Tenim l´honor de formar part d´aquest barri des de fa més de 17 anys. Hem format part del seu creixement i evolució, participant de les seves festes i del seu caliu de la seva gent.

Tot va començar amb el desig d´oferir al barri, d'on som veïns de tota la vida, un producte diferent, ja sigui amb sabates com als nostres inicis com amb la roba i els complements. El producte va canviant, com el barri, amb els anys, la tecnologia, les necessitats, però l'esperit és el mateix: originalitat i servei al client.

Quin tipus de clients teniu?

Tenim una clienta molt variada, d' entre 25 fins als 65 anys aproximadament. Per un costat els veïns de tota la vida, així com persones d´altres barris que coneixen la fantàstica oferta comercial del barri, i es desplacen fins aquí. I per altra banda, tenim el turisme.

Què valoreu més de la vostra experiència?

En aquest moment en què la tecnologia s´ha apropiat de la vida de les persones, a KNA fem una feina que considerem no pot desaparèixer, el contacte real amb la gent. Nosaltres escoltem els seus desitjos, els ajudem a somniar i aconseguir allò que es proposen. La imatge personal serveix de presentació i acompanyem les clientes perquè puguin transmetre qui són en qualsevol situació, ja sigui a una festa, per cercar feina, per enamorar les seves parelles els cops que faci falta o per no perdre la il·lusió de ser una mateixa. Però sobretot per fer passar una bona estona compartint converses, confidències i veure transcórrer la vida amb la gent de veritat.

Com es troba el sector de la moda actualment?

Actualment el petit comerç està aprofitant els avantatges de la tecnologia, però per un altre costat també els està patint.

Els hàbits del consumidor han canviat, la gent compra sense sortir de casa i el petit comerç és qui sofreix aquest canvi. KNA aposta pel servei personalitzat, on els sentits del tacte, l'olfacte i el tracte personal tornin a ser valorats com correspon.

Què us sembla si durant un temps convertim la nostra secció VIDES en la secció VIDES D'ALGÚ? A mi m'agrada la idea, i començo aquest mes d'estiu amb un personatge ple de color, força i calor, LUCRECIA PÉREZ SÁEZ, una de les artistes llatines més complertes per excel·lència a Europa i a Llatinoamèrica.

El dia 20 de març vam viure un vespre meravellós a la gala de l'any 2019 dels premis Alegría de Vivir a la sala Luz de Gas de Barcelona. Hem tingut la sort de conèixer la Lucrecia, hem sentit la seva desbordant energia positiva i hem volgut descobrir més coses de la seva vida

Quina és la teva professió? On vas néixer?
Vaig néixer a Cuba. Sóc cantant, compositora, actriu, escriptora dels llibres infantils Besitos de chocolate i presentadora del programa d'èxit Lunnis de leyenda, que s'emet a CLAN RTVE.

Per què es creen els premis Alegría de Vivir?
Posen en valor l'alegria a la societat. De la mateixa manera que l'amor venç qualsevol obstacle, l'alegria és el nostre estat de benestar i ens ajuda a estar i ser millors a la nostra vida.

Com sorgeix la idea?
Arran de la crisi de l'any 2013 em vaig proposar recordar a la societat que tenim alegria de viure a cada instant i l'hem de valorar: a la cultura, ciència, esport, gastronomia, solidaritat, etc.

Qui va escollir el nom dels premis?
Jo mateixa vaig escollir el nom per la meva alegria natural; penso que és la millor manera de canalitzar-la i compartir-la amb les persones guardonades, els patrocinadors, els col·laboradors, la premsa, el públic assistent i la sala teatre Luz de Gas.

En aquest sentit vull donar les gràcies a Fede Sardà, que va ser el primer que va confiar en mi per fer el meu esdeveniment sociocultural a Barcelona. Aquest any hem celebrat la VII edició dels premis Alegría de Vivir.

Per **Gloria Gemma**
Gloria.gemma@gmail.com

Quins són els premis i quines modalitats hi ha?
Aquest any 2019, els premiats s'englobaven en les categories següents: cultura; trajectòria excepcional en dansa, música, ciència, ràdio; fundació VMV; literatura; televisió-entreteniment-cultura; cinema; gastronomia; esport; cultura i humor; humorista per la celebració de l'Any Eugenio; televisió i música del record; mítica gala de la nit de Nadal a TVE, i música i espectacle.

