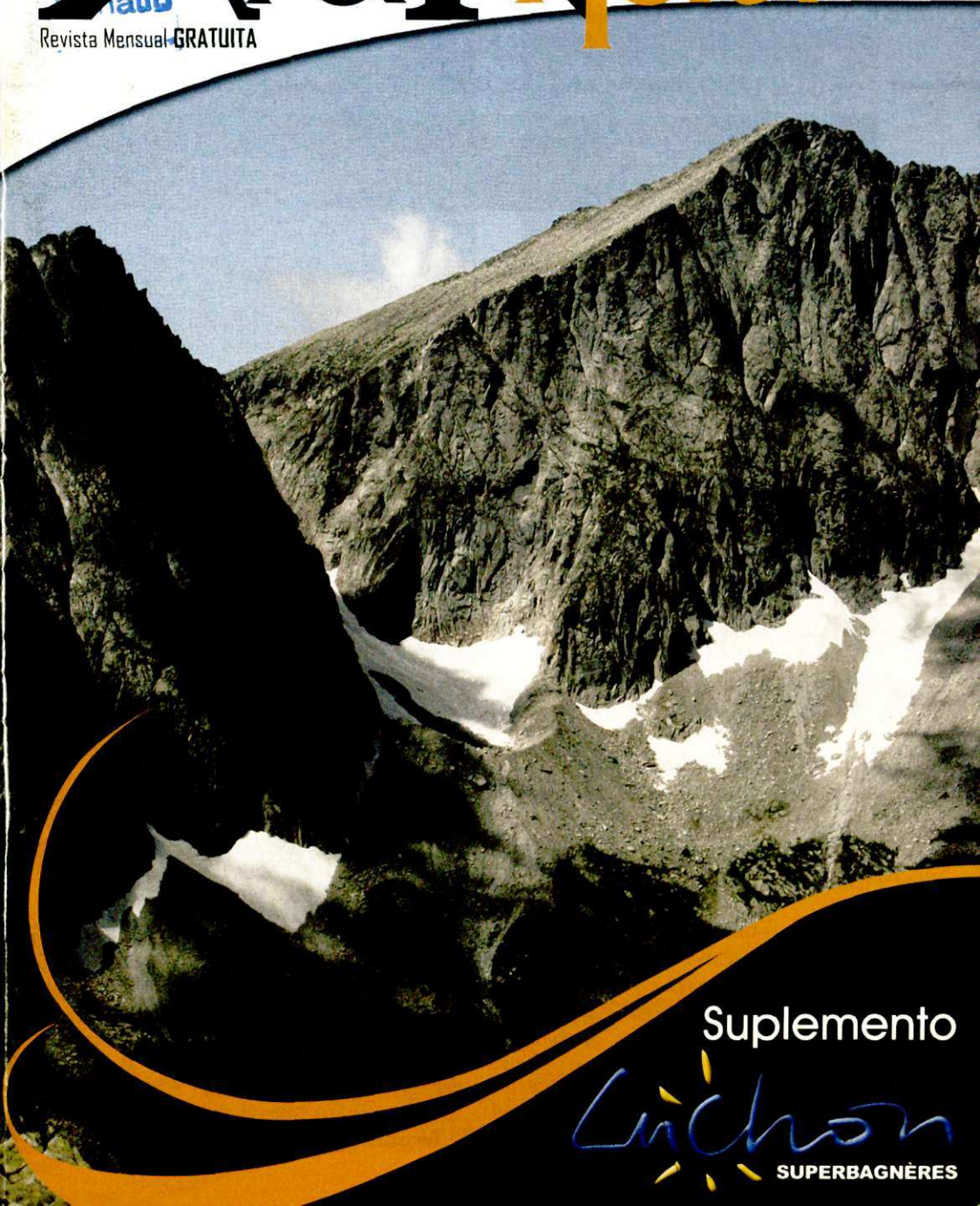


era revista dera Val d'Aran R.9498

AraNau

OCTOBRE
2009

Revista Mensual GRATUITA



Suplemento

Luchon
SUPERBAGNÈRES

X mòstra GASTRONOMICA

DERA CODINA ARANESA DE TARDOR
ETH LIT, EN ESSENCIA

DEL 11 DE SEPTIEMBRE AL 11 DE OCTUBRE



[DEL 11 AL 13 DE SEPTIEMBRE]

TOFANETTI	Ctra. a Baquèira. ARTIES	973 644 547
HOSTERIA CATALANA	Pietat, 24. BOSSÒST	973 648 202
JUAN CANEJAN	Sant Jaime, 27. LES	973 648 031
ERA COQUÈLA	Avda. Garona, 29. VIELHA	973 642 915

[DEL 18 AL 20 DE SEPTIEMBRE]

ER OCCITAN	Major, 66 Local 5. BOSSÒST	973 647 366
MESÓN CASA BENITO	Major, 6. CASARILH	973 641 154
CASA RUFUS	Sant Jaime, 8. GESSA	973 645 246
ERA MÒLA	Marrèc, 14. VIELHA	973 642 419
LA BÓVEDA	Roser, 11. VIELHA	973 640 491

[DEL 25 AL 27 DE SEPTIEMBRE]

ASADOR IÑAKI	Ctra. a Baquèira. ARTIES	973 644 554
ZURBARAN	Major, 7. BOSSÒST	973 647 710
ARTIGANÉ	Ctra. N-230, Km 171. PÒNT D'ARRÒS	973 640 946
PARADOR DE VIELHA	Ctra. deth Tunèl, s/n. VIELHA	973 640 100

[DEL 2 AL 4 DE OCTUBRE]

ESQUIRÓ	Nuclèu 1500 Ed. Maubèrme. BAQUÈIRA	973 645 430
CASA ESTAMPA	Sortaus, 9. ESCUNHAU	973 640 048
ES PLETIEUS	Ctra. de Baquèira, s/n. ESCUNHAU	973 640 790
CA L'ANNA	Major, 45. UNHA	973 644 552

[DEL 9 AL 11 DE OCTUBRE]

CASA IRENE	Major, 4. ARTIES	973 644 364
PARADOR DE ARTIES	Ctra. de Baquèira. ARTIES	973 640 801
LA TARTERIA	Major, 7. GARÒS	973 640 096
FONDA D'EN PEP	Avda. Pas d'Arrò, 52. VIELHA	973 642 654

+info: 973 640 110 | o.torisme@aran.org | www.torismearan.org

ALTI IMMO

Eduardo y Manuel Lázaro
Promotores - Constructores

Promoción de apartamentos y casas nuevas en Luchon

Próximas a las pistas de esquí, complejos deportivos, golf, equitación, parapente, vaporarium.

Apartamentos T2 y T3, con 2 plazas de parking, trastero, balcón y terraza.
Precio a Consultar.

SOCIETE
ALTI
Immo

ALTI IMMO 29, Allés d'Entigny 31110 LUCHON

www.alti-immobilier.com

Tel: 00 33 561 79 77 77

Fax: 00 33 561 79 76 05



Ventas de pisos, Apartamentos y Casas



La Rotonde
Bar - Jazz

VIERNES
Aperitivo y música en vivo a partir de las 19h

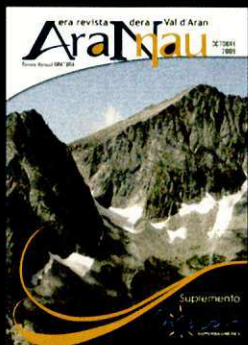
SABADOS
Aperitivo y concierto a partir de las 19h

Después del Jazz, discoteca a partir de medianoche

Tel / Reservas: 00 33 561 88 47 06
contact@alti-immobilier.com

AraNau

era revista dera Val d'Aran



Port de Vielha
Foto: ARAN NAU

Edición:
NAU ARAN S. C. P.

Impresión:
Anfigraf S. A.

Maquetación y Diseño:
Alèxia Grustan.

Directora Comercial:
M^a Rosa Puig.

Director de redacción:
Jorge López Pallarés.

Tirada:
5.000 ejemplares

Depósito legal:
1-1145-08

Distribución:
Gratuita

Nau Aran, S. C. P.
*no se responsabiliza del
contenido de los artículos
facilitados por terceras
personas en esta revista.*

SUMARIO

- 6 Sonque Aran
- 12 Actividades de montaña
- 13 Trucos varios
- 14 Medicina y Estética
- 16 Recetario
- 24 Una casa en el Valle
- 26 Era Val de d'auti tempsi
- 27 Anuncios económicos
- 28 Horarios Autobuses
- 32 Pasa ratos
- 33 Además de esquí
- 34 Cómic
- 35 Teléfonos de interés
- 36 Humor
- 37 Horoscopo
- 38 Eco-Gestos
- 39 Pueblos de Aran
- 40 El ingles es fácil
- 41 Frutos del bosque
- 42 Mi pequeña historia natural
- 43 Pour nos amis
- 44 Gent d'Aran
- 45 Mascotas
- 46 Temas de asesoría
- 59 Índice de Anunciantes

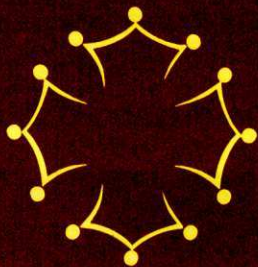
AraNau
era revista dera Val d'Aran

NAU ARAN
c/ Jaime II, 14 Baixos
25530 Vielha
Tel.: 973 64 04 87

nauaran@nauaran.com

Suscripciones a ARAN NAU
Llamar al teléfono 973 64 04 87 y
por sólo 30€* anuales (55€ para Francia), les
enviaremos puntualmente la revista a su casa

Inmobiliaria del Valle de Aran y Costa Blanca



617 578 854

Consulte nuestras
interesantes ofertas en:

www.sebasaran.com



**VIELHA
COMPUTER**

UN MUNDO A TUS PIES

Servicios Informáticos

Mantenimiento - Reparación

Servicio Online - Páginas Web's

Ciber Café - Formación

Servicios a Empresas y Particulares

Venta de Equipos y Accesorios

Consumibles

Distribuidores Software



Av. Castiero Nº 15. local 13. 25530 Vielha

Tel.: 973.64.10.53

Fax: 973.64.29.69

www.vielhacomputer.com

webmaster@vielhacomputer.com

Servicios en:
Todo el Valle de Aran
Pont de Suert

CORTINES I TAPISSERIES SANT JORDI

PRESUPUESTOS A DOMICILIO
DISEÑO Y CONFECCIÓN PROPIOS

c/ Penedés, 87 - 25005 - LLEIDA (Balafia)

Tel: 973 24 9950 Fax: 973 24 9954

T&A
TOLO
ASSOCIATS
ASSESSORIA INTEGRAL
GARANTIA DE QUALITAT



Atención telefónica permanente

Proximidad

Servicios garantizados

YOLANDA AMIELL SANGÜESA

Abogada

Teléfono 973 64 17 22 · yolanda@aranweb.com

NO DUDES EN CONTACTARNOS. ENCONTRAMOS SOLUCIONES

Av. Castiero, 17 Entlo 1 · 25530 VIELHA (España)

Tel. 973 64 21 58 · jose@toloassociats.com · www.toloassociats.com

Aran Market se consolide ena dusau edicion

Aran Market a arribat ara dusau edicion, en totconsolidar-se coma era hèira de promocion deth comèrc deth país. Tant eth Govern d'Aran coma es comerciants que i an participat s'an mostrat satisfèts des resultats arthenhudi e n'an hèt ua avaloracion positiva, en ua amassada posteriora qu'an mantengut entà hèr-ne balanç.

