

# CBN



UROLOGIA

*Cirurgia robòtica Da Vinci*

8

CIRURGIA GENERAL I DE  
L'APARELL DIGESTIU

*Unitat Funcional de  
Proctologia*

11

CIRURGIA ORTOPÈDICA I  
TRAUMATOLOGIA

*Cirurgia endoscòpica de  
columna*

22

*En Joan i  
la Laura,*  
propietaris del  
restaurant Divinum



# Índex

**NOTÍCIES BOFILL** 03

---

**ENTREVISTA** 04

Joan Murillo i Laura Tejero, propietaris del restaurant Divinum

---

**UROLOGIA** 08

Cirurgia robòtica Da Vinci

---

**CIRURGIA GENERAL I DE L'APARELL DIGESTIU** 12

Unitat Funcional de Proctologia

---

**OBSTETRÍCIA I GINECOLOGIA** 14

El càncer de mama amb nom i cognoms

---

**LABORATORI** 17

Evita interferir en els resultats analítics

---

**CONEIX LA NOSTRA GENT** 18

David Toy, auxiliar d'atenció als pacients

---

**CIRURGIA ORTOPÈDICA I TRAUMATOLOGIA** 22

Cirurgia endoscòpica de columna

---

**ESPAI CÀTEDRA DR. BOFILL - UDG** 24

Celebració del 10è aniversari  
En memòria d'en Josep Arnau

---

**INNOVACIÓ I TECNOLOGIA** 27

La IA, una revolució que ha vingut per quedar-se

---

**TRANSFORMADORS SOCIALS** 28

Fundació Girona Est

---

**ENTRETENIMENT** 30

---

# Editorial

## EL BON PERNIL

Hi ha un consens general segons el qual es considera que un bon pernil ibèric és aquell en què el múscul conté la quantitat justa de greix infiltrat, cosa que el converteix en una delícia per al paladar. Si el greix és excessiu, allò que hauria de ser un bon pernil pot acabar sent una simple cansalada (amb tot el respecte per la cansalada).

En aquesta metàfora, el múscul serien els professionals sanitaris i el greix, la intel·ligència artificial (IA). Salvant les distàncies, penso en aquell bon pernil on les persones tenien un paper essencial, recolzades per una tecnologia incipient, però sense deixar de ser les protagonistes.

Avui, la IA —que tant està aportant a la medicina— està present en tota l'activitat mèdica, des dels equips més sofisticats fins als protocols i guies que orienten la tasca diària dels professionals sanitaris. I això, en la seva justa mesura, és positiu. En aquesta analogia, el múscul continuen sent els professionals, que en els moments més difícils —quan la salut ens falla— ens reconforten amb una dosi d'humanitat que ens fa sentir persones, i no simplement casos o diagnòstics.

Buscar l'equilibri entre la humanització i la tecnologia, o la IA, ha de ser un objectiu prioritari. Cal esforçar-se per evitar que aquell bon pernil es transformi en una vulgar cansalada. I allà on ja hagi passat, cal treballar per reconvertir-la en un bon pernil... O, si més no, en una bona cansalada.

Nosaltres hi som i hi serem sempre.

**Juan Ortega**, gerent del Grup Clínica Bofill



# Notícies breus



## Blue Button al MWC: portabilitat de dades en salut privada

El nostre adjunt a la direcció, **Raul Ortega**, va presentar al 4YFN del Mobile World Congress el projecte **Blue Button**, una aposta per la portabilitat i l'ús compartit de les dades dels pacients dins el sistema de salut privada. La ponència, presentada al pavelló de l'**Ecosistema d'Innovació en Salut de Catalunya**, va posar en valor la interoperabilitat entre sistemes d'informació. A més, l'equip va tenir l'oportunitat de visitar empreses referents del sector en una jornada organitzada per **ACES, Biocat i la Fundació TIC Salut Social**, un pas més en la nostra aposta per la innovació responsable i centrada en els pacients.

## Nova àrea de Diagnòstic per la Imatge

Aquest estiu, a la Clínica Bofill Girona Centre, es portaran a terme obres per construir la nova àrea de Diagnòstic per la Imatge, completament renovada, unificada i millorada. Amb aquesta intervenció reestructurem la planta -1 per optimitzar totes les modalitats diagnòstiques, augmentar el confort dels pacients i incorporar la tecnologia de ressonància magnètica avançada.

Durant el període d'obres (juliol i agost del 2025), els estudis de ressonància magnètica es faran temporalment a les instal·lacions de la Clínica Girona.

Amb aquesta actualització integral, reforcem el nostre compromís amb l'excel·lència tecnològica i assistencial, i oferim un entorn més eficient i confortable als nostres pacients.

## A Olot, Figueres i Platja d'Aro... entra a la clínica sense esperar!

Vols evitar cues a recepció? Ara pots anunciar la teva arribada a la clínica des del mòbil gràcies a la nova funcionalitat d'**arribada automàtica** de l'app de la Clínica Bofill. Amb només tres passos —indicar l'arribada, rebre el tiquet virtual i esperar còmodament—, millorem l'experiència dels pacients i agilitzem el servei. Aquesta funcionalitat ja està operativa als centres de **Figueres, Olot i Platja d'Aro**. (Atenció: pot no estar disponible amb algunes mútues.)

### Direcció general de la Clínica Bofill:

Juan Ortega

### Coordinació editorial i redacció:

Ana Mosquero

### Disseny i maquetació:

Estudi Oliver Gràfic

### Correcció:

Isabel Vilalta - Viceversa

### Col·laboradors:

Juan Ortega

Miquel Alonso

Rafa Méndez

Augusto Covaro

Ana Mosquero

Carles Puig

Fundació Girona Est

### Fotos de portada i entrevista

#### principal:

Toni Vilches

### Publicitat:

comunicacio@clinicabofill.net

### Impressió:

Impremta Aubert

### Dipòsit legal:

Gi.505-2009

Clínica Bofill no es fa responsable de les opinions dels seus col·laboradors. Hem incorporat eines d'intel·ligència artificial per millorar i optimitzar el contingut de la nostra publicació, assegurant-nos que la informació sigui precisa i d'alta qualitat. Tots els drets d'aquesta publicació estan reservats. Queda prohibida la reproducció de qualsevol part de la revista, en qualsevol suport, encara que se'n citi la procedència.  
Juliol de 2025

*“El més bonic ha estat veure com  
l’estrella també ha estat motiu d’orgull  
per a la ciutat.”*



# Divinum, constància i excel·lència amb sabor gironí

En Joan Morillo i la Laura Tejero són el cor del restaurant Divinum. Junts han fet créixer un projecte que ha anat evolucionant amb constància, passió i molta feina. Ara, amb una estrella Michelin, recullen els fruits d'un camí fet amb compromís, i amb el producte, l'equip i la ciutat que els ha vist créixer.

Per ANA MOSQUERO

A la Clínica Bofill ens fa especial il·lusió parlar amb ells, no només pel seu reconeixement actual, sinó perquè des dels inicis hem compartit moments junts, com aquells sopars de Nadal on el seu càtering ja ens feia entreveure que anaven pel bon camí.