Com podem optar als premis?
El requisit per optar als premis és la trajectòria vital de tantíssimes personalitats i entitats que formen part de la societat i de les nostres vides.

Si coneixem cap projecte susceptible de participar com a candidat a aquests premis, què hem de fer?
Sempre rebo les propostes i prenem la decisió final amb el jurat, que està format per: Fede Sardà, gerent fundador de la sala teatre Luz de Gas, el mestre Luis del Olmo, la doctora Barraquer, Cristina Cubero, directora de relacions externes de Mundo Deportivo, Miquel Matas, del Grup Matas Arnalot de Sitges, Josep Maldonado, president de la Fundació ESI. Esport Solidari Internacional, Ramón Agenjo, president de Fundació DAMM, i Ricardo Rodrigo, president de la Fundació RBA.

Compartiries amb nosaltres, Lucrecia, quina és la teva il·lusió en aquest moment?
La meva il·lusió en aquests moments és, juntament amb el meu programa infantil, el Tour 2019-2020 Celia Cruz el musical i el Tour de Lunnis de leyenda, que comença el setembre.

Ara estic component, ja que gravaré noves cançons molt ballables i enganxoses.

Quin projecte professional és actualment la teva alegria de viure?
Tot el que estic desenvolupant professionalment m'omple d'alegria de viure.

Què representa "el color" a la teva vida?
El color és vital per a mi; em dona energia i felicitat.

Quin és el teu secret per mantenir viu el meravellós somriure que et caracteritza?
Gràcies a Déu jo soc així. Tinc molta il·lusió i moltíssima alegria i pau interior.

Quins són els teus hobbies?
Tocar el piano, veure la tele en general i veure els capítols de Lunnis de leyenda, trucar els meus amics i amigues, llegir, caminar per Sitges, mirar el mar.

Fer dinars amb els amics i amb la meva família, i cuinar menjar cubà i d'altres plats que tasto a restaurants. Perdre la vista i no pensar.

Coneixes Sarrià? Tens cap vinculació amb el barri?
M'encanta Sarrià. Des que vaig arribar a Barcelona sempre he dit m'encantaria viure a Sarrià. Sovint he anat a passejar, a comprar... Passo cada dia pel col·legi del meu fill, una casualitat de la vida, i també li encanta.

Quins són els teus hàbits a l'hora de comprar? Utilitzes el comerç de proximitat? O compres més per internet?
Sempre anem al súper i al mercat a comprar. No compro per internet.

Quan et veurem de nou per Barcelona?
Tinc programat actuar a Barcelona al setembre. Encantada de trobar-nos aviat a Sarrià.

Besitos de chocolate! Lucrecia

Ha estat un plaer sentir l'energia d'aquesta gran DONA que ha assumit el compromís vital de contagiar ALEGRIA i FELICITAT allà on va, i realment ha assolit un gran ÈXIT personal en aquesta tasca. Ho constaten els testimonis de tantes persones que han tingut la sort de compartir moments especials amb ella.

I vosaltres? Coneixeu VIDES interessants per compartir? Voleu participar en la nostra secció?

Doncs feu-me arribar un correu electrònic a:
gloria.gemma@gmail.com
i comencem a recrear VIDES D'ALGÚ.
Bon estiu, família!

Text: **Núria Casamitjana. Farmacèutica**
Document cedit per Farmacia G. Hernanadez i Miquel.
Major de Sarria, 70

Intolerància a la lactosa

La intolerància a la lactosa consisteix en la incapacitat per digerir la lactosa, el sucre predominant a la llet.

Aquesta incapacitat és conseqüència de tenir només petites quantitats de l'enzim lactasa, que es produeix a les cèl·lules que revesteixen la paret intestinal, i que trenca la lactosa en formes més simples que es poden absorbir.

Quan no hi ha prou lactasa per digerir la quantitat de lactosa consumida, parlem d'intolerància.

Símptomes i causes

Els símptomes que se solen presentar llavors són nàusees, flatulència, diarrea o dolor abdominal, entre d'altres, depenent la intensitat de la quantitat de lactosa que la persona toleri.

Algunes causes d'intolerància a la lactosa són ben conegudes. Per exemple, hi ha malalties digestives relacionades amb l'intestí prim que poden reduir la quantitat de lactasa produïda. En altres casos, però, es presenta amb l'edat, ja que a partir dels dos anys ja es comença a produir menys enzim, encara que hi ha persones que no desenvolupen cap símptoma fins molt més endavant.