Enguan, Aran Market s'a alongat un dia més e eth Conselh a incorporat illuminacion e plataformes en solèr entàs parades de cada botiga. Atau madeish, s'a contemplat era possibilitat de cambiar es dates dera hèira entara pròpleu edicion d'ostiu.



Bossòst projecte bastir ua naua escòla mairau



Er Ajuntament de Bossòst projecte bastir ua naua escòla mairau ena zòna esportiva e recreativa. Eth Plen deth Conselh Generau a dat compde, aguest maitin, dera demanda der Ajuntament entà modificar er objectiu peth quau eth Govern aranès cedic es terrèns qu'acuelhen era zòna esportiva. Era finalitat dera cession siguec era creacion d'un complexe esportiu tath desenvolupament e foment de espòrt. D'aguesta forma, era maxima institucion expressèra sua volentat entà aprovar era modificacion dempuèder acòrd plenari qu'adòpte er Ajuntament de Bossòst propietari deth complexe.

Ena sua prepausa, era Junta de Govern locau enten qu'eri bastissa d'ua escòla mairau a un interès sociu e d'usatge educatiu e, per aguest motiu, considèra avient e emplaçament dera madeisha en ua part deth complexe esportiu e recreatiu de Bossòst, a on se tròben es installacions de gimnàs, piscina, camp de fotbòl e d'auti equipaments esportius e, apròp der airau, eth pròpri CEIP de Sant Ròc.

Campanha deth Conselh Generau entà limpiar era vegetacion des carretères e es camins

Eth Departament de Miei Ambient e Pagesia deth Conselh Generau d'Aran a desvolopat, pendent er ostiu, ua campanha de limpiesa vegetau enes carretères d'accès as pòbles, enes camins forestaus asfaltadi e enes camins vesiaus dera Val d'Aran. Era accion, amiada a tèrme pera empresa Servicis Ambientaus dera Val d'Aran (SAVA S.L.), ei avalorada en 220.300 euros.



Era Mòstra Gastronomica de Tardor arribè ara dètzau edicion

Mès de 20 restaurants aranesi participen enguan ena dètzau edicion dera Mòstra Gastronomica dera Codina Aranesa de Tardor, eth lit en essencia, qu'aurà lòc der 11 de seteme ar 11 d'octobre. Era Mòstra, organizada peth Departament de Torisme, Comèrc e Transpòrt deth Conselh Generau, a coma principau reclam eth lit e es plats que se deriven d'aguest producte tradicionau. Eth sindic Francès Boya, eth conselhèr Juan Antonio Serrano e eth president deth Grèmi d'Ostalariá, Manel Gil, presentaren eth passat 1 de seteme , en restaurant Er Occitan de Bossòst.



Eth Conselh Generau abilitè un bus escolar entàs mainatges de Vilac



Eth Departament de Torisme, Comèrc e Transpòrt deth Conselh Generau d'Aran a abilitat, a compdar deth passat dia 7 de seteme , ua linha de transpòrt escolar des deth pòble de Vilac. Eth nau bus prestarà servici pendent eth cors escolar, coma naua mesura de suport as familhas damb mainatges en edat escolara equ'an d'anar tà classe en Vielha. D'aguest servici se'n beneficien es alumnes de Vilac, Mont e Montcorbau. Aguesta linha prèste un servici regular entàs viatgèrs escolars e tanben non escolars, damb era quau causa, quinsevolh vesin o vesia ne pòt hèr usatge, tostemp que i agen places. Eth servici a era parada ena entrada deth pòble de Vilac e se realize de deluns a diuendres damb gessudes de Vilac, Casau e Vielha. Iniciaument, eth nau bus coïncidirà damb eth calendari deth cors escolar e quedarà interrompit pendent era sason d'ostiu.

Orari deth transpòrt de Vilac.

8:35 CASAU 14:25* 17:30

8:45 VILAC 14:20* 17:25

8:50 VIELHA 14:00* 17:05

8:55 VIELHA CENTRE ESCOLAR 13:55* 17:00

*Sonque dimèrcles e diuendres

Unha presente es pintures renaissentistes descubèrtes aguest ostiu

Eth Conselh Generau d'Aran a presentèc eth passat 16 de seteme es pintures renaissentistes descubèrtes aguest ostiu ena glèisa de Santa Eulària d'Unha. Era presentacion auec lòc en madeish temple romanic, en marc dera Hèsta Major de SantSebastian. Eth sindic d'Aran, Francès Boya, metec de relèu "era excepcionalitat" des pintures en conjunt deth Pirenèu e a manifestec eth besonh de "seguir damb es trabalhs de restauracion e recuperacion de tot eth patrimonì artistic aranes coma un patrimonì fòrça destacat en Catalonha e en enseu der Estat".



Eth Conselh hè front ara grip A

- Eth Departament de Sanitat met en marcha un plan de contingéncia
- Es autoritats araneses desvolopen es directritzes deth Conselh Interterritoriau de Salut

Eth Departament de Sanitat e Servicis Sociaus deth Conselh Generau d'Aran a elaborat un plan de contingéncia entà hèr front ara grip A e a adoptat es directritzes deth Conselh Interterritoriau deth Sistèma Nacionau de Salut en sòn programa d'actuacions e estratègies entà previer era grip ena Val d'Aran. En aguest sens, eth sindic d'Aran, Francés Boya, e era conselheira de Sanitat e Servicis Sociaus, Noelia Costa, s'an amassat damb eth director regionau de Salut en Naut Pirenèu e Aran, Victorià Peralta, e representants des sistèmas aranes e catalan de Salut, en ua trobada qu'a agut lòc ena sedença deth Conselh, en Vielha.



Era ACA bastís dues naues depuradores en Arròs e Aubèrt



Es instal·lacions s'incorporaràn ar hilat de tractament d'aigües residuauas que gestione eth Conselh Generau

Eth Departament de Mieì Ambient dera Generalitat, per mieì der Agència Catalana dera Aigua (ACA), a començat a bastir due naues depuradores en Aubèrt e Arròs. Es òbres somen un total de 915.300 èuros d'inversion.

Segontes a anonciat eth vicesindic 1èr e conselher d'Administracio Publica e Finances, Rufino Martinez, es naues instal·lacions s'incorporaràn ar hilat de tractament d'aigües residuauas que gestione eth Conselh Generau d'Aran, que compde damb depuradores en totau (5 depuradores de tractament biologic i 3 de tractament primari).

SOPA DE LETRAS

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

SOLUCIONS

SUDOKUS:

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



FUSTERIA CLAPERS & PIQUE

- Carpintería y Ebanistería en general
- Muebles y Cocinas a medida con cualquier madera
- Especialistas en escaleras compensadas
- Cualquier detalle para bodas en madera
- Presupuestos personalizados sin compromiso

LLÁMENOS O VISÍTENOS EN:

Pol. Ind. Aiguaprima, nau 6
25530 - VIELHA (Val d'Aran)

Tel/Fax 973 640 539
claperspique@claperspique.com

V⁵⁰ Vidres Viola
vidresviola@vidresviola.es

Tel. 973 108 108
Fax 973 108 118



Funerària Val d'Aran

Servicio permanente 24 h. Oficinas: c/ Pomarola, 3 VIELHA

Delegados:

Sergi Torres Gascón Tel. 699 575 390 - 973 648 440
Francisco Egea López Tel. 661 047 404 - 973 641 631

Arres de Jos, Arres de Sus, Arròs, Arties, Aubert,
Bagergue, Baqueira, Betlàn, Betrèn, Casarilh,
Casau, Escunhau, Garòs, Gausac, Gessa, Mont,
Montcorbau, Montgarri, Salardú, Tredòs, Unha,
Vielha, Vila, Vilac, Vilamòs

25 años dando
servicio al
Valle de Aran

Oficina Central:

Tel. 973 258 023 - 973 258 261

- Traslados provinciales, nacionales e internacionales.
- Servicios de todas las Compañías de Seguros. Incineraciones
- Depósito de cajas en Vielha.
- Disponibilidad del Tanatorio.

Desde siempre, la Funeraria de Les y Bossòst

Delegado:

Juanito Ferrera Velardo
619 099 274 / 973 647 161

Arró, Bausen, Begòs, Benòs, Bossòst, Canejan,
Era Bordeta, Es Bòrdes, Les, Pontaut



INTERMARCHÉ

Les Mousquetaires



INTERMARCHÉ
ESPECIALISTA
en productos frescos

productos
regionales y locales



a precios
"Mousquetaires"



Fotos de Carnet



Límite numérico



Lavandería
Automática



Distribución de
Billetes



Gasolinera



Lavado alta
presión



Alquiler de Camiones y Furgonetas
20-12-7 m³

Les Trètes

MOUSTAJON - 31 110 LUCHON

Tel. 00 33 561 79 24 00

Fax: 00 33 561 79 83 01



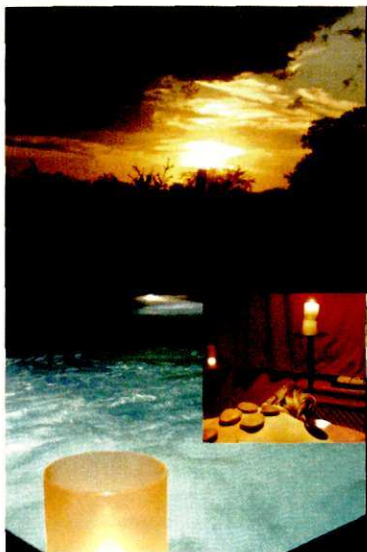
INTERMARCHÉ

Les Mousquetaires

De Lunes a Sábado de 9 h. a 19,15 h.