Compartim valors com la proximitat, l'excel·lència i les ganes de fer bé la feina, i per això avui ens fa feliços explicar la seva història.

**Com va començar la vostra història personal i professional fins a donar forma al projecte del Divinum?**

**Laura:** Ens vam conèixer treballant a Can Fabes, en un entorn molt exigent i intens, on vam fer pinya com a companys. D'aquella complicitat en va néixer una amistat, i amb el temps, una parella i un projecte de vida compartit.

**Joan:** Vam obrir el primer local l'any 2000, a l'Argenteria, on servíem cafès i esmorzars als botiguers de la zona. Però la idea original ja era obrir un bar de vins i formatges inspirat en referents de Barcelona i Andorra. Ens faltaven recursos, així que vam començar a poc a poc, adaptant-nos.

**Laura:** Recordo que a Girona la gent no estava acostumada a fer una copa de vi amb quatre tapes. Volien seure i fer un àpat. Però mica en mica ens vam fer un lloc. Fins i tot hi havia cues per seure.

**Joan:** Fèiem les tapes nosaltres mateixos des del pis del davant. En Joan Roca ens va recomanar en un llibre i això va ser un punt d'inflexió: va començar a venir molta gent. L'èxit d'aquella etapa va fer que l'activitat generés un cert enrenou al barri, i finalment vam decidir buscar un nou espai on poder créixer amb més tranquil·litat i un altre format.

Vam passar per diverses etapes, inclosa una crisi que gairebé ens fa tancar. Però va ser llavors quan vam rebre el suport d'alguns metges de la Clínica Bofill. Ens van empènyer a tirar endavant i van apostar pel projecte.

*“No vam néixer pensant en tenir una estrella. Volíem fer-ho bé, tenir un restaurant on es mengés bé, i viure d'això. I pas a pas, amb exigència, constància i ajuda de molta gent, hem arribat fins aquí.” — Laura*



**Han passat uns mesos des que vau rebre l'estrella. Com us ha canviat la vida? Què heu viscut des de llavors?**

**Joan:** El que més ens emociona és que la gent de Girona sent que ha format part d'aquest camí. Trobem veïns, antics clients que venien a fer el menú o tapes, i tots diuen: "Jo he estat al Divinum." No és com altres restaurants d'estrella on gairebé ningú no ha posat els peus. Aquí tothom se sent participatiu.

**Laura:** Venim d'un bar de vins i tapes, i molts dels clients de llavors encara ens acompanyen. Ens ha costat arribar fins aquí perquè volíem créixer sense perdre aquest vincle. Ens feia respecte convertir-nos en un lloc massa exclusiu i deixar enrere la gent que ha crescut amb nosaltres.

També teníem por de perdre aquesta fidelitat. Ens agrada-va el públic que teníem, la proximitat, saber que omplíem perquè la gent tornava. I pensàvem: "I si ara, buscant més excel·lència, no omplim?"

**Joan:** Però no ha estat així. Treballem diferent, hem pujat el nivell, però també hem apostat molt per la qualitat. Ara el servei és més complet, més cuidat, més pausat. L'experiència va molt més enllà del plat: comença amb la mateixa reserva, continua amb la benvinguda i els aperitius, i acaba amb la sensació d'haver conegut una família.

---

*"El que més ens emociona és que la gent de Girona ens para pel carrer i ens felicita tot dient: 'Jo he estat al Divinum'."*

---

#### *Com definiríeu el vostre dia a dia actual?*

**Joan:** És molt frenètic. El dia comença d'hora: a les 10 ens reunim mentre esmorzem amb els caps de cuina i organitzem tot el que passarà. Però abans ja estem revisant correus, responent sol·licituds, gestionant reserves, vals regal, intoleràncies... És una feina constant.

**Laura:** L'hostaleria no és només una feina, és un estil de vida. Quan et dediques a això, ho vius amb passió. Encara que no siguis físicament al restaurant, el cap hi continua sent. Anem a menjar fora, tastem, busquem novetats, aprenem... És un gaudi, però és 24/7.

**Joan:** Des que vam rebre l'estrella, tot s'ha intensificat. Hi ha més entrevistes, més visibilitat, més responsabilitat. I l'exigència interna també és màxima: volem estar a l'altura. Això implica cuidar cada detall, formar-nos constantment, conèixer productes nous...

**Laura:** Ens agrada, però no deixem de formar-nos: volem estar al dia en vins, formatges, tendències. És exigent, però també molt gratificant.



---

*"L'hostaleria no és una feina de 9 a 5. És una manera de viure i d'entendre el món."*

---

#### *Què no pot faltar mai a la vostra cuina?*

**Joan:** Els gustos i aromes de la terra. No hi pot faltar el producte del territori, allò que ens identifica: els carbassons del camp, la ceba dolça de Figueres, les anxoves de l'Escala... Plats com el "Girona" transmeten qui som. És arriscat servir-lo a algú de Singapur o dels Estats Units, però per a nosaltres és essencial que visqui l'experiència tal com la vivim aquí.

**Laura:** El que tampoc no pot faltar és l'organització i la capacitat d'adaptar-nos. Gestionem molts detalls abans que els clients arribin: intoleràncies, menús, temps disponible... Tot ha d'estar pensat perquè l'experiència flueixi i la persona se senti acollida des del primer moment.

#### *Com sentiu el vincle amb la ciutat?*

**Joan:** Fa 25 anys que vivim a Girona, sempre al Barri Vell. Ens agrada tot: els carrers, la manera com la ciutat et permet connectar amb la gent. És passar i saludar els veïns, fer una xerrada de dos minuts... i desconnectar. És casa nostra.

**Laura:** A Girona tothom es coneix. I després de tants anys, aquest vincle es fa molt fort. Quan ens van donar l'estrella, ens va emocionar veure com la gent de la ciutat se la feia seva. Ho vivien amb una il·lusió com si fos una mica de tots.

**Joan:** És una ciutat petita, però això fa que entre tots ens recolzem. Nosaltres també ens sentim molt part de la vida cultural i social: som socis del Girona FC des de fa anys, seguim el bàsquet femení des del primer dia... I també tenim la sort de comptar amb el suport d'amics com els germans Roca, que ens han recomanat mil vegades. Aquesta és una ciutat que et fa sentir part d'un nucli molt fort.

#### *Què us agrada transmetre als clients que us visiten per primera vegada?*

**Joan:** Sobretot il·lusió i un somriure. M'agrada sortir a la porta a rebre la gent i acompanyar-los. Al principi pot semblar un lloc molt gastronòmic i fred, però el que volem és que sentin que hi ha persones al darrere. Que notin vida.

**Laura:** Humanitat i caliu. Ens agrada tractar la gent com ens agradaria que ens tractessin a nosaltres: amb un somriure, amb detalls, i amb ganes. Sempre intentem trobar l'equilibri entre ser propers i respectuosos, sense ser invasius.