No hi ha cap tractament per incrementar la producció de lactasa, però els símptomes es poden controlar amb una dieta exempta de lactosa en la qual, per tant, no calgui digerir-la i no ocasioni molèsties.

Què cal fer en cas de tenir aquesta intolerància?

Els nens amb deficiència de lactasa no poden ingerir aliments que continguin lactosa. Per a ells hi ha, per exemple, llets sense aquesta substància.

En canvi, els adults poden no necessitar evitar-la totalment, ja que difereixen pel que fa a la quantitat i la classe d'aliments que toleren. Per exemple, alguns poden presentar símptomes d'intolerància després de beure un petit got de llet, mentre que a d'altres potser només els afecta si se'n prenen dos; hi haurà qui podrà menjar alguna mena de formatge però no altres derivats lactis. En general, el iogurt ha demostrat ser més ben tolerat que altres aliments.

Per als que reaccionen amb petites quantitats o els resulta difícil mantenir una dieta que eviti totalment els lactis, a la farmàcia hi ha preparats que contenen l'enzim lactasa, que, afegits a la llet, permeten prendre'n, ja que després de deixar-la unes hores en repòs desdoblen la lactosa per fer-la digerible.

Consells

La intolerància a la lactosa es controla evitant els aliments que en tenen.

Els medicaments també poden contenir lactosa; consulteu-ho amb el farmacèutic.

En fer una dieta sense lactosa i, per tant, excloent-hi la llet, que és rica en calci, cal tenir present la inclusió d'altres aliments rics en aquesta substància. D'altra banda, encara que la llet i els seus derivats són l'única font de lactosa, se n'afegeix a diferents aliments preparats i, per tant, les persones que en toleren molt poca quantitat han de tenir en compte que salses, galetes, cereals processats, etc., també poden contenir-ne.

FARMÀCIA
GEMMA HERNÀNDEZ MIQUEL
La teva farmàcia de confiança.

Prepara't PER L'ESTIU

CUIDEM DE TU!

whatsapp
comandes
693 81 16 79

Segueix les
novetats i
descomptes

TRAVEL CLUB
Comprar y Disfrutar

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

Més informació dels nostres serveis: www.farmaciagemmahernandez.net

- *Preparació medicació personalitzada*
- *Assessorament en dietètica i nutrició*
- *Diagnòstic dermogenètic 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*
- *Assistència a domicili personalitzada*
- *Fórmules magistrals*
- *Col·locació d'arracades*

Amb l'estiu el que més ens ve de gust són els plats lleugers, frescos i ràpids de cuinar. Així que aquesta temporada us portem amanides i carn a la planxa, per cuidar la dieta i aprofitar els productes de temporada.

Amanida de llenties

Elaboració

Comencem tallant els tomàquets i les pastanagues a daus. Esbandim i escorrem les llenties i ho barregem tot amb els brots tendres i les pipes. Després ho amanim amb la vinagreta, que obtenim d'emulsionar l'oli amb el suc i la sal. Intenteu no amanir el plat fins a posar l'amanida a taula!

Sofregim els ceps que hem apartat al principi i decorem el plat.

Ingredients

- 700 g de llentia pardina cuita
- 10 tomàquets cherry
- 1 pastanagues
- Brots tendres d'enciam
- Pipes de gira-sol

Per a la vinagreta:
- 40 ml d'oli d'oliva verge extra
- El suc d'1 taronja
- Salà

Amanida de patates

Elaboració

Hidratem els tomàquets i tallem els pebrots, la ceba i els tomàquets. Podem fer la vinagreta emulsionant els ingredients mentre les patates es couen. Després tallem i buidem les patates i les omplim amb les verdures. Tot seguit ho amanim tot amb la vinagreta.

Ingredients

- 4 patates
- 1 pebrot verd
- 1 ceba petita
- 6 tomàquets secs
- Pebrot vermell

Per a l vinagreta:
- 4 cullerades d'oli d'oliva verge extra
- Sal
- Pebre
- Comí

Entrecot a la planxa amb reducció de ceba

Elaboració

Per fer un bon entrecot de vedella aconsellem treure la carn una hora abans de la nevera perquè estigui temperatura ambient quan la coguem. Marquem primer la carn a banda i banda.

Fem una reducció de ceba per acompanyar la carn. Sofregim la ceba en una paella amb una mica d'oli d'oliva verge extra i ho deixem reduir amb una cullerada de vinagre durant 5 min. Decorem el plat amb la reducció de ceba i hi afegim sal al gust.