INTERMARCHÉ
PRÓXIMA APERTURA
EN CIERP GAUD
A PARTIR DE JULIO 2010



nitchilltermas



Sumérgete en las aguas sulfurosas de
TERMAS BARONÍA DE LES

Ven a conocer nuestras fantásticas
nitchilltermas, el primer jueves de
cada mes. Podrás disfrutar del
c circuito termal, música en vivo, copa
de cava y degustación de frutas.
¡No te lo puedes perder!



Información y reservas:

Tel. +34 973 64 8717 • info@termasbaronideles.com • www.termasbaronideles.com

CONSTRUCCIONES
PEON CAMINO
2005 S.L.U.

REFORMAS
MANTENIMIENTO
LIMPIEZA
VENTA DE LEÑA
a domicilio



973 64 13 33 - 649 94 96 21

VIELHA



CUBIERTAS Y PIZARRAS
ARAN S.L.

VENTA Y MONTAJE DE CASAS DE MADERA
CONSTRUCCIÓN DE TEJADOS DE PIZARRA
ALQUILER DE GRÚAS TELESCÓPICAS Y ELEVADORES TIJERA
VENTA DE PIZARRA DE 1ª CALIDAD, GARANTIZADA

CENTRO COMERCIAL ELURRA
Edif. Eguzki - Local 4

Tel. 973 64 32 37 - Fax 973 64 32 38

www.cupiaran.es • cupiaran@cupiaran.es

actividades de montaña



ETH TUC DE MAUBERME

Imprescindible ruta a realizar, al pico más alto del Valle de Aran, 2.880m, en una de sus zonas más virgen. Cruzaremos preciosos bosques, veremos ríos rojos, lagos de ensueño y tendremos vistas impresionantes de lugares muy lejanos, todo ello con una tranquilidad y en un ambiente difícil de describir con letras. Recomendamos que se realice con alguno de los guías del Valle de Aran en caso de no tener la suficiente experiencia en montaña y avisar a alguien de la excursión que vamos a realizar. En caso de mal tiempo no realizar la excursión.

RUTA: Nos acercaremos en coche hasta **Bagergue (1.419m)**. En la plaza de la iglesia tomamos la carretera de la derecha, bordeando el pueblo y cruzando por una urbanización de casas, dejando a nuestra derecha una pista señalizada hacia Beret. Llegamos a un cruce con una pista sin asfaltar, donde tendremos que dejar el vehículo si no es un 4x4, y continuar a pie.

En el caso de tener un vehículo 4x4 continuaremos por la pista hacia la ermita de Santa Margalida. En el momento que cruzamos un paso canadiense, tomamos la pista de la derecha, en fuerte ascenso y la continuaremos, ascendiendo, hasta dejar la vegetación y llegar a un cruce marcado en el que está señalizado "Lac de Montoliu". En este punto dejamos el vehículo. Si hemos venido caminando hay que añadir al total de la ruta 1h 30'.

Ya caminando, tomamos el sendero señalizado hacia "Lac de Montoliu". El camino se sigue fácilmente, y está marcado con marcas rojas y blancas. Vamos ascendiendo poco a poco, hacia el norte, hasta llegar al "Lac de Montoliu (2.366m)", donde nos iremos hacia la izquierda, por un sendero que asciende, bruscamente, 100m de altitud, hasta un pequeño collado. Justo

aquí nos encontramos debajo de la gran masa granítica del Pico Mauberme.

El camino se hace pedregoso, pero continuando siendo claro, hacia el noroeste. Lo continuamos hasta pasar el pico, que se encuentra a nuestra derecha. El camino gira hacia el norte y comienza a subir por una canal, en un fuerte zig-zag, hacia el pico, el cual encontramos al final de la canal. Aquí tenemos unas preciosas vistas de los lagos de Liat. Desde lo alto del **Pico Mauberme (2.880m)**, tenemos unas vistas excepcionales de Aran, el Pico Aneto y la parte francesa de Saint Gaudens.

Para volver seguiremos por el camino de ascenso hasta el collado que hay justo encima del "Lac de Montoliu", donde tomamos un sendero, señalizado con puntos rojos, que nos llevará, bordeando el lago desde lo alto, por un camino minero, cruzando túneles y acercándonos a las antiguas instalaciones de las minas de Montoliu. En este punto tomamos el sendero, señalizado con marcas rojas y blancas que se dirige hacia el sur, hacia el punto en que, cuando subíamos habíamos llegado al "Lac de Montoliu", y donde continuamos bajando hacia el coche.

SITUACIÓN: Naut Aran **DIFICULTAD:** Dura.

PUNTO DE PARTIDA: Bagergue.

DESNIVEL: 900m. **HORARIO TOTAL:** 4h 30'

ALTITUD MÁXIMA: 2.880m

ÉPOCA RECOMENDADA: Verano y Otoño.

INFORMACIÓN:

- Podremos coger agua en la población de salida y a mitad del camino.
- Hay bares-restaurantes en: Bagergue.
- Llevar mapa de la zona, chubasquero, comida y teléfono móvil.

Artículo facilitado por Jorge López Pallarés

Trucos facilitados por Lavandería
Jonerick de Vielha.

PESCADO AL HORNO:

Para que tu pescado asado quede mucho más rico y jugoso, introdúcelo en el horno envuelto en hojas de col o espinacas bien limpias. ¡Verás que excelente resultado te dan!

RESTOS DE QUESO:

Durante las fiestas, acumulamos comida en casa y, al final, se resaca. Pero no tires los restos de queso seco. Rállalo, mézclalo con un par de claras de huevo bien batidas y forma unas bolitas. Pasa las bolitas por harina y frielas. Te resultará un delicioso aperitivo.

ACUARIO DURADERO:

Si tienes un acuario con peces, recuerda que, antes de cambiar el agua, debes dejarla reposar durante 48 horas para eliminar el cloro del agua.

ALEJA AL GATO:

Cuando quieras que tu gato no se acerque a un lugar determinado de la casa, coloca en esa zona cáscaras de naranja. Seguro que no osará a acercarse.

DOLORES MENSTRUALES:

Si, casi siempre, aparecen dolores menstruales durante el período, puedes prevenirlos tomando desde una semana antes un vaso al día de zumo de zanahorias recién preparado con zanahorias frescas.

ZAPATOS DE RASO:

¿Son negros y no sabes cómo limpiarlos? Pues solo tienes que tomar nota de nuestro truco: calienta al baño maría y con mucha precaución un poco de alcohol y frota los zapatos con un paño empapado (que no deje pelusa). ¡Verás cómo recuperan su esplendor!

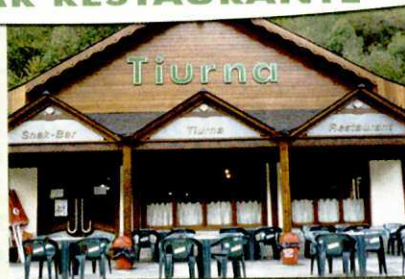
Era Tiurna

BAR RESTAURANTE

Especialidad en
• BROCHETAS (40 CM)
• Tapas
• Carnes
y pescados a la brasa



c/ Es Banhs, 29 LES
Tel. 973 64 84 66



IDEAS ERRÓNEAS SOBRE EL BOTOX

Hace 3 meses expuse el mecanismo de acción y la utilidad del botox (Vistabel), así como las condiciones que exigía la administración sanitaria de la Generalitat a los centros y consultas médicas para poder realizar este tratamiento. Aunque esta técnica se practica desde hace varios años existen todavía ideas erróneas sobre sus efectos. En la actualidad es la técnica de la que más hablan los medios de comunicación y a pesar de esto (o por esto precisamente) la desinformación es manifiesta. Expondré las ideas erróneas más implantadas.



1º El Botox hincha desmesuradamente los labios ("esta persona va cargada de botox").

El Botox no produce hinchazón de los tejidos. Provoca una relajación fisiológica del músculo que está ocasionando una arruga pero no es un material de relleno.

2º El Botox hace que se pierda la expresión natural del rostro ("cada vez tiene un rostro más inexpressivo").

El Botox, bien colocado, elimina las arrugas de expresión pero no suprime la expresión general del rostro. Además existen unas indicaciones médicas para utilizarlo únicamente en determinadas zonas. No se puede colocar botox por todo el rostro.

3º Una vez que se comienza con el Botox no se puede dejar ("si se deja los efectos son

catastróficos").

Como todos los tratamientos de Medicina Estética se puede dejar cuando se quiera. Dejar de colocarse botox no supone un aumento del deterioro de la piel. Progresivamente, de un modo gradual la arruga que ya estaba vuelve a aparecer, pero no salen nuevas ni se produce flaccidez. Además, al estar varios meses sin la tensión muscular, sin arrugas y con la piel en mejor estado, la situación puede calificarse de un auténtico rejuvenecimiento. Sobre todo si se combina con infiltraciones locales para hidratar y nutrir los tejidos que rodean a las arrugas.

4º Solo pueden permitírsele las artistas y asimiladas ("es muy caro").

El tratamiento no es caro, aún teniendo en cuenta que se realizan sesiones cada 4-5 meses. Además los efectos son evidentes enseguida. En una de las técnicas de Medicina Estética más agradecida.

En resumen, el tratamiento con botox debe conseguir una eliminación evidente y natural de las arrugas. Sobre todo de las que se producen por la contractura muscular (las indicaciones del botox son las arrugas del entrecejo). Y sus efectos duran de 3 a 6 meses. Y sus efectos se refuerzan con tratamientos de ácido hialurónico inyectable. Y el tratamiento se puede realizar cuando se quiera con la periodicidad que se desee.