---

*"Fem el que ens agradaria que ens fessin quan sortim a menjar fora."*

---

#### *Als inicis del projecte vam tenir la sort de celebrar sopars de Nadal amb el vostre càtering. Com recordeu aquella època?*

**Laura:** Tot era molt frenètic, però també molt emocionant. Recordo amb especial il·lusió el primer sopar al Casino: per a nosaltres era un gran repte, amb molta responsabilitat,

perquè era la primera vegada que treballàvem per a un grup tan nombrós.

**Joan:** Ens impressionava veure com els metges gaudien, com es vivia la festa, la implicació de la Comissió de Festes... Recordem els premis, els jocs, l'organització. Era tot molt professional, molt cuidat. De fet, moltes idees de com organitzar el nostre propi sopar d'equip les vam agafar d'allà.

**Laura:** Recordo un any en què hi havia 140 persones! Era una bogeria, però també una alegria veure com la gent volia formar part d'aquell moment. Era una festa que transmetia caliu i unió, com si tothom fos part d'una gran família.

**Joan:** Encara ara, hi ha gent de la clínica que ens diu que enyora aquella època. Nosaltres també. No ho podíem mantenir per logística i volum, però en guardem molt bons records.

### *Amb què somieu, ara, després de l'estrella?*

**Laura:** L'endemà mateix ja ens vam dir: "Ara, hem de continuar millorant." No és una obsessió, però sí una motivació. Som molt exigents amb nosaltres mateixos i sempre busquem anar més enllà. Si arriba un nou reconeixement, serà benvingut, però el que volem de veritat és seguir fent les coses cada vegada millor.

**Joan:** Una segona estrella seria un somni, però sabem que requereix molt més que bon menjar: calen recursos, estructura i un equip molt fort. Nosaltres som un projecte familiar, i això també ens dona força. El nostre somni és mantenir



aquest model, oferir una experiència única al centre de Girona i que segueixi venint gent d'arreu del món a viure-la amb nosaltres.

### *Per acabar, quin és el vostre plat preferit?*

**Laura:** Uf... És que m'agrada molt menjar! Però si em poses unes bones gambes, amb pa amb tomàquet i una copa de cava, ja soc feliç.

**Joan:** Jo també! Tot i que si em fas triar, un plat de capipota em fa gaudir de veritat.

---

*"El nostre objectiu és continuar evolucionant, però sense perdre mai l'essència ni el caliu familiar que ens defineix."*

---





# Da Vinci, cirurgia robòtica a la Clínica Bofill

Tecnologia al servei de la precisió i la recuperació dels pacients

El Grup Clínica Bofill ha fet un pas rellevant en l'àmbit de la cirurgia mínimament invasiva amb la incorporació del **sistema robòtic Da Vinci**, una tecnologia d'alta precisió que ja s'utilitza amb èxit en hospitals de referència d'arreu del món. Amb aquesta adquisició, **la clínica esdevé el primer centre privat de la província de Girona** en oferir cirurgia robòtica assistida en urologia i en posar-la a l'abast dels pacients del territori.

**La Clínica Bofill és el primer centre privat de la província de Girona en incorporar el sistema robòtic Da Vinci.**

La primera intervenció duta a terme amb aquest sistema ha estat una **prostatectomia**

**radical** —l'extirpació de la pròstata per tractar un càncer localitzat— practicada pel **Dr. Nicolau Carrasco**, uròleg amb àmplia experiència en cirurgia robòtica. L'operació es va dur a terme amb èxit i ha marcat l'inici d'una nova etapa per a la cirurgia urològica dins la clínica.

### *Com funciona el sistema Da Vinci?*

El sistema Da Vinci permet al cirurgià controlar quatre braços robòtics des d'una consola, amb una visió tridimensional i en alta definició del camp operatori. Els moviments del cirurgià són reproduïts de manera precisa i sense tremolors pels braços articulats, que poden arribar a zones anatòmiques de difícil accés amb una gran estabilitat.



Testimoni



Vídeo Da Vinci





**Els braços robòtics imiten els moviments de la mà humana amb més estabilitat i precisió.**

El sistema no substitueix el cirurgià: l'assisteix i en millora les capacitats, oferint **més control, millor visualit-**

**zació i una manipulació més precisa dels teixits.** Això és especialment important en intervencions com la prostatectomia, on cal preservar estructures delicades que tenen un impacte directe en la qualitat de vida dels pacients.

**La cirurgia robòtica millora la precisió i contribueix a una recuperació més ràpida i amb menys dolor.**

Aquestes millores es tradueixen en **una experiència postoperatòria més positiva i menys impactant per als pacients**, que poden reprendre abans la seva activitat habitual i amb més garanties.



### ***Beneficis per als pacients***

Aquest tipus de cirurgia aporta avantatges molt clars respecte a la cirurgia oberta o laparoscòpica convencional:

- **Menys sagnat i menor risc de complicacions**
- **Reducció del dolor postoperatori**
- **Menor impacte estètic gràcies a incisions més petites**
- **Recuperació més ràpida i estades hospitalàries més curtes**
- **Millor preservació de funcions com la continència urinària i la funció erètil**

### ***Una aposta per la innovació i la col·laboració***

La incorporació del Da Vinci s'ha fet realitat gràcies a la col·laboració amb **Montepio Girona**, entitat que ha estat clau per facilitar aquest avenç tecnològic a la sanitat privada gironina.

**Montepio Girona ha estat un aliat clau per fer realitat aquest projecte pioner.**

Aquest nou pas se suma a altres iniciatives tecnològiques impulsades recentment per la clínica, com la cirurgia ortopèdica amb **braç robòtic Mako** o la **cirurgia endoscòpica de columna**, que reforcen el posicionament de Bofill com a **referent en cirurgia mínimament invasiva** a les comarques gironines.

Em comprometo  
a vetllar  
per la teva salut,  
tant física  
com mental.

Daniela Carcagno  
Mutualista d'MGC Mútua

Informa't:



MGC Mútua és l'entitat asseguradora de salut sense ànim de lucre que reinverteix tots els beneficis a millorar les prestacions dels mutualistes. Una mútua compromesa amb el benestar comú i la solidaritat entre els seus socis, únics propietaris de l'entitat. **Per això, les nostres assegurances de salut cobreixen visites de psicologia sense necessitat de prescripció prèvia per part d'un psiquiatre.**

 **MGC** *mútua*

La Mútua dels Mutualistes

Ronda St. Antoni M. Claret, 28. 17002 Girona  
T. 972 41 42 30

La Rutlla, 15. 17600 Figueres - T. 972 67 72 79

Pg. Bisbe Guillamet, 4. 17800 Olot - T. 972 27 35 58

# Unitat Funcional de Proctologia

A la Clínica Bofill posem en marxa la Unitat Funcional de Proctologia, dedicada al diagnòstic integral de les patologies més freqüents del recte, l'anus i el sòl pelvià posterior.

La UFP està integrada per un equip multidisciplinari format pel Dr. Ramon Masvidal i la Dra. Natàlia Morell, tots dos especialistes en cirurgia general i de l'aparell digestiu dedicats a la proctologia; i l'Eva Viñolas, infermera especialitzada, completa la unitat mèdica. Treballen conjuntament per oferir una atenció personalitzada, rigorosa i propera.