Ingredients

- Entrecot
- 1 ceba
- Oli d'oliva verge extra
- Vinagre

La recepta de na Trini
d'el Coc de Sarrià

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.

Fotografia: **Ramon Ripoll**

Escudella barrejada

Ingredients
(per a 6 persones)

- 1 enciam
- 1 llauna de pinya natural
- 8 barretes de cranc (succedani del cranc)
- 300 g de gambetes palades
- 400 g de cues de llagostí
- la pell d'1 taronja
- la pell d'1 llimona
- 1 fulla de llorer
- ¼ l de salsa rosa
- caviar vermell
- sal

Elaboració

Comencem bullint els llagostins amb aigua i sal, la pell d'1 taronja, la pell d'1 llimona i 1 fulla de llorer. Quan l'aigua torni arrencar el bull, en traiem els llagostins, els escorrem, els deixem refredar i, finalment, els pelem. A part, rentem i trossegem l'enciam. El disposem en una safata. A continuació, hi posem la pinya escorreguda i tallada en trossos petits. Tot seguit, hi incorporem les barretes de cranc i les gambetes. Hi afegim la salsa rosa i col·loquem els llagostins al damunt. Per acabar, empolsem l'amanida amb caviar.

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

facebook.com/eix.sarria
twitter.com/eixsarria

facebook twitter

GUIA DE COMERÇOS

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, 63T.: 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 J J
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 Sarria, parades 25-26
T.: 932 801 388
COMPRA SERVEI
Mer. de Sarrià, parades 29-30
T.: 932 802 782
Mª DOLORS GUILERA
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 Sarria, 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
TERRA I QUALITAT
terraiqualitat2013@hotmail.com
www.terraiqualitat.com
T.: 630 462 964
CARNISSERIA TOT BÓ
Mercat de sarria, parades 46-47-48
T.: 644 577 909

ALIMENTACIO ECOLOGICA

BE YOU JUICERY
Major de Sarrià, 36
T.: 678 550 828
FREEFOOD
Salvador Mundi, 2
T.: 932 806 603

ART FLORAL

SINGULAR
Manuel de Falla, 27
T.: 932 032 099

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

VINS I CAVES

ÍSKIA VINS I CAVES
Major de Sarrià, 132
T.: 93 2 050 070

AUTOMÒBIL

AUTOESCOLA CORSA
Cornet i Más, 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 ANGLES

WONDERFUN
Pere Miquel de Sarrià, 7
T.: 937 064 414
OTHER WAY LANGUAGE CLUB
Mimosas, 6
T.: 936 762 145

ENSENYAMENT XINES

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

ART

TRAÇ CENTRE D'EXPRESSIÓ PLÀSTICA
Paletes, 3
T.: 932 806 323

DANSA

ESCOLA DE DANSA YISBELL
Via Augusta, 319
T.: 932 037 176

CUINA

C00KITECA
Major de Sarrià, 74
T.: 932 059 373
BETTINA-CUINA
bettih@hotmail.es

JOIERIA

TRAÇA (joies d'autor)
Major de Sarrià, 150
T.: 646 130 884

MANUALITATS

SCRAP HOUSE SARRIÀ
Passatge Canet, 7
T.: 937 824 241

PARES, NADONS I NENS

AÚPALI
Tradició, 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
COLDWELL BANKER UPTOWN
Major de sarrià, 123
T.: 930 085 810
FORPUNT SARRIÀ
Santa Amèlia, 35
T.: 934 965 403
CENTURY 21 ARUBAHOME
Major de sarrià, 9
T.: 938 296 565

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. Princep 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
UÖLKER SNKEAKERS AND CO
Major de Sarrià, 90
T.: 932 807 691

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
NURIA ROIG
C. Cornet i Mas, 69
T.: 932 051 419
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
BOTTINI BARCELONA
Manuel de Falla, 24
T.: 937 826 091

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, 108
T.: 931 054 515

LABORS - BRODATS

BRICALL LABORS
Major de Sarrià, 72
BOIXETS CAMARIÑAS
Passatge Senillosa, 5
T.: 932 037 976
FIL A FIL BRODATS
Foncoberta, 28 baixos
T.: 932 049 976

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

RESTAURANTS

ANTIGA CASA RAFAEL
Major de Sarrià, 77
T.: 932 031 020
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
THE ROOM SERVICE
P. Bonanova, 104
T.: 932 058 972
T.: 932 050 768
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