Dra. Maria José Cutando Longas
Médico colegiada nº 12.011

**MEDICINA
NATURISTA Y
ESTÉTICA**

Dra. M^a. José Cutando Longas

Post-Grado en Medicina Estética
Dietética, Nutrición y Dietoterapia
Médica colegiada nº 12.011

Plaça Pas d'Arrò, 5 1º 3ª
25530 VIELHA (Val d'Aran)

Tel. 661 68 64 84

www.medicinanaturistayestetica.com

Centre mèdic autoritzat i inscrit en el "Registre Oficial de Centres, Serveis i Establiments Sanitaris" amb el codi E25768095

- * Tratamiento médico de la obesidad y la celulitis
- * Dietoterapia y mesoterapia con láser
- * Test de intolerancia alimentaria (a-217)
- * Manchas faciales: peeling médico
- * Rellenos de arrugas, labios y pómulos: Ac. Hialurónico
- * Bótox para corrección de arrugas faciales (VISTABEL)
- * Mesoterapia facial
- * Varices, varículas y puntos rubí
- * Verrugas, acné, caída de cabello: Laserterapia
- * Acupuntura, homeopatía y fitoterapia

**INFORMACIÓN
GRATUITA
PREVIA CITA**



Escòla Musicau Val d'Aran (Vinculada con el Liceo de Barcelona)

Lenguaje musical clásico y moderno - piano
flauta travesera - violín - guitarra clásica, flamenca,
moderna y eléctrica - clarinete - saxofon
percusión (batería...) - trompeta - acordeón y
acordeón diatónico

BANDA MUSICAL Y BATUCADA INFANTIL

c/ Pomarola, 3 (Edificio Coprineo) · VIELHA

Tel. 973 64 32 61
escuelamusicau@hotmail.com

ESCOLA MUSICAU
VAL D'ARAN



ESTUDI DE DISENY GRAFIC

Alexia
Gustaf
Logotips

Publi & Graf

JAUME II, 14 · BAIXOS 2 · TEL. 973 64 29 27 · 25530 VIELHA
alexiapubligraf@telefonica.net

CONSTRUCCIONES



ANPEMA 2001 S.L.
PERFECTO BREA



C/ dera Closa, 18 Tel. 973 64 73 21
25550 - BOSSÒST Mòvil 679 43 96 55

www.construccionesanpema.es
anpema2001@aranweb.com

electrònica
M. PERAILES S.L.

DIGITAL +

ELECTRODOMÈSTICOS

Av. Pas d'Arrò, 50
25530 - VIELHA
Tel. 973 641 560
Fax 973 641 955
cperailles@telefonica.net



**Carmen
CAUBET**
DECORACIÓN

PROYECTOS DE DECORACIÓN
TAPICERIAS
OBJETOS DE REGALO

Passeg dera Libertat, 18
25530 Vielha
Tel. 973 640 157
Fax: 973 641 758

peluquería

Carmen Sicart

c/. Casteth, 3 - Bloque B
25530 VIELHA (Val d'Aran)
Teléfono 973 64 07 40

Recetas facilitadas por Escola d'Ostalaria Les- Val d'Ara

Ingredientes (6 raciones)

6 patatas grandes (aproximadamente 1 kg. y ¼)
1 chorizo no muy seco
1 tira de panceta
60 grs. de queso emmental o gruyère
1 diente de ajo
12 avellanas de mantequilla
sal y pimienta
Limpiamos la piel de las patatas sin dañarla y las introducimos al horno, precalentado a 180°, durante 50 minutos. Las sacamos y dejamos enfriar hasta que puedan manipularse. Las cortamos por la mitad y extraemos la pulpa con ayuda de una cuchara pequeña sin dañar el casco.



PATATAS RELLENAS

Picamos la panceta y el chorizo muy menuditos. En una sartén les damos unas vueltas en su propia grasa. Después mezclamos bien la pulpa de patata, el chorizo, la panceta, el ajo molido, pimienta y sal. Ponemos una avellana de mantequilla en cada uno de los cascos de patata y los rellenos con la mezcla. Rallamos queso y lo espolvoreamos sobre los cascos. Dejamos en el horno, precalentado a 200°, durante 10 minutos. Servimos muy caliente.

COCHINILLO ASADO

Ingredientes

Ingredientes para 6 personas: 2, 1/2 kilos de cochinillo 1 cabeza de ajo 500 gr de patatas 1 cebolla grande 1/2 taza de vino blanco 1 hoja de laurel sal pimienta molida 1/4 taza de aceite de oliva

Preparación

Lavar el cochinillo y secarlo. Chamuscarlo en la llama por las orejas, las patas y todas las partes en las que tenga pelos o pelusa. Embadurnar el cochinillo con la manteca de cerdo por todos los lados. Salpimentar el cochinillo



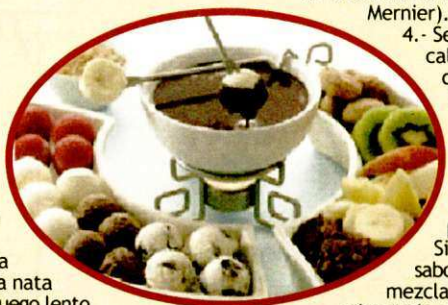
por todos lados. Colocar el cochinillo con la piel hacia arriba. Calentar el horno a máxima potencia. Mojar el cochinillo con agua con sal y asarlo a media potencia durante 1 hora, hasta que la piel esté bien dorada y crujiente. Pelar las patatas y la cebolla y cortarlas en rodajas de 1/2 cm de grosor. Sacar el cochinillo, y poner en el fondo la cebolla y las patatas. Colocar el cochinillo encima, regarlo con el vino y meterlo unos 50 minutos o hasta que la carne esté tierna y en su punto.

Ingredientes:

250 gr. de chocolate rallado
250 gr. de requesón
1 taza de nata
30 gr. de mantequilla
Un par de cucharadas de licor de cacao o brandy
Fruta fresca

Elaboración:

1.- Batir el requesón hasta que esté cremoso.
2.- Verterlo en la marmitta de la fondue y añadir el chocolate, la nata y la mantequilla, calentando a fuego lento hasta que esté cremoso.



FONDUE DE CHOCOLATE

3.- Añadimos el licor elegido (también se usa Grand Marnier).

4.- Servimos el chocolate fundido y caliente en la marmitta de la fondue que se colocará sobre el mechero en el centro de la mesa. Alrededor se ponen pequeñas bandejas con troceadas, como , fresas, , etc. que pueden presentarse incluso en brochetas. También podrían añadirse magdalenas, bizcochos o productos similares.

Si queremos que la fondue tenga un sabor más intenso, podemos buscar una mezcla de variados que nos guste, pero sobre todo, el chocolate blanco potencia mucho

su sabor

Todos los Santos

Flors e Floretes

VENTA DE LEÑA

Centre Caprabo
Ctra. de França, s/n
VIELHA (Lleida)
Tel. 973 64 23 45
Fax 973 64 10 10



E-25551466

centre d'informàtica
i telefonia per a
comunicacions

c/Anglada, 6 baixos
Tel. 973 64 06 96
Fax 973 64 33 68
25530 - VIELHA (Lleida)
mail: info@cintelcom.es

S.P.F. SAURA



FUNERARIA
SAURA

VALLE
DE ARAN

Jorge Belmonte 609 571 098
Alberto Castet 619 842 915
Jaime Delseny 686 246 090

Jairo José Piñero Hurtado

Servicios de
mantenimiento y jardinería

Creación de jardines
Mantenimiento de áreas verdes
Tala de árboles
Limpiezas industriales
Limpieza de nieve y salado de hielo
Mantenimiento de comunidades
Limpiezas de parking y grandes superficies
Creación y reparación de vallas
Pintura de interiores
Pintura de madera y metales de exteriores
Mudanzas dentro del Valle de Arán



C/ Frederic Mistral 2 - 2 B Dcha. 25530 VIELHA (Lleida) · Tél. 638 810 555 · 690 069 196
hermanosjairo@hotmail.com · www.hermanosjairo.vpweb.es

MRW

30 años generando confianza

TRANSPORTE URGENTE

Nuevas tarifas más
económicas

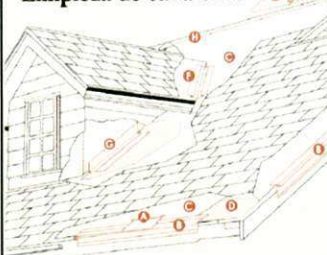
Avda. Maladeta, 19 Local 1
(La Solana) 25530 - VIELHA
Tel. 973 64 12 52

Servicio exclusivo:

WESTERN UNION

CONSTRUCCIÓN de Tejados de Pizarra

Nuevos
Mantenimiento
Reparación
Limpieza de canalones



Llamar a Kevin
tel. 600 87 98 54

de 10 a 12.30 y de 2.30 a 7 h.
boutique grans i nens
MAINADERA

tallas especiales
(hasta la 64)

colección
otoño - invierno

vestidos de ceremonia
abierto todos los días

Tel. 973 64 72 02
LES (Val d'Aran)

EQUIPMENTS PER A:
COMERÇOS
INDÚSTRIES
I OFICINES



Comercial Ramos
INSTAL·LACIONS COMERCIALS



Sant Ruf, 43
tel./fax 973 240 388

Lleida
Belén Ramos
606 53 51 63
decoramos@hotmail.com

Vielha recupera l'antiga escola Garona com a nova Aula de Formació d'Adults

Vielha.- L'antiga escola CEIP Garona de Vielha ha estat rehabilitada per acollir la noves dependències de l'Aula de Formació d'Adults. El centre tancat des de fa tres anys, degut a la nova construcció del Centre d'Educació Primària a Betren, ha estat reformat en el seu interior per acollir diversos serveis educatius com l'Aula de Formació d'Adults, el Centre de Recursos Educatius i l'Equip d'Assessorament Pedagògic.

L'inici de les classes es farà efectiu el proper 21 de setembre i segons els organitzadors es preveu un increment de les inscripcions en un 100% superant els 200 alumnes. L'oferta formativa del centre es basa en: cicle de formació instrumental I, II i III; preparació d'accés a cicle formatiu de grau mitjà; llengua catalana I i II; llengua francesa I i II i graduat en educació secundària (a distància des del IOC). L'horari dels cursos serà de franja de tarda a partir de les 15 hores i la matrícula es gratuïta. L'èxit d'algunes assignatures com llengua catalana i francesa ha omplert totes les places disponibles.