Amb aquest propòsit, la Clínica Bofill ha adquirit l'equipament necessari per realitzar manometries anorectals, ecografies endoanal de 360° i videoproctoscòpies, tot integrat en una única plataforma: THD® Digital Mobile, que permet fer totes aquestes exploracions a la consulta amb la màxima eficiència i comoditat per els pacients.





### **Proves diagnòstiques disponibles**

Per a un diagnòstic precís i mínimament invasiu, amb material d'un sol ús i tecnologia certificada:

- **Manometria anorectal**

Mesurament de la pressió i la funcionalitat del canal anal i del recte. És fonamental per a l'estudi de la incontinència, el restrenyiment i altres trastorns funcionals.

- **Ecografia endoanal o transrectal**

Exploració ben tolerada mitjançant sonda ecogràfica de 360°, que permet valorar les estructures anatòmiques del canal anal i del recte, especialment els esfínters.

- **Videoanuscòpia i rectoscòpia digital**

Visualització directa i enregistrament del canal anal i del tram distal del recte. Permet detectar lesions, inflamacions, pòlips o tumors amb alta precisió.

- **Biòpsies, citologies i detecció d'ITS**

Recollida de mostres per identificar infeccions o lesions cel·lulars. Es poden dur a terme amb anestèsia local i sense necessitat de sedació.

### **Quan cal consultar amb el proctòleg?**

Moltes persones conviuen amb molèsties com picor anal, sagnat en defecar, sensació de pressió rectal o dolor persistent, pensant que no tenen solució.

Altres símptomes com la incontinència fecal, el restrenyiment crònic o els canvis en el ritme intestinal poden indicar patologies que, amb un bon diagnòstic, es poden tractar de manera efectiva.

### **Tot en una sola visita, sense sedació**

L'equipament de la UFP permet fer totes les proves a la consulta el mateix dia, sense hospitalització ni sedació, cosa que facilita un diagnòstic precoc i ràpid.



### **Patologies més freqüents que tractem:**

Hemorroides i fissures anals

Fístules i pòlips rectals

Incontinència fecal i restrenyiment crònic

Dolor anal o pelvià persistent

Infeccions i ITS (VPH, clamídia, etc.)

Demana cita per a la **Dra. Natàlia Morell** o el **Dr. Ramon Masvidal**



# El càncer de mama amb nom i cognoms



DR. MIQUEL ALONSO  
RUANO

Cirurgia ginecològica i

obstètrica

El càncer de mama és, al nostre entorn, el càncer més freqüent entre les dones, però evidentment no tots els casos són iguals. De fet, existeixen diferents tipus i subtipus de càncer de mama que requereixen tractaments específics adaptats a cada pacient. Amb tota aquesta diversitat, als clínics ens facilita molt poder classificar cada tipus de tumor; és a dir, poder posar-li el màxim de **noms i cognoms** possibles, per tal de planificar el tractament més adequat i tenir un pronòstic més acurat de cada pacient.

Un dels grups més comuns són els tumors **luminals**. Aquest tipus de càncer de mama es caracteritza per la seva relació amb els receptors d'estrógen i progesterona, hormones que poden estimular el creixement del tumor. Un dels pilars fonamentals de la teràpia d'aquests tumors luminals és el tractament hormonal. Medicaments com ara el tamoxifèn o inhibidors

d'aromatasa provoquen un bloqueig de l'acció d'aquestes hormones, frenant el creixement de les cèl·lules tumorals, millorant la supervivència de les pacients i reduint el percentatge de possibles recidives futures.

Per posar un altre exemple, hi ha un altre subtipus de càncer mamari que anomenem **HER2** i que es detecta quan les cèl·lules tumorals presenten una sobreproducció de la proteïna HER2. Es tracta d'una proteïna de superfície cel·lular que pot accelerar el creixement del càncer. En aquests casos, existeix un tractament diana o específic per a aquest subtipus de càncer que ha demostrat una alta eficàcia en bloquejar l'activitat d'aquesta proteïna, reduint la progressió de la malaltia i millorant la taxa de respostes completes després del tractament amb quimioteràpia. Aquestes respostes completes són molt importants, ja que poden fer que la cirurgia





posterior al tractament sigui menys agressiva i permeten reduir la necessitat d'extirpacions quirúrgiques àmplies i millorar el pronòstic.

En l'actualitat, el tractament del càncer de mama és cada vegada més individualitzat. **Cada pacient és diferent** i, per tant, el tractament que rebí ha de ser personalitzat segons les característiques del seu tumor al moment del diagnòstic inicial. Aquest tractament es decideix en els anomenats **Comitès de Mama**, on un equip multidisciplinari de diferents especialistes analitza cada cas de manera exhaustiva. Aquests comitès permeten establir la millor seqüència de tractament i les opcions més adequades per a cada pacient, garantint un enfocament integral i eficaç per a cada situació.

En resum, el càncer de mama no és una malaltia única i requereix un enfocament personalitzat i multidisciplinari en el qual intervenen molts

especialistes de diferents àrees. Hem aconseguit grans avenços en el tractament, amb noves teràpies més personalitzades, i nosaltres, com a cirurgians de mama, intentem que cada vegada els tractaments quirúrgics siguin el menys agressius possible. Tot i això, encara desconeixem molts aspectes sobre la biologia dels tumors de mama i com es comporten en cada pacient. Cada vegada hi ha més línies de recerca obertes, però ens queda molt per descobrir i per millorar encara més la cura d'aquesta malaltia.

# Cadires salvaescales

Còmodes, pràctiques  
i molt segures!



## La millor solució per pujar les escales!

Amb VALIDA tot són avantatges:

- ✓ Instal·lació ràpida i sense obres
- ✓ Per a totes les escales
- ✓ Pressupost sense compromís

**AQUEST MES**

DESCOMPTES  
**MOLT ESPECIAL\***

(si ens dius "BOFILL")

¡VALIDA t'ho posa fàcil!

\*Promoció no acumulable a altres descomptes.

**Valida**<sup>®</sup>

*Viu el món sense barreres!*

**Truca'ns ara!**

**900 414 000**

[www.valida.cat](http://www.valida.cat)

# Evita interferir en els resultats analítics

El laboratori controla les interferències que afecten la mostra després d'obtenir-la, però depèn dels pacients evitar els diferents factors coneguts que poden arribar a afectar proves concretes.

**Dejuni.** Potser és el factor més conegut i la recomanació més estesa a l'hora de fer-se una analítica. Les guies mèdiques recomanen entre 8 i 12 hores, i que el darrer àpat no tingui un alt contingut en greixos. En cas contrari, els resultats obtinguts per ions, glucosa i colesterol poden ser més elevats i d'altres es veurien afectats en cas de lipèmia.

**Deshidratació.** Al contrari del que se sol pensar, és important beure sempre un got d'aigua abans de l'extracció de sang per assegurar una hidratació òptima i així evitar la concentració de components de la sang degut al dejuni perllongat. A més, beure 2 litres d'aigua al dia i prendre aquest got d'aigua extra durant el dejuni facilitarà l'extracció de sang fent que les venes es dilatïn i siguin més visibles.