CATALANA OCCIDENT
Major de Sarrià, 32
T.: 932 804 899
L'ESTANC 368
Major de Sarrià, 66
T.: 932 031 061

ASSESORAMENT 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
GESTIONS SARRIÀ
Benet Mateu, 61
T.: 932 036 209

LLIBRERIA - PAPERERIA IMPREMTA - COPISTERIA

PAPERERIA SPOT
Major de Sarrià, 24
T.: 932 049 002
IMPREMTA TORMIQ
Major de Sarrià, 139
T.: 932 033 698
PAPERERIA QUINTA AMÈLIA
Santa Amèlia, 31
T.: 932 041 199
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
TEL 93 595 04 04

CENTRE DE DIA 3A EDAD

ICAIME
Oriol Mestres, 3-5 b.
T.: 932 060 915
SANITAS SARRIÀ
D'Osi, 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
Negrevernis, 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

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 Sarria, 70
T.: 932 030 864

HERBORISTERIA

MANANTIAL DE SALUD
Major de Sarrià, 44
T.: 932 055 966

IOGA I TERAPIES

SARRIÀ YOGA ASANA CHIKITSA
Ivorra, 20 bjs
T.:650 432 005
THE BOX BY CAROLINA MAZZONI
Cornet i mas, 20
T.: 618 779 922

YOGAONE SARRIÀ
Caponata, 13 bajos B
T.: 937 427 428

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 Sarria, 43-47
T.: 934 342 299
DOMUSVI BONANOVA
Calatrava, 83
T.: 932 534 940

VOLS FORMAR PART DE L'ACS?

acs@eixsarria.com
932 044 026

SOCIS DE LA A A LA Z

ANDER'S	932 800 773
ANTENES BARCELONA	932 030 137
ANTIGA CASA RAFAEL	932 031 020
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 Mª 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
BARBAS	936 395 179
BAR MONTERREY	932 047 157
BAR TOMÀS	932 031 077
BARTREZE	932 506 499
BE YOU JUICERY	678 55 08 28
BEA-BEA	683109623
BENESTER SARRIÀ	932 803 117
BOIXETS CAMARIÑAS	932 037 976
BOSCH	932 030 788
BOTTINI BARCELONA	937 826 091
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
CARNISSERIA TOT BÓ	644 577 909
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	
COLDWELL BANKER UPTOWN	930 085 810
CAN CARALLEU	932 037 874
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
ESCOLA DE DANSA YISBELL	932 037 176
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
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
FIL A FIL BRODATS	932 049 976
FITNESS HOUSE	932 050 869
FLORIUM	932 524 043
FORPUNT SARRIÀ	934 965 403
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 MERCÈ	932 043 243
FRUITES AMOR	932 801 388
FRUITES I VERDURES Mª DOLORS	932 030 375
GENERAL OPTICA	937 076 163
GESTIONS SARRIÀ	932 036 209
HAO	645 697 370
HELLO NAILS	675 794 772
ICAIME	932 060 915
CENTURY 21 ARUBAHOME	938 296 565
IMPREMTA TORMIQ	932 033 698
INGENIERÍA INFORMÁTICA	932 042 099
INTERIORISME	932 521 163
ISKIA VINS I CAVES	932 050 070
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
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
NURIA ROIG	932 051 419
OPTICONCEPT ARTÓS	932 520 513
OTHER WAY LANGUAGE CLUB	936 762 145
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 YOGA ASANA	650 432 005
SARRIÀ FOTÒGRAFS	661 607 260
SCRAP HOUSE 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
TALLERES JAVIER	932 034 586
TALLERS JORDI'S	932 050 219
TERRA I QUALITAT	630 462 964
THE BOX BY CAROLINA MAZZONI	618 779 922
THE ROOM SERVICE	932 058 972
TINTA XINA	932 047 516
TOOL BARCELONA PERRUQUERIA	932 804 269
TRAÇ C. D'EXPRESSIÓ 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
UÖLKER SNKEAKERS AND CO	932 807 691
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
5º PINO	932 522 281