L'Ajuntament de Vielha e Mijaran es congratula de l'èxit de la Festa Major

Vielha.- L'ajuntament de Vielha e Mijaran ha fet una valoració positiva de la participació dels ciutadans durant la Festa Major que va concloure el passat 11 de setembre. L'increment dels actes durant el dia va augmentar considerablement la participació que enguany ha superat la d'edicions anteriors. "L'objectiu de fer una festa per a la gent s'ha complert amb un programa de qualitat i pensat per tots els públics. La resposta del públic ha estat la millor garantia que la Festa ha agradat i ha consolidat un format iniciat amb el nou govern"

Fotos cedidas por la Sra. Joan Valls de Jonerick



Vielha recupera la Memòria Històrica amb l'homenatge a la "Compañía de Escaladores, Esquiadores de Vielha"

Vielha.- Representants institucionals i militars van participar en l'acte d'homenatge a la Compañía Escaladores, Esquiadores de Vielha organitzada per l'associació de veterans amb el suport de l'Ajuntament de Vielha e Mijaran. Un total de 200 veterans procedents de molts indrets de Espanya s'han trobat en un acte carregat de forta emotivitat



Fontanería



BUSQUET S.L.

Calefacción

Instalaciones de gas

Energía solar...geotérmica

Aire acondicionado

Instalaciones para hostelería

Cocinas industriales

Colaborador

REPSOLGAS

C/Carrera, 9 25540 - LES Tel. 973 648 430 Móvil 609 318 804



FARRE
Comercial

Puja - escales
(Cadires - Plataformes)
Enginyeria



93 817 26 81

609 314 500

www.farre.es



**ALQUILER
DE
MAQUINARIA**

JOAQUÍN CALVO

VIBRADORES
MARTILLOS ELÉCTRICOS
CARRETILOS
RODILLOS
COMPRESORES
GRUPOS ELECTROGENOS
DUMPERS
HORMIGONERAS ETC....



(Camión porta-escombros)

Carret. de Francia s/n
25530 - VIELHA
Tel./Fax 973 64 25 44

Carret. Nacional 230, km.124.2
25520-EL PONT DE SUERT
Tel./Fax 973 69 10 27

ARAN COLOR

**LABORATORIO
FOTOGRAFICO DIGITAL**

**REVELADO Y AMPLIACIONES, MÁXIMA CALIDAD AL
MEJOR PRECIO**

**TRATAMIENTO Y MANIPULACIÓN DE LA IMAGEN,
RETOQUE FOTOGRAFICO**

MATERIAL FOTO Y VIDEO, PASAMOS TUS VIDEOS A DVD

VENTA DE FOTOS DEL VALLE

Telf.: 973 640 490 · Av. Pas d'Arro 52 · VIELHA · arancolor@hotmail.com

masajes
maquillaje profesional
depilación
depilación de cejas
manicura
pedicura
limpieza de cutis
tratamientos faciales



**montestetic
sylvia**

tratamientos corporales
extensiones de pestañas
tinte de pestañas
fotodepilación
blanqueamiento dental
test nutricional
piercing dental

ULTRATONE
ZETA Scientific Systems

Avda. Garona 17 / Local 6 (frente guardería municipal) // 25530 Vielha, Lleida // telf. 973643282

[www.sylvia
montestetic.com](http://www.sylvia
montestetic.com)

Mès transport public



ARAN / BARCELONA

Eth Conselh Generau d'Aran vos informe des nauï servicis de bus entà Lleida e Barcelona, qu'amplien es prestacions actuaus

ARAN / LLEIDA



ARAN - BARCELONA

8:30	15:30	Aeropòrt deth Prat	10:15	
9:00	16:00	Barcelona	9:45	21:45
9:10	16:10	Passeg de Gràcia		
9:30	16:30	Palai Reiau	9:15	21:15
10:50	17:50	Balaguer	7:55	19:55
11:05	18:05	Balaguer	7:40	19:40
11:35	18:35	Alfarràs	7:10	19:10
13:00	20:00	El Pont de Suert	5:45	17:45
13:10	20:10	Vilaller	5:35	17:35
13:45	20:45	Vielha	5:00	17:00
13:47	20:47	Vilac	4:58	16:58
13:49	20:49	Aubèrt	4:56	16:56
13:51	20:51	Arròs	4:54	16:54
13:53	20:53	Es Bòrdes	4:52	16:52
13:55	20:55	Era Bordeta	4:50	16:50
14:01	21:01	Bossòst	4:44	16:44
	21:05	Les	4:40	16:40

ARAN - LLEIDA

7:20	17:10	Les	13:05	19:05
7:45	17:30	Vielha	12:45	18:45
8:20	18:05	Vilaller	12:10	18:10
8:30	18:15	El Pont de Suert	12:00	18:00
9:53	19:38	Alfarràs	10:37	16:37
9:57	19:45	Almenar	10:33	16:33
10:07	19:52	Torrefarrera	10:23	16:23
10:15	20:00	Lleida Est. Autobusi	10:15	16:15
10:30 (*)	20:15(*)	Lleida RENFE	10:00	16:00

(*) Damb correspondència damb linhes der AVE o Avant de/a Madrid e Barcelona.

Conselh  Generau d'Aran

www.aran.org



PINTURAS NASARRE

*Pintura en general
Barnizados y lacados
Multiservicios del hogar*

Decapados abrasivos con chorro de arena



c/ Sant Serat, 18 25550 - BOSSÒST

Tel. 973 64 83 67 - 607 18 21 43
Fax 973 64 74 00

CARPINTERÍA INDUSTRIAL

CABAU RAMÍREZ



**TRABAJOS DE
CARPINTERÍA**

CAMIN REIAU S/N
25551 - ERA BORDETA

TEL./FAX: 973 64 81 54
629 48 02 70 - 669 70 17 33



CONSTRUCCIONES

**José
Rodríguez**

c/ Sacuma, 2 2º
25598 -GAUSAC

Tel./Fax 973 64 09 59
Móvil 619 073 863

TALLERES GARONA

CARROCERIA Y PINTURA DEL AUTOMÓVIL

INSTALACIÓN
DE LÁMINAS DE
CONTROL SOLAR,
HOMOLOGADAS



VENTA DE
CADENAS TEXTILES

SUSTITUCIÓN
DE LUNAS

Pólig. Mijaran · Nave 3 Tel. 973 64 02 09 - Móvil 619 03 55 71
25530 - VIELHA

Fax 973 64 19 37



ARAN VETERINARIS

VISITAS CONCERTADAS
Tel. 973 64 23 61

URGENCIAS
Tel. 626 70 15 47

Avda. Garona, 25 - bajos
25530 - VIELHA



ROSTISSERIA

SAL I PEBRE

MENU I TAPES
MENJAR PER EMPORTAR
POLLASTRES I CONILLS AL AST

Tel. 973 64 71 60

C/SAN JAIME, 23 - BOSSOST (VAL D'ARAN)

JORNADAS DE COMERCIALIZACION CON TTOO

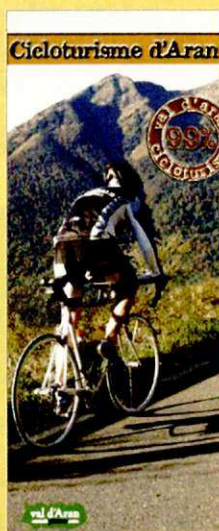
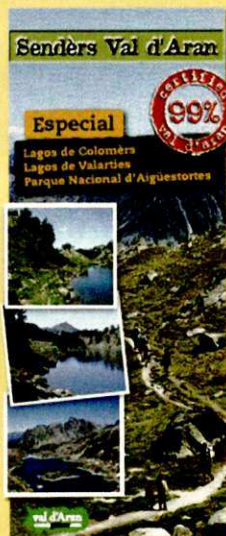
Durante este mes de septiembre, Torisme Val d'Aran ha participado en el Workshop especializado en SENDERISMO, CICLOTURISMO y NORDIC WALKING del mercado holandés, organizado por Turisme de Catalunya

FERIAS

Torisme Val d'Aran estuvo presente, en las ferias de: **TOUR NATUR** celebrada del 4 al 6 septiembre en Dusseldorf (Alemania) feria especializada en senderismo, **LES PYRÉNEENNES**, los días 18, 19 y 20 de septiembre en Saint Gaudens **INTERNATIONAL FRENCH TRAVEL MARKET TOP RESA** que se celebró del 22 al 25 de septiembre en Paris.

NUEVAS PUBLICACIONES

Durante este verano, Torisme Val d'Aran ha creado tres nuevas publicaciones, dada la demanda de nuestros clientes en estos temas concretos.



Flòc de Nhèu



Aving. Pined'Arro, 11 local 3 - 25530 Vielha (Lleida)

Tel. 973 63 00 30

www.flodecneu.com

info@flodecneu.com

Carretera de Sana, 30 - 25006 Lleida

Tel. 973 22 49 67

LIMPIEZA DE CHIMENEAS

EXTRACTORES DE RESTAURANTES

Tel. 973 621 065 - 661 606 260

michellarrue@hotmail.com



diablillos

puericultura
moda infantil
de 0 a 2 años

c/ Doctor Vidal, 1
25530 - VIELHA
Tel. 973 64 23 86

Talleres Philippe

Reparaciones de Chapa y Pintura del Automovil



Camino de Marras s/n (junto Cuartel Guardia Civil) · 25550 BOSSOST (Val d'Aran)
Tel. 973 64 81 89 · Fax 973 64 72 08 · talleresphilippe@hotmail.com

PRADEL HORTICULTURA

Plantas y Flores
Plantel para huertos
Tierra - Abonos
Venta al detalle

15, AVENUE DE TOULOUSE 31110 - LUCHON (FRANCIA)
TEL 0033 561 79 80 90 FAX 0033 561 79 01 34



una casa en el Valle

100 años



Hemos celebrado el centenario del Chalet de Les. En el prado donde brinca el Sauth deth Pitsh, hemos tenido suerte, pues de los casi cincuenta miembros de nuestra tribu Calzado-Romagosa hemos estado casi todos el 4 de julio.