**Esport.** Depenent de la seva intensitat, l'alliberament d'hormones i enzims lligats a l'activitat muscular, la deshidratació i la despesa energètica, poden alterar falsament els nivells de determinades proves de manera temporal. En general, es recomana no fer esport durant els quatre dies previs en cas d'esport intensiu regular i 24 hores si és ocasional.

**Estrès.** Quan estem estressats físicament o emocionalment, el nostre cos està en alerta constant i això fa que els nivells en sang de certs paràmetres es mantinguin elevats. Així mateix, pot impactar en la producció de cortisol, que a l'hora pot afectar el mesurament d'altres hormones. No dormir les suficients hores o fer un abús del cafè també faran augmentar el cortisol.

**Fàrmacs i suplementes.** Poden alterar els valors normals de certs components de la sang, però sempre ha de ser el metge qui ha d'indicar si s'ha de suspendre temporalment la medicació abans de fer l'anàlisi.

**Tabac.** Una cigarreta poc abans de l'analítica pot afectar la glucosa i elevar la concentració d'àcids grassos, adrenalina, aldosterona, CEA, cortisol, hemoglobina, leucòcits i VCM. A més a més, redueix la concentració d'HDL (colesterol bo). En general, es recomana abstenir-se de fumar durant el dejuni previ.

**Alcohol.** El seu consum potencia la deshidratació i pot afectar els paràmetres relacionats amb la funció hepàtica i renal i alterar els nivells de glucosa i triglicèrids. Es recomana evitar-ne el consum durant almenys les 24 hores prèvies.

Recordeu tenir en compte tots aquests aspectes abans de fer la vostra analítica de sang amb nosaltres per poder garantir la fiabilitat dels resultats obtinguts i seguïu les recomanacions del vostre metge o laboratori en cas que existeixin requisits específics per a les proves que us heu de fer!



**RAFA MÉNDEZ PASTOR**

**Biòleg, direcció tècnica**

**de Synlab Girona**

SYNLAB España ara és

C/ de Sant Antoni Maria Claret, 20. 17002 Girona - 972 21 70 82. De dilluns a divendres, de 7.15 a 20 h - Dissabtes de 7 a 13 h  
Gran Via de Jaume I, 65, baixos. 17001 Girona - 972 21 08 03. De dilluns a divendres, de 7 a 14.30 h



# David Toy, auxiliar d'atenció als pacients



Fa més d'un any, gràcies a la col·laboració amb la Fundació Astrid 21, en David Toy va començar a treballar com a auxiliar d'atenció als pacients a la Clínica Bofill Girona Centre. Des d'aleshores, ha demostrat dia rere dia una actitud impecable, moltes ganes d'aprendre i una gran capacitat per fer equip. El juny passat va signar el seu contracte indefinit, una fita que reconeix la seva evolució i dedicació. En David s'ha guanyat l'estima de companys i pacients, i avui volem aprofitar aquest espai per conèixer-lo una mica més.



***David, com recordes el teu primer dia a la Clínica Bofill?***

Recordo que tenia moltes expectatives i moltes ganes de començar. Aquell primer dia vaig anar-hi amb molta il·lusió. Tenia ganes de poder tirar endavant aquesta nova etapa que estava encetant i descobrir cap a on em portaria.

***Quines tasques fas habitualment al teu dia a dia?***

El meu dia a dia consisteix en garantir que tots els equips audiovisuals estiguin en ordre (volum, pantalla...) per tal que els pacients rebin l'avís necessari per passar a consulta. També distribueixo i recepciono paquets, cartes, documents, etc. Llavors, pel que fa al tracte amb els pacients, els procuro un assessorament i guiatge correctes

dins la clínica, i també m'encarrego de proporcionar informació i/o suport per a l'aplicació mòbil. M'encarrego també de repartir tríptics, fulletons informatius, revistes o qualsevol material imprès que es consideri rellevant pels diferents punts establerts.

***Què és el que més t'agrada de la teva feina?***

Em satisfà poder proporcionar aquest suport cara a cara amb els pacients. També m'agrada rebre pacients de parla anglesa, ja que m'agrada l'idioma i així tinc l'oportunitat de poder-lo seguir practicant.

***Com t'han ajudat els teus companys en aquest procés d'aprenentatge?***

M'ha ajudat el fet de ser tractat com un igual, de ser escoltat, assessorat i

sempre molt recolzat. També m'han anat bé les estones que hem dedicat a conèixer-nos i a riure, sense deixar mai de gaudir tant de la feina ben feta com del bon tarannà que ens caracteritza.

***Què has après a nivell personal i professional des que vas començar aquí?***

A nivell personal, he après i he sabut apreciar la manera tan ràpida d'integrar-me dins l'equip, i he vist que dispo de molta voluntat de seguir aprenent.

A nivell professional, l'aprenentatge més destacable que he adquirit ha estat el tracte amb els pacients en general, i el fet de saber valorar i analitzar quines necessitats poden tenir.

## CONEIX LA NOSTRA GENT

### ***Què vas sentir quan et van dir que et feien un contracte indefinit?***

Vaig sentir molta gratitud, ja que vaig percebre que aquest contracte arribava perquè valoraven positivament el meu desenvolupament dins l'empresa. Em va fer molt feliç també, ja que això volia dir que podria seguir creixent aquí dins, on tan ben acollit m'he trobat.

### ***Tens alguna afició o activitat fora de la feina que t'agradi compartir amb nosaltres?***

Gaudeixo dedicant el meu temps lliure a la família i als companys i amics de l'entitat Astrid. M'agrada el teatre, i en faig

classes, i em sento a gust amb mi mateix fent esport. També m'agrada gaudir tant d'alguna bona lectura com d'alguna pel·lícula, sèrie o videojoc.

### ***Quin consell donaries a algú que comença ara a treballar en un lloc nou?***

Confiar, créixer i saber-ho encarar, no deixant mai de gaudir del procés.



# TU POTS

Assegurança de Salut.  
Al teu costat perquè puguis viure-ho tot.



VINE  
A VEURE'NS A  
LA NOVA OFICINA

Plaça Pompeu  
Fabra 13,  
Girona

**FIATC**



# Cirurgia endoscòpica de columna

Més a prop, menys invasiva i amb una recuperació ràpida



**DR. AUGUSTO COVARO**

Traumatòleg cirurgia

ortopèdic

El mal d'esquena és una de les patologies més freqüents i incapacitants de la nostra societat. Davant d'aquesta realitat, el Grup Clínica Bofill ha fet un pas endavant i esdevé **el primer centre privat de la província de Girona a oferir cirurgia endoscòpica de columna**, una tècnica pionera que ja ha transformat la recuperació de centenars de pacients arreu del món.

---

*La primera clínica privada de Girona amb cirurgia endoscòpica de columna*

---

El servei està liderat pel **Dr. Augusto Covaro**, especialista amb més de 20 anys d'experiència en

cirurgia de columna i reconegut internacionalment per la seva tasca en innovació quirúrgica. El Dr. Covaro treballa amb un equip multidisciplinari altament qualificat i ofereix **una atenció personalitzada i de màxima qualitat**.