SERVEIS

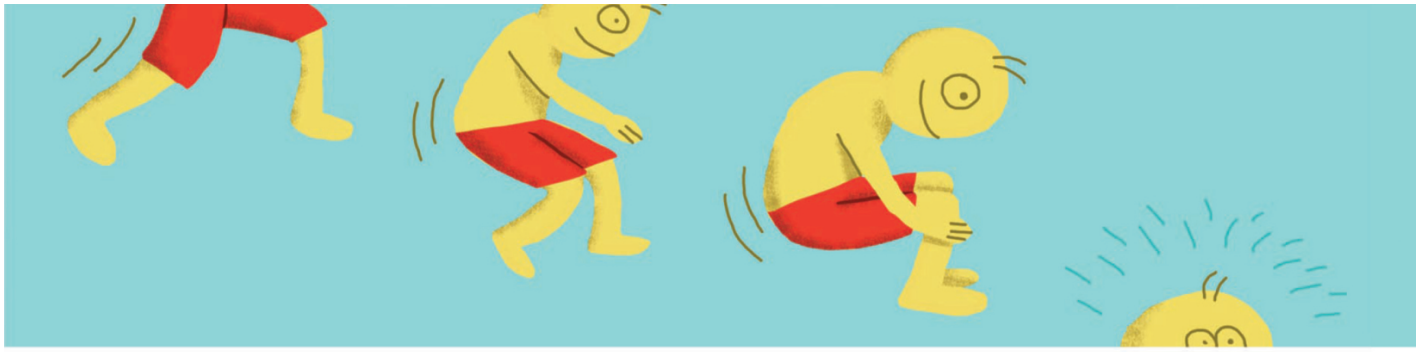
SERVEIS MUNICIPALS DEL DISTRICTE	
Llicències	932 916 565
Manteniment i Serveis	932 916 580
Comunicació i Qualitat	932 916 580
Serveis Personals	932 916 583
C. Serveis Socials Sarrià	932 916 545
Arxiu Històric	932 562 722
Casal de Sarrià	932 562 720
Biblioteca Clara	932 801 547
Casal Can Fàbregas	932 032 143
C. civic	
Vallvidrera Vázquez Montalbán	934 069 053
Biblioteca Collserola-Josep Miracle	934 069 111
Espai Municipal	
d'Infancia Petit Drac	932 890 530
Direcció de Serveis de Territori	932 916 560

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

FARMÀCIES

GEMMA HERNANDEZ
Obert tot l'any de 9:00 a 22:00 h.
Major de Sarrià, 70 932 030 864

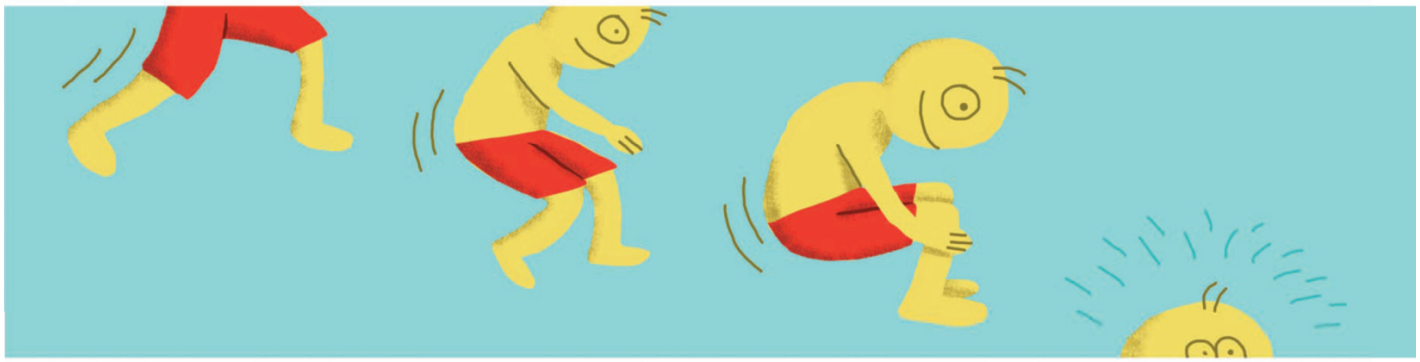
JORDI CABEZAS
Obert tot l'any de 9:00 a 21:00 h excepte festius.
Dissabtes de 9:00 a 14:00 h.
Major de Sarrià, 94 932 031 121



15 de juny

Al carrer Manuel de Falla

FIRA D'ESTIU



ORGANITZA

l'eix de Sarrià

COL·LABORA

Generalitat de Catalunya

Districte de Sarrià-Sant Gervasi

Ajuntament de Barcelona