Los primeros en llegar al prado traían lluvia de Serra Escorxada y del Tuc de los Armeros, y alguno decide irse a bañar a la poza de arriba.

Pero pronto el sol echa a las nubes, mientras van llegando los doce coches, que tienen la ventaja de asustar a los posibles turistas con ganas de bajar al prado, que pasan por la pista de arriba y nos ven.

Discretamente me acerco a mi coche sin que nadie lo note, me pongo mis grandes gafas de sol, me envuelvo -capucha en cabeza- en mi gran capa negra de pastor aranés, agarro mi pesado bastón de mis juveniles excursiones de montaña (todo esto me hace irreconocible) y blandiendo el gran bastón amenazadoramente salgo corriendo hacia los grupos sentados en la hierba gritando insultos en aranés, catalán y castellano contra los invasores "pixa-pins" barceloneses.

Se crea un cierto miedo a ser expulsados, en la mitad que no me descubre, sobre todo los más jóvenes. Pero pronto nos reímos todos a carcajadas, y la comida resulta feliz. Montse y yo, nuestros hijos, - y los que han querido serlo- nuestros nietos, - y los que también han querido serlo- y los biznietos, hemos conseguido una felicidad llena de nuestros recuerdos y nuestras esperanzas aranesas.

Yo, disimiladamente, recordándola con cariño, miro la postal de un refrán de Rosa. "Entá Sant Josep tot audeth que bastis eth son casteth" y agradezco la Virgen de Mijaran los cuarenta años de nuestro "casteth" aranés. Comemos opíparamente. Los chicos lo han preparado todo con cuidado y procurando variar según el gusto de cada grupo. Yo, desde luego soy incapaz de comer de todo lo que me ofrecen. Hasta los postres son variados también.

Después de tomar mi café -cortado y sin azúcar- me tumbo boca arriba y dejo vagar la imaginación y el recuerdo.

El vino ha sido de Toledo con el nombre que recuerda la casa del Valle, y en toda mi vida anterior, durante mis primeros ochenta años, después de una buena comida con un buen vino me fumaba un buen puro habano -Partagás o Davidoff- mayor o menor.

¡Hoy he sido tan feliz que no me he acordado de que hace unos años que dejé de fumar! Aunque sigo agradeciendo a los habanos muchos momentos de felicidad.

Artículo escrito por
D. Melquiades Calzado

Assessorament



LABORAU
FISCAU
COMPTABLE

973 64 20 79

c/Dr. Manuel Vidal, 1 1ª
25530 Vielha (Lleida)

c/Pietat, 19
25550 Bossost (Lleida)

La publicidad es una
Inversión para su negocio



ANÚNCIATE!!



BORDADOS
SERIGRAFIA
Venta de todo tipo
de prendas y
complementos para
PERSONALIZAR

Alex Navarro
Tel. 655 95 62 95



Sth
Puntet
Inmobiliaria

Gestión Integral de Obras y Servicios
Compra-venta de inmuebles

Obra Nueva y Segunda Mano
Tramitación de Permutas
Alquileres de Vacaciones

www.puntet.com
info@puntet.com

973 64 25 31 Avd. Garona 29
605 87 98 36 Vielha



Av. Pas d'Arrò, nº 22 local 1 · 25530 Vielha
Tel. 973 64 27 13 · 609 73 99 84

Todas nuestras ofertas las encontrará
en nuestra página web:

WWW.ARANCASA.COM

luxaran
VIDAS UNICAS

anunciatse? por qué no!



AraNau
973 64 04 87

era Val de d'auti tempsi

De quan es lops anauen pera carrèra

Ère un iuèrn d'aqueri d'antes, quan era net demoraue força temps enes carrèrs e era gent tot just queiguie era tarde s'embarraue enes cases entà cauà-se ath cant deth huec e condar istòries deth temps vielh. Enes carrèrs i demoraue era mès absoluta net. Eth solet tapatge èren es bohades der aire deth nòrd en tot apielar era nhèu enes cornèrs. Mès tanben, e sonque de tant en tant, s'escotaue eth plorar des lops que s'amassauen en escabòts ath torn deth pòble.

Qui condaue aguesta istòria. L'auie entenuda a condar deth sòn oncle, un aranés deth pòble de Les qu'auie trigat er estonanat mestier de marin. Ère donques, quan en tòt éster mainatjòs de pògui ans, demoraue es serades ath cant deth huec entà entèner a condar ahèrs de bruishes e pòurs. Mès aqueth iuèrn de tantes nhèus es lops gosèren passejà-se pes carrèrs des pòbles en tot cercar enes tiemèrs bèth aliment. Eri profitauen eth pas des bèsties entà espialles des dera hièstra ; passauen es ramats de quate o cinc, escorniflant pes cantoades e hènt que es cans deth pòble se tornèssen hòls de tant lairar.

D'alavetz que se rebrembe un can de granes proporcions, de raça pòc abituau peth parçan e a qui mantenguien toti es vesins deth pòble

per auer de besonh fòrça minjar. Condauen d'eth qu'ère neurit sonque entà defèner es ramats des lops e des ossi e que soent campau pes hièstres e acompanhaue era gent tàs cases, ja que es lops que l'auien pòur per aué-si i engorrotit bèth viatge e auer gessut mauparats des caishalades deth canhàs.

Dejà delida era nhèu deth cap des montanhes, eth pastor marchaue damb eth balòt deth pòble, tà posà-se ena montanha damb eth bestiar. Ère alavetz quan mès faena auie eth can. Tant e atau que enquia es madeishi vesins auien de pujar a ajudà-le ena sua vigilància, pr'amor que soent e gracias ara estúcia deth lop, mancaue bèra oelha.

Mès en aqueri tempsi, com en toti tanben i auec aprofitats seguramente per culpa dera gana. Eth nostre condaire ditz que un ser mentre que eth pastor e un vesin se posauen ath cant deth huec, eth canhàs se lancèc de cap ath balòt e tot d'un còp enteneren eth bram de quauqu'un qu'auie tastat es caishòrles en sua coeisha. Aqueth qu'ère un lop de dues cames e ei vertat que a partir d'aqueth dia semblèc qu'es lops auien menos hame, pr'amor que eth balòt perdie pògui caps. Dilhèu que es lops de dues cames auien encare mès pòur que es auti as mossegades deth nòste can.

Entrevista ath Senhor Manuel Boya Atés
eth 15.11.89

Entrevistador : Paco Boya Alós



Alquilo apartamentos
todo el año y temporada de
esquí.
Tel. 617.578.854

Se vende Restaurante
en Arties. 240m².
Equipado.
Tel. 699.907.790



Se vende apartamento en
Gausac. Seminuevo. Con
vistas espectaculares. Gran
terrazza. 210.000€.
Tel. 617.578.854



Vendo local comercial en
Vielha, 71m², con gran
vidriera, aseo y suelo con
baldosado. Grandes
facilidades de pago. Sin
hipoteca. Tel. 620.860.243

Venta casa aranesa en
Es Bordes. Directo del
constructor.
Tel. 669.701.733

Se vende o alquila
pequeño bar-
restaurante, con dos
terrazas, en Les.
Tel.606.628.609

Eth Cerider - Enriqueta
Barés. C/ Aran - LES. Tel.
657.688.697. Artículos
regalo, Vajillas, Decoración...
LIQUIDACIÓN TOTAL.
GRANDES DESCUENTOS.



Oportunidad - Urge Vender.
Particular vende casa en
Cierp-Gaud (Francia).
Terreno de 1.200m². Casa
100m² + Garaje adosado.
Nueva construcción.
Tel. 639.728.981



OFERTA: Se vende.
Nissan Almera. Año
2001. Gasolina.
Impecable. Muy bien
cuidado. Solo
2.950€.
Tel. 619.158.477

Se traspasa comercio en
Vielha a pleno rendimiento.
Cartera de clientes.
Céntrico. Por traslado del
propietario.
Tel. 629.580.498

Extraviada pulsera de señora
de oro dorado, con adornos
de coral. RECUERDO DE
FAMILIA. Si la a encontrado
llamar al: 661 686 484

Val d'Aran
Betrèn - Vielha

Zonerik
Joana & Erika

LAVANDERÍA - TINTORERÍA

ENTREGA RÁPIDA

NO CERRAMOS AL MEDIODÍA

COMPLEJO ELURRA

(AL FINAL DE LA RAMPA)