**El Dr. Covaro és referent internacional en cirurgia de columna i lidera aquest servei a Girona.**

*Què és la cirurgia endoscòpica de columna?*

Es tracta d'un procediment mínimament invasiu que es realitza a través d'una o dues incisions de poc més d'un centímetre. A través d'aquest accés reduït, el cirurgià introdueix una càmera d'alta definició i instruments especialitzats que permeten abordar les patologies amb una



gran precisió i sense danyar els teixits sans.

**Amb incisions d'1 cm, la cirurgia endoscòpica minimitza el dolor i millora la recuperació.**

Aquesta tècnica s'ha consolidat com una alternativa segura i eficaç a la cirurgia oberta, especialment per a patologies com l'**hèrnia discal** o l'**estenosi de canal lumbar**, i és especialment indicada per a pacients que busquen **una recuperació ràpida i una menor agressivitat quirúrgica**.

**La majoria de pacients poden fer vida normal en pocs dies i sense dolor intens.**



### **Beneficis clars per als pacients**

Els avantatges de la cirurgia endoscòpica són nombrosos:

- **Alta el mateix dia:** en molts casos, els pacients poden tornar a casa hores després de la intervenció.
- **Menys dolor postoperatori,** gràcies a la preservació dels teixits musculars.
- **Menor risc de complicacions,** com ara infeccions o sagnats.
- **Recuperació funcional accelerada,** que permet reincorporar-se abans a la vida quotidiana.
- **Resultats estètics superiors,** amb cicatrius pràcticament invisibles.



Aquesta tècnica també és efectiva en **cirurgies de revisió** i en el tractament de patologies més complexes, com ara **pròtesis de disc cervical i lumbar**, i ofereix noves oportunitats a pacients amb cirurgies prèvies que presenten recaigudes o seqüeles.

### **Una aposta per la tecnologia al servei de les persones**

Amb la incorporació d'aquesta tècnica,

la Clínica Bofill reforça la seva aposta per una medicina **precisa, eficient i centrada en els pacients**. El servei s'integra dins d'una estratègia global d'innovació quirúrgica que inclou tam-

bé la cirurgia robòtica amb sistema **Da Vinci** i el **braç robòtic Mako** per a pròtesis de maluc i genoll.

---

**La Clínica Bofill es consolida com a referent en cirurgia mínimament invasiva a la província de Girona.**

---

### **Contacte**

Els pacients interessats poden sol·licitar informació o programar una primera visita al **Servei d'Atenció al Pacient, 972 20 43 50 (ext. 512), [atencioalpacient@clinicabofill.net](mailto:atencioalpacient@clinicabofill.net)**

# Celebració del 10è aniversari

Una dècada de pensament, cultura i compromís



Aquest 2025 celebrem els 10 anys de la Càtedra de Ciències i Humanitats Dr. Bofill - UdG, una iniciativa que ha crescut amb la voluntat de connectar salut, cultura i pensament crític des d'una mirada transversal i compromesa amb el territori. Al llarg d'aquesta dècada, la càtedra ha impulsat conferències, exposicions, debats i projectes editorials que han enriquit l'espai cultural i acadèmic de les comarques gironines.

Per commemorar aquesta fita, vam organitzar una jornada especial a l'Auditori Josep Irla, que va comptar amb la participació del professor José María Luzón Nogué, exdirector del Museu del Prado, i amb un concert de cambra del Brossa Quartet. La proposta musical, inspirada en el llegendari vaixell Westmorland, va oferir una experiència única en què art, història i emoció es van entrellçar.

Amb aquest acte, la càtedra no només celebra el passat, sinó que reivindica la seva voluntat de futur: continuar promovent espais per al diàleg interdisciplinari i acostar la cultura i el coneixement a tota la societat.



Càtedra de Ciències i  
Humanitats Dr. Bofill  
Universitat de Girona



## En memòria d'en Josep Arnau

Tot just unes setmanes després de la celebració del desè aniversari de la Càtedra Dr. Bofill – UdG, vam rebre la trista notícia de la mort d'en Josep Arnau, el passat 17 d'abril de 2025.

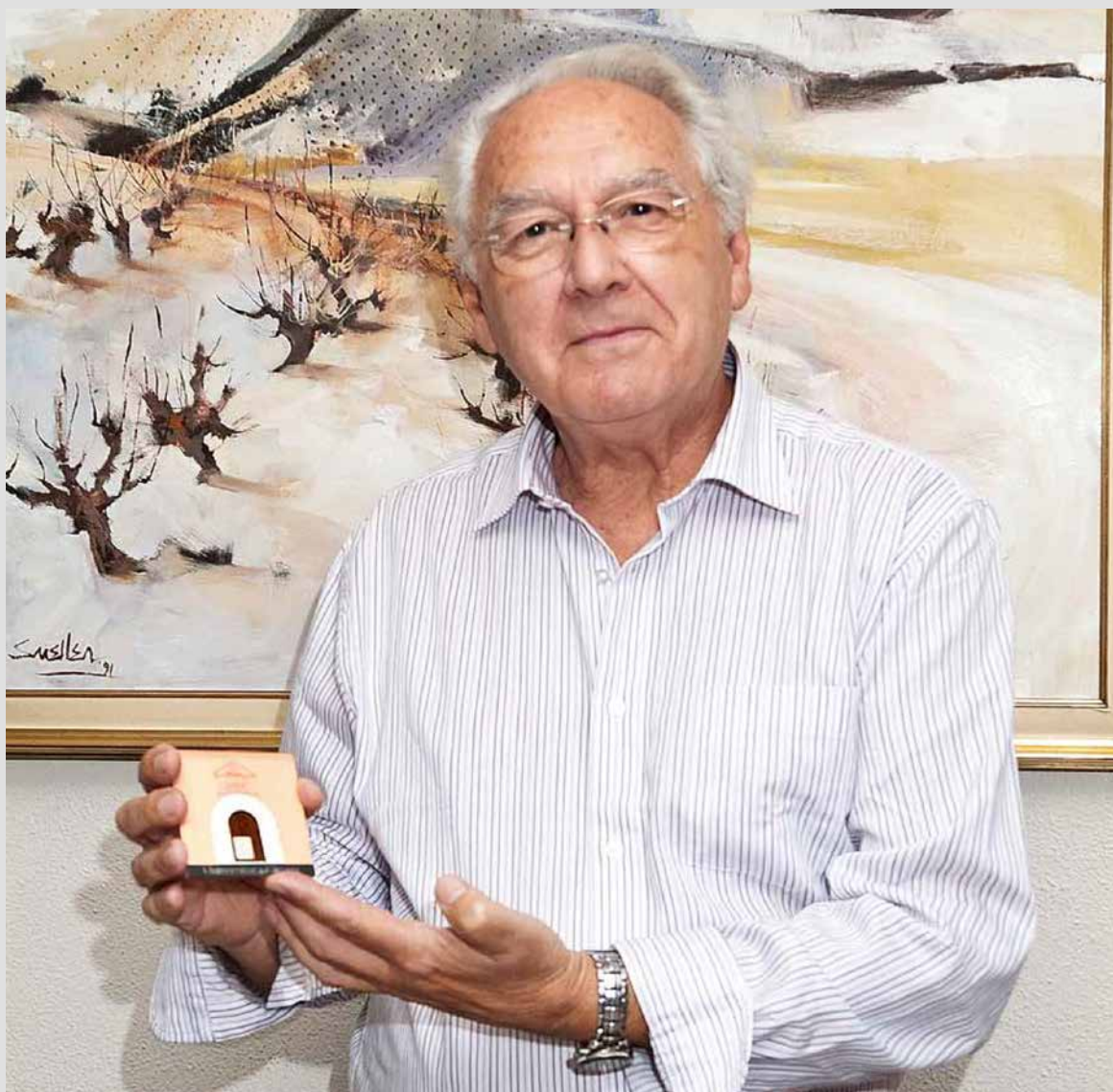
En Josep va ser molt més que un membre del patronat de la càtedra: va ser un amic i un impulsor decidit d'aquest projecte des dels seus inicis. Amb la seva experiència, sensibilitat i capacitat de generar complicitats institucionals, va contribuir de manera decisiva a consolidar una proposta cultural amb ànima i sentit.

Qui coneixia en Josep sap que era un home de bon humor, intel·ligent i carregat de diplomàcia. Sempre tenia una broma a punt, un somriure sincer i una manera de fer que desarmava tensions i obria camins. Amb elegància i saber fer, va saber guanyar-se la confiança de tothom i fer realitat projectes que semblaven impossibles. El seu llegat és, sobretot, humà: una manera d'estar al món que deixa empremta.

L'any 2014, al número 11 d'aquesta mateixa revista, li vam fer una entrevista que avui pren un valor especial. Hi defensava, amb convicció i entusiasme, que "la il·lusió no té edat" i compartia reflexions plenes d'humor, saviesa i vida. Recordava amb afecte la seva dona Pilar, parlava dels seus "col·laboradors íntims" i relatava anècdotes entranyables de la seva trajectòria política, docent i personal. Llegir-lo avui és tornar a escoltar-lo, amb aquell to proper i entusiasta que el feia inoblidable.

Des de la Clínica Bofill i la Universitat de Girona, li volem retre un homenatge sentit i sincer. Gràcies, Josep, per tot el que ens has donat. La teva empremta continua viva entre nosaltres.

Ana Mosquero, gestora cultural de la Càtedra Dr. Bofill - UdG



# ALÍCIA FURTIÀ

**A** Alícia  
Furtià  
ADVOCADA

Advocada especialitzada en dret de família,  
dret matrimonial canònic i dret de la infància.

Llicenciada en Dret (UdG). Postgrau en Dret Civil Català i Màster en dret de família i la Infància per la Universitat de Barcelona (UB).

Professora associada de dret civil al Grau en Dret (UdG) i al Grau en Comptabilitat i Finances (UdG).

Conciliadora privada i advocada de dret col·laboratiu.


Sòcia de la Societat Catalana d'Advocats de Família (SCAF).

Sòcia de l'Associació Espanyola d'Advocats de Família (AEAFA)



## EXPLICA'NS EL TEU CAS

Sabem el que necessites i et volem ajudar.

 **TRUCA'NS: 972 518 231 | 605 193 575**

Ctra. Barcelona 5, 1r 1B 17002 Girona  
[www.aliciafurtia.com](http://www.aliciafurtia.com)

# La IA, una revolució que ha vingut per quedar-se

Ens trobem en una etapa de canvi que pot arribar a ser tan revolucionària com els inicis d'internet o l'arribada dels telèfons intel·ligents. Aquestes dues fites tecnològiques van transformar profundament la manera com treballem, ens comuniquem i accedim a la informació. Ara, la intel·ligència artificial (IA) comença a tenir un paper creixent en molts àmbits, inclosa la sanitat, i tot indica que la seva presència serà cada vegada més habitual.

## Una tecnologia transformadora

Per què es parla tant de la intel·ligència artificial? Doncs perquè és capaç de fer coses que fins fa poc només imaginàvem: generar textos, fotografies o vídeos, aprendre de grans quantitats de dades, entendre situacions complexes i ajudar a prendre decisions. El que fa realment diferent la IA és la seva capacitat per aprendre del context, millorar amb l'experiència i actuar de manera cada vegada més ajustada a la realitat. Aquesta capacitat d'adaptació i aprenentatge contínu la fa especialment valuosa en entorns canviants com la salut, on cada pacient és diferent i cada decisió compta. És una eina que pot reforçar el paper humà, fent-lo més efectiu i centrat en les persones.

## No és una moda, és una evolució

Al llarg dels anys hem vist passar moltes tendències: la realitat virtual, la realitat augmentada o fins i tot el boom del Big Data, que tot i mantenir-se presents, no han transformat de manera profunda la relació metge-pacient ni el procés diagnòstic. Amb la IA passa una cosa diferent: estem veient aplicacions concretes, clarament útils i fàcils d'entendre, amb impacte directe en la qualitat assistencial. No és una promesa; és una realitat.

## Aplicacions reals en l'àmbit sanitari

Actualment, ja existeixen solucions en el context de la salut:

- **Suport al diagnòstic per imatge.** Sistemes d'IA poden analitzar radiografies, ressonàncies o TAC amb una precisió sorprenent, ajudant els professionals a detectar lesions o anomalies que podrien passar desapercebudes. No es tracta de substituir el metge, sinó de donar-li una segona opinió automatitzada.
- **Assistents de veu clínics.** Cada vegada més hospitals estan començant a provar sistemes

que analitzen la conversa entre professional i pacient i generen automàticament el curs clínic o les notes d'evolució. Això permet alliberar temps de mecanografiat per dedicar-lo a l'atenció humana, reduint hores davant l'ordinador.

- **Predicció i prevenció.** Mitjançant l'anàlisi de dades clíniques i de laboratori, la IA pot ajudar a identificar pacients amb risc de complicacions abans que apareguin els símptomes, millorant l'eficiència i la seguretat assistencial.
- **Personalització del tractament.** En alguns casos, especialment en oncologia, la IA pot ajudar a triar el millor tractament per a cada pacient segons les seves característiques genètiques, la resposta a altres teràpies, etc.

## Amenaça o aliada de les especialitats?

Una pregunta habitual és si la IA farà desaparèixer professions o determinades branques especialitzades de la medicina. La resposta, almenys en sanitat, sembla clara: **la IA no arriba per substituir, sinó per potenciar.** Igual que el fonendoscopi o l'ecògraf van ser en el seu moment eines noves que van millorar la pràctica mèdica, la IA serà un recurs més, cada vegada més habitual. Les especialitats que l'adoptin amb visió crítica i esperit col·laboratiu es veuran reforçades, no reemplaçades.

## Construint el futur de la salut

La intel·ligència artificial és una eina poderosa que pot ajudar-nos a fer una medicina més eficient, personalitzada i humana. Com totes les tecnologies, no està exempta de riscos, però també ofereix oportunitats immenses. La clau serà posar-la **al servei de les persones.** Per això, des de Clínica Bofill treballem perquè la seva implantació sigui ètica, segura i realment útil per a pacients i professionals.