973 64 09 54 - 609 83 91 99

Fax 973 64 14 81

horario de autobuses

HORARIO DE TRANSPORTE INTERNO DEL VALLE DE ARAN - DE LUNES A VIERNES

BERET	11:00				17:00				SOLO TEMPORADA DE ESQUI							
	TANAU	7.45	11:20	15:50	17:25	18:30	19:30	20:30	21:30	0.30	4.20					
BAQUEIRA	7.47	8.30	9.30	11.30	12.32	13.50	14.30	16.00	17.30	18.30	19.30	20.30	21.30	0.30	4.20	
TREDÒS	7.48	8.33	9.33	11.33	12.33	13.55	14.33	16.03	17.33	18.33	19.33	20.33	21.33	0.33	4.23	
SALARDÚ	7.51	8.36	9.36	11.36	12.36	13.56	14.36	16.06	17.36	18.36	19.36	20.36	21.36	0.36	4.26	
GESSA	7.52	8.37	9.37	11.37	12.37	13.57	14.37	16.07	17.37	18.37	19.37	20.37	21.37	0.37	4.27	
ARTIES	7.55	8.40	9.40	11.40	12.40	14.00	14.40	16.10	17.40	18.40	19.40	20.40	21.40	0.40	4.30	
GARÒS	7.59	8.44	9.44	11.44	12.44	14.04	14.44	16.14	17.44	18.44	19.44	20.44	21.44	0.44	4.34	
CASARILH	8.00	8.45	9.45	11.45	12.45	14.05	14.45	16.15	17.45	18.45	19.45	20.45	21.45	0.45	4.35	
ESCUNHAU	8.02	8.47	9.47	11.47	12.47	14.07	14.47	16.17	17.47	18.47	19.47	20.47	21.47	0.47	4.37	
BETREN	8.04	8.49	9.49	11.49	12.49	14.09	14.49	16.19	17.49	18.49	19.49	20.49	21.49	0.49	4.39	
VIELHA	8.05	8.50	9.50	11.50	12.50	14.10	14.50	16.20	17.50	18.50	19.50	20.50	21.50	0.50	4.42	
VIELHA	08.05	09.00	10.00	11.55	11.55	13.00	14.15	15.15	17.00	18.00	19.00	19.55	21.00	22.00	00.55	4.45
VILAC	8.07	9.02	10.02	11.57	11.57	13.02	14.17	15.17	17.02	18.02	19.02	19.57	21.02	22.02	0.57	
BETLAN	8.08	9.03	10.03	11.58	11.58	13.03	14.18	15.18	17.03	18.03	19.03	19.58	21.03	22.03	0.58	
AUBÈRT	8.10	9.05	10.05	11.59	11.59	13.05	14.20	15.20	17.05	18.05	19.05	19.59	21.05	22.05	1.00	
PONT D'ARRÒS	8.13	9.08	10.08	12.01	12.01	13.08	14.23	15.23	17.08	18.08	19.08	20.01	21.08	22.08	1.03	
BENÒS	8.14	9.09	10.09	12.02	12.02	13.09	14.24	15.24	17.09	18.09	19.09	20.02	21.09	22.09	1.04	
ES BÒRDES	8.17	9.12	10.12	12.03	12.03	13.12	14.27	15.27	17.12	18.12	19.12	20.03	21.12	22.12	1.07	
ARRÒ	8.18	9.13	10.13	12.04	12.04	13.13	14.28	15.28	17.13	18.13	19.13	20.04	21.13	22.13	1.08	
ERA BÒRDETA	8.20	9.15	10.15	12.06	12.06	13.15	14.30	15.30	17.15	18.15	19.15	20.06	21.15	22.15	1.10	
BOSSÒST	8.23	9.18	10.18	12.13	12.13	13.18	14.33	15.33	17.18	18.18	19.18	20.13	21.18	22.18	1.13	
LES	8.25	9.20	10.20	12.18	12.18	13.20	14.35	15.35	17.20	18.20	19.20	20.18	21.20	22.20	1.15	
PONTAUT	8.35				14.40				17.25							

SABADOS - DOMINGOS - FESTIVOS

BERET	10:40				15:10				17:00				SOLO TEMPORADA DE ESQUI		
	TANAU	7.45	10:55		15:20	17:25					21:20				
BAQUEIRA	8.05	9.30	11.05		12.30	14.05	15.30	17.30	19.05		21.30	0.30			
TREDÒS	8.08	9.33	11.08		12.33	14.08	15.33	17.33	19.08		21.33	0.33			
SALARDÚ	8.11	9.36	11.11		12.36	14.11	15.36	17.36	19.11		21.36	0.36			
GESSA	8.12	9.37	11.12		12.37	14.12	15.37	17.37	19.12		21.37	0.37			
ARTIES	8.15	9.40	11.15		12.40	14.15	15.40	17.40	19.15		21.40	0.40			
GARÒS	8.19	9.44	11.19		12.44	14.19	15.44	17.44	19.19		21.44	0.44			
CASARILH	8.20	9.45	11.20		12.45	14.20	15.45	17.45	19.20		21.45	0.45			
ESCUNHAU	8.22	9.47	11.22		12.47	14.22	15.47	17.47	19.22		21.47	0.47			
BETREN	8.24	9.49	11.24		12.49	14.24	15.49	17.49	19.24		21.49	0.49			
VIELHA	8.25	9.50	11.25		12.50	14.25	15.50	17.50	19.25		21.50	0.50			
VIELHA	08.30	10.00		11:55	13.00	14.30	16.00	18.00	19.30	19:55	22.00	00.55			
VILAC	8.32	10.02		11:57	13.02	14.32	16.02	18.02	19.32	19:57	22.02	0.57			
BETLAN	8.33	10.03		11:58	13.03	14.33	16.03	18.03	19.33	19:58	22.03	0.58			
AUBÈRT	8.35	10.05		11:59	13.05	14.35	16.05	18.05	19.35	19:59	22.05	1.00			
PONT D'ARRÒS	8.38	10.08		12:01	13.08	14.38	16.08	18.08	19.38	20:01	22.08	1.03			
BENÒS	8.39	10.09		12:02	13.09	14.39	16.09	18.09	19.39	20:02	22.09	1.04			
ES BÒRDES	8.42	10.12		12:03	13.12	14.42	16.12	18.12	19.42	20:03	22.12	1.07			
ARRÒ	8.43	10.13		12:04	13.13	14.43	16.13	18.13	19.43	20:04	22.13	1.08			
ERA BÒRDETA	8.45	10.15		12:06	13.15	14.45	16.15	18.15	19.45	20:06	22.15	1.10			
BOSSÒST	8.48	10.18		12:13	13.18	14.48	16.18	18.18	19.48	20:13	22.18	1.13			
LES	8.50	10.20		12:18	13.20	14.50	16.20	18.20	19.50	20:18	22.20	1.15			
PONTAUT															

SABADOS - DOMINGOS - FESTIVOS

BERET	10:15				15:10				SOLO TEMPORADA DE ESQUI						
	TANAU	7.45	10:00	12:00	14:55										
BAQUEIRA	7.40	8.50	9.50	10.20	11.50	13.50	14.50	17.50	19.50	22.20	0.20				
TREDÒS	7.35	8.47	9.47	10.17	11.47	13.47	14.47	17.47	19.47	22.17	0.17				
SALARDÚ	7.32	8.44	9.44	10.14	11.44	13.44	14.44	17.44	19.44	22.14	0.14				
GESSA	7.31	8.43	9.43	10.13	11.43	13.43	14.43	17.43	19.43	22.13	0.13				
ARTIES	7.29	8.40	9.40	10.10	11.40	13.40	14.40	17.40	19.40	22.10	0.10				
GARÒS	7.27	8.36	9.36	10.06	11.36	13.36	14.36	17.36	19.36	22.06	0.06				
CASARILH	7.26	8.35	9.35	10.05	11.35	13.35	14.35	17.35	19.35	22.05	0.05				
ESCUNHAU	7.25	8.33	9.33	10.03	11.33	13.33	14.33	17.33	19.33	22.03	0.03				
BETREN	7.23	8.31	9.31	10.01	11.31	13.31	14.31	17.31	19.31	22.01	0.01				
VIELHA	7.22	8.30	9.30	10.00	11.30	13.30	14.30	17.30	19.30	22.00	0.00				
VIELHA	07.21	08.25	09.25	09.52	11.25	12.55	13:27	14.25	17.25	19.25	21.52	23.52	5.00	5.27	
VILAC	7.20	8.20	9.20	9.50	11.20	12.50	13:25	14.20	17.20	19.20	21.50	23.50	4.59	5.25	
BETLAN	7.19	8.19	9.19	9.49	11.19	12.49	13:24	14.19	17.19	19.19	21.49	23.49	4:58	5:24	
AUBÈRT	7.17	8.17	9.17	9.47	11.17	12.47	13:22	14.17	17.17	19.17	21.47	23.47	4:57	5:22	
PONT D'ARRÒS	7.14	8.14	9.14	9.44	11.14	12.44	13:19	14.14	17.14	19.14	21.44	23.44	4:54	5:19	
BENÒS	7.13	8.13	9.13	9.43	11.13	12.43	13:18	14.13	17.13	19.13	21.43	23.43	4:53	5:18	
ES BÒRDES	7.10	8.10	9.10	9.40	11.10	12.40	13:15	14.10	17.10	19.10	21.40	23.40	4:50	5:15	
ARRÒ	7.09	8.09	9.09	9.39	11.09	12.39	13:14	14.09	17.09	19.09	21.39	23.39	4:49	5:14	
ERA BÒRDETA	7.07	8.07	9.07	9.37	11.07	12.37	13:12	14.07	17.07	19.07	21.37	23.37	4:47	5:12	
BOSSÒST	7.04	8.04	9.04	9.34	11.04	12.34	13:09	14.04	17.04	19.04	21.34	23.34	4:44	5:09	
LES	7.00	8.00	9.00	9.30	11.00	12.30	13:05	14.00	17.00	19.00	21.30	23.30	4:40	5:05	
PONTAUT															

horario de autobuses

HORARIO DE TRANSPORTE INTERNO DEL VALLE DE ARAN - DE LUNES A VIERNES

BERET	7:45	10:45										17:00										SOLO TEMPORADA DE ESQUI	
TANAU	7:40	8:30	9:20	10:20	12:20	13:50	14:35	15:50	16:45	17:25	19:20	20:20	22:20	0:20									
BAQUEIRA	7:35	8:27	9:17	10:17	12:17	13:47	14:32	15:37	16:37	17:17	19:17	20:17	22:17	0:17									
TREDÒS	7:32	8:24	9:14	10:14	12:14	13:44	14:29	15:34	16:34	17:14	19:14	20:14	22:14	0:14									
SALARDÚ	7:31	8:23	9:13	10:13	12:13	13:43	14:28	15:33	16:33	17:13	19:13	20:13	22:13	0:13									
ARTIES	7:29	8:20	9:10	10:10	12:10	13:40	14:25	15:30	16:30	17:10	19:10	20:10	22:10	0:10									
GARÒS	7:27	8:16	9:06	10:06	12:06	13:36	14:21	15:26	16:26	17:06	19:06	20:06	22:06	0:06									
CASARILH	7:26	8:15	9:05	10:05	12:05	13:35	14:20	15:25	16:25	17:05	19:05	20:05	22:05	0:05									
ESCUNHAU	7:25	8:13	9:03	10:03	12:03	13:33	14:18	15:23	16:23	17:03	19:03	20:03	22:03	0:03									
BETREN	7:23	8:06	9:01	10:01	12:01	13:31	14:16	15:21	16:21	17:01	19:01	20:01	22:01	0:01									
VIELHA	7:22	8:05	9:00	10:00	12:00	13:30	14:15	15:20	16:20	17:00	19:00	20:00	22:00	0:00									
VIELHA	07:21	07:02	08:52	09:52	11:52	13:27	15:15	16:15	16:52	18:52	19:52	21:52	23:52	4:50	5:27								
VILAC	7:20	8:00	8:50	9:50	11:50	13:25	15:10	16:10	16:50	18:50	19:50	21:50	23:50	4:50	5:25								
BETLAN	7:19	7:59	8:49	9:49	11:49	13:24	15:09	16:09	16:49	18:49	19:49	21:49	23:49	4:50	5:24								
AUBERT	7:17	7:57	8:47	9:47	11:47	13:22	15:07	16:07	16:47	18:47	19:47	21:47	23:47	4:50	5:22								
PONT D'ARRÒS	7:14	7:54	8:44	9:44	11:44	13:19	15:04	16:04	16:44	18:44	19:44	21:44	23:44	4:50	5:19								
BENÓS	7:13	7:53	8:43	9:43	11:43	13:18	15:03	16:03	16:43	18:43	19:43	21:43	23:43	4:50	5:18								
ES BÒRDES	7:10	7:50	8:40	9:40	11:40	13:15	15:00	16:00	16:40	18:40	19:40	21:40	23:40	4:50	5:15								
ARRÒ	7:09	7:49	8:39	9:39	11:39	13:14	14:59	15:59	16:39	18:39	19:39	21:39	23:39	4:49	5:14								
ERA BORDETA	7:07	7:47	8:37	9:37	11:37	13:12	14:57	15:57	16:37	18:37	19:37	21:37	23:37	4:47	5:12								
BOSSÒT	7:04	7:44	8:34	9:34	11:34	13:09	14:54	15:54	16:34	18:34	19:34	21:34	23:34	4:44	5:09								
LES	7:00	7:42	8:32	9:30	11:30	13:05	14:50	15:50	16:30	18:30	19:30	21:30	23:30	4:40	5:05								
PONTAUT		7:40	8:30																				