CARLES PUIG

Adjunt de Direcció de

Processos

# Fundació Girona Est: educació, vincles i oportunitats

Girona Est, una fundació que transforma vides al cor del barri

La Fundació Girona Est és una entitat que treballa, des del territori i amb una mirada comunitària, per oferir als infants dels barris de Girona Est les mateixes oportunitats que tenen els nens i nenes de la resta de ciutat. Ho fa a través d'un eix clau: l'educació, entesa com una eina de transformació personal i col·lectiva.

Cada dia, desenes d'infants i joves participen en activitats de reforç escolar, lleure educatiu, esport i cultura al costat de figures de referència que els acompanyen en el seu camí. La fundació els ofereix un entorn segur, estable i afectiu, on poden créixer, aprendre i somiar. No només es tracta de donar suport acadèmic, sinó de crear vincles de confiança i fer possible trajectòries de vida amb horitzó.



### **El casal d'estiu: molt més que oci**

Un dels projectes més significatius és el **casal d'estiu Girona Est**, que la Fundació GironaEst, l'entitat AD's i l'Ajuntament de Girona impulsen cada any per garantir que cap infant del barri no es quedi sense activitats educatives durant l'estiu. Més de 70 nens i nenes hi participen, en torns setmanals que combinen jocs, excursions, esport, piscina i àpats diaris.

Aquest casal cobreix una necessitat real: la conciliació familiar, el reforç d'hàbits saludables i la lluita contra l'aïllament i la desconexió educativa. Però, sobretot, ofereix espais de lleure i reconeixement per a infants que sovint viuen realitats complexes. Per a les famílies es una xarxa de suport i un espai de trobada amb altres veïns del barri.

### **Educació, orientació i comunitat**

Durant el curs escolar, la Fundació Girona Est manté actiu un programa de **reforç educatiu** amb grups diaris d'infants i adolescents, on es treballa no només el rendiment escolar, sinó també l'autoestima, la responsabilitat i el sentit de pertinença.

Paral·lelament, el servei d'**orientació a joves** acompanya nois i noies en la transició cap a l'etapa d'estudis postobligatoris. Es fa a través de mentories, beques i seguiment individualitzat.

També destaca l'**Escola Esportiva Girona Est**, on l'esport es converteix en una eina d'inclusió, aprenentatge i



convivència. Més enllà de competir, es treballa l'esforç, el respecte a les normes i la importància de formar part d'un equip.

### **Arrelament i aliances**

Una de les fortaleses de la Fundació Girona Est és la seva profunda connexió amb el territori. L'equip està format per persones que coneixen de primera mà la realitat del barri i que han establert relacions sòlides amb escoles, serveis socials, associacions i famílies. Aquest treball en xarxa és clau per garantir una intervenció efectiva i coherent.

A més, la fundació rep el suport de voluntaris, empreses col·laboradores i institucions que comparteixen el com-



promís amb la igualtat d'oportunitats. Aquesta aliança entre el tercer sector, la comunitat i la iniciativa privada és el que fa possible multiplicar l'impacte.

### **Una oportunitat per a la ciutat**

Girona no pot avançar si deixa enrere una part dels seus barris. La tasca de la Fundació Girona Est és essencial per construir una ciutat més cohesionada, més justa i més humana. I ho fa des del dia a dia, a peu de carrer, amb constància i amb una aposta clara per les persones.

Recolzar la fundació no és només una acció solidària, sinó una aposta per un futur compartit. Perquè quan un infant té una oportunitat, tota la ciutat hi surt guanyant.



**Any de creació:** 2019

**Àmbit d'actuació:** barris de Girona Est (Vila-roja, Mas Ramada, La Font de la Pólvora, Grup Sant Daniel, La Creueta)

**Objectiu:** garantir la igualtat d'oportunitats a través de l'educació, l'esport i la cultura com a activitats extraescolars.

**Persones ateses anualment:** +200 infants, adolescents i joves

**Equip humà:** coordinadors/es, educadors/es, referents escolars, voluntariat i col·laboracions

### **Contacte:**

Casa de les Arts, carrer Mas Ramada, 8-10, Girona  
gironaest.cat  
info@fundaciogironaest.cat - 623 311 214  
@gironaest (Instagram/Twitter)

## ENTRETENIMENT

### Sopa de lletres

**A LA PLATJA,  
10 ELEMENTS:**

PALMERA  
SOL  
GAVINA  
XANCLETES  
PILOTA  
FLOTADOR  
CREMA  
ULLERES  
PARA-SOL  
GANDULA  
PALA  
GALLEDA

A	E	D	R	V	C	L	V	V	T	Y	O	J	K
R	X	A	N	C	L	E	T	E	S	U	G	J	C
W	U	F	X	P	A	R	A	S	O	L	A	H	R
G	V	W	S	C	L	P	Q	Y	S	L	L	G	E
S	I	F	L	I	S	E	Z	N	P	E	L	A	M
M	T	Y	F	L	O	T	A	D	O	R	E	V	A
M	L	D	G	A	N	D	U	L	A	E	D	I	O
J	M	R	E	I	M	S	A	E	H	S	A	N	Y
B	J	Y	Y	E	S	I	S	W	M	O	S	A	L
Q	E	W	F	O	Y	H	W	Q	I	L	I	N	Z
L	P	A	L	M	E	R	A	B	S	Q	A	O	T
P	E	Y	I	V	E	Z	P	I	L	O	T	A	C
U	M	P	A	L	A	G	R	I	U	R	Q	C	B
S	I	R	J	C	J	I	X	R	C	U	T	P	Q

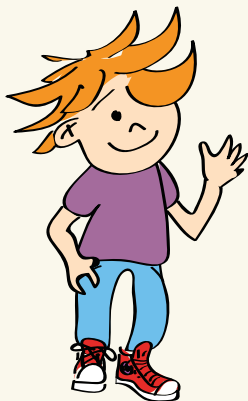
### Sudokus

Nivell mitjà

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

Nivell alt

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



**ambisist** 35 anys  
PRODUCTES I MAQUINÀRIA DE NETEJA

35 anys oferint solucions de neteja  
35 anys compartint moments

[www.ambisist.com](http://www.ambisist.com)  
972 245 454

FUSTERS DES DE 1943

# TOT FUSTA

EXPERTS EN REFORMES I REMODELACIONS

- ✓ Moblidari a mida
- ✓ Reformes de cuines i banys
- ✓ Dissenys d'interior
- ✓ Tancaments a mida
- ✓ Fusteria personalitzada



## SOBRE NOSALTRES

Experts en reformes i remodelacions per a clíniques i llars.  
Materials de primera qualitat i equip altament qualificat.  
Aconsegueix el resultat que desitges amb TOT FUSTA.

DEMANA PRESSUPOST: 972 42 25 09

[totfusta.info@gmail.com](mailto:totfusta.info@gmail.com)  
Ens trobaràs al carrer Alfred Nobel, s/n -17160 - Anglès

Materials  
de  
1a qualitat

Especialistes en assegurances de **Salut i Decessos**

des de  
**57,26€**

a partir de 5 persones\*



## Pòlissa de salut per a **empreses gironines**

\*mínim 5 persones, consultar altres requisits.