OTROS SERVICIOS

04.40	05.07	13.07	LES	12.08	20.08	21.05
05.00	05.30	13.30	VIELHA	11.45	19.45	20.45
-	08.30	16.30	LLEIDA	09.00	17.00	-
-	09.00	17.00	LLEIDA (*)	08.45	16.45	-
902 422 242	09.45	11.15	BARCELONA	06.30	14.30	16.00

HORARIO AUTOBÚS NOCTURNO DEL VALLE DE ARAN SÁBADOS Y FESTIVOS

03.35	Pontaut	23.30
03.33	Les	23.34
03.30	Bossòt	23.37
03.28	Era Bordeta	23.39
03.27	Arrò	23.40
03.24	Es Bordes	23.43
03.23	Benós	23.44
03.20	Pont d'Arròs	23.47
03.18	Aubert	23.49
03.17	Betlan	23.50
01.15	Vilac	23.52
01.10	Vielha	00.00
01.09	Vielha	00.02
01.07	Betrèn	00.01
01.05	Betrèn	00.03
01.04	Escunhau	00.05
01.00	Casarilh	00.06
00.37	Garòs	00.10
00.36	Arties	00.13
00.33	Gessa	00.14
00.30	Salardú	00.17
00.25	Tredòs	00.20
00.20	Baqueira	00.20
00.15	Tanau	
00.10	Beret	

LINEA REGULAR DIARIA DE LUNES A VIERNES HORARIO TRANSPORTE CASAU

8:40	14:30	Casau	14:25	17:20
8:45	14:40	Parador	14:20	17:15
8:50	14:45	Vielha Rotonda	14:15	17:10
8:55	14:55	Vielha	14:10	17:00

OBSERVACIONES: Circulará todos los días del año, excepto el día de Navidad.

(*) Enlaces directos por autopista con Barcelona. Los enlaces de los domingos con Lérida, rogamos sean consultados.




Eth BUREU

Fiscal
Laboral
Contable

Administración
de Fincas

Pl. Pas d'Arrò, 2 · 1º 2ª
25530 VIELHA (Val d'Aran)
Tel. 973 64 25 47
Fax. 973 64 04 06



novetats
Codina

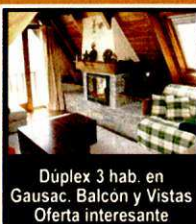
Confeccions
Moda
home - dona
llenceria

C/ Duc de Dènia, 31
BOSSÒT
973 64 82 44

Nueva Promoción Vila



Pisos y Dúplex de 2 y 3 Habitaciones
A partir de 250.000 euros

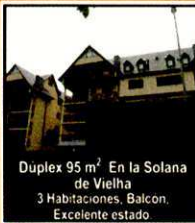


Dúplex 3 hab. en Gausac. Balcon y Vistas
Oferta interesante



Eth Puntet Inmobiliaria

Gestión Integral de Obras y Servicios
Compra-venta de inmuebles
Obra Nueva y Segunda Mano
Tramitación de Permutas



Duplex 95 m² En la Solana de Vielha
3 Habitaciones, Balcon, Excelente estado



Apartamento 2 hab. Vila Garaje individual
Terraza



Casa 5 Habitaciones en Vielha. Jardin y Terraza
Próxima construcción

www.puntet.com
info@puntet.com

973 64 25 31 Avd. Garona 29
605 87 98 36 Vielha



El Acebo
Deguste nuestra cocina en el restaurante



Disfrute de su estancia



Relájese en las termas



LAS TERMAS DEL REFUGI

Avda. Garona, 27 (Junto al Palacio de Hielo)
25530 - VIELHA (Ueida - Val d'Aran)
Tel. 973 64 30 02 Fax 973 64 30 56
www.elrefugiodearan.com

 www.finques-saplan.com



~~Antes 294.600 €~~

Ahora

las primeras
182.000 €

parking y trastero
incluido

DUPLEX de 89m²
para entrar a vivir.
3 Hab., 2 baños y JARDÍN

















































*No pierdas tu
oportunidad!*

OFICINA DE VENTAS EN LES

Tel. 609 20 88 03 · 973 64 84 69

Sopa de Letras

Localice dentro de la sopa los 16 PAÍSES EUROPEOS representados por sus banderas

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

sudokus

soluciones pag. 8

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

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



Trofeo "Tuneu de Agullo.

Homenaje a Louis Rottier: Que se celebró el 25 de agosto, en la modalidad de Stableford por parejas, y que fue todo un éxito, gracias a la organización del Pitch and Putt de Salardú y de la anfitriona Pilar Tuneu.

Aunque el día comenzó amenazando lluvia, finalmente fue todo un éxito para la práctica del golf, y así lo pudieron disfrutar todos los asistentes. Al final y durante el recorrido, se pudo disfrutar de un excelente aperitivo, por cortesía del grupo DAMM. Los buenos regalos que se ofrecieron tuvieron una gran acogida. Los ganadores fueron:

POSICIÓN	PAREJA	
1º	Carlos Bruna y François España	Mejor Approach Hoyo 9
2º	Nuria Moga y Roger Marsh	
3º	Olga Herrera y Ricard Mombiedro	Xavi Ribalta



Fotos de golf cedidas por Anna Tur.

PATINAJE SOBRE HIELO

Vielha.- 277 patinadors de clubs d'Espanya, Italia, França, Estats Units i la República Checa han escollit el Palai de Gèu de Vielha per preparar la temporada esportiva. Del total, 177 han participat al Stage de Patinatge que organitza l'empresa VIGESA. Segons Nathalie Pardos, de l'organització, el treball tècnic ha estat molt interessant, ja que els patinadors procedeixen de centres d'alt rendiment i enriqueix als patinadors i tècnics de la vall.

Paral·lelament s'han portat a terme stages de diferents clubs privats. Entre els clubs assistents destaquen el Skating Camp Internacional, el TGS Danza de Toulouse, el club N'ICE STYLE de Madrid i el BPG de Toulouse. Al concloure les jornades, el passat 15 d'agost es va celebrar la Gala de Patinatge on va lluir l'exhibició de la patinadora nordamericana, Oliya Clarkson. També hi va participar la campiona de França, Mae Berenice. Més de 400 espectadors van assistir a l'acte.

Informació facilitada per Susanna Casanovas

Información facilitada por Juli Sala.



1er. Abierto. Trofeo "Revista Aran Nau":

Celebrado el 20 de septiembre, en modalidad Stableford individual. Aunque fue un día gris, debido a la climatología, se pudo celebrar el torneo en perfectas condiciones, gracias al buen mantenimiento del campo y de las ganas de disfrutar de todos los participantes. Antes del mismo se pudo degustar un suculento desayuno en la casa club. Al finalizar el campeonato, todos los participantes se reunieron en el putting-green para disputarse uno de los premios más atractivos, un jamón. Cada participante tuvo que realizar un putt, bastante complicado, que ganó, de manera espectacular Nuria Moga, con un golpe soberbio.

Los ganadores fueron:

CATEGORÍA	1º Scratch	1ª Femenina	1º Masculino	Mejor Putt	Forrabolas
JUGADOR	Javier Ubera	Olga Herrera	Javier Ubera	Nuria Moga	Pablo Pelegrí

Desde esta redacción nos gustaría agradecer la participación de todos los asistentes, la organización, tanto del Pitch and Putt Salardú como del restaurante Deth Golf, por su gran profesionalidad y de los colaboradores del patrocinio que fueron: **ETH AUET, GAES ARAN, RTE. EL ACEBO, RTE. LA BOVEDA, SPORTS YETI y TERMAS BARONIA DE LES.**

Para octubre los torneos a disputar son los siguientes:

DÍA	COMPETICIÓN	MODALIDAD
Sábado 3	Copa Val d'Aran	Stableford
Sábado 10	Pablos Cup	Parejas
Sábado 24	Cuyllas	Medal Play
Domingo 25	Copa Val d'Aran	Stableford



VAYA, NOS HAN DENEGADO LA AYUDA A LA DEPENDENCIA...

...TU "VAGUITIS CRÓNICA" NO ENTRA EN EL LISTADO DE ENFERMEDADES



LA ABUELA ME HA DICHO QUE SI ME QUEDO DOS HORAS QUIETO CON LA MIEL POR LA CABEZA ME HARÉ MÁS INTELIGENTE



Pallarès

FARMACIA PALÀ (VIELHA)	973 642 585	HOSPITAL COMARCAL DE VIELHA	973 640 006
FARMACIA CATALÀ (VIELHA)	973 642 346	DISPENSARI ARTIES	973 642 847
FARMACIA ALMANSA (BOSSÒST)	973 648 219	DISPENSARI BOSSÒST	973 648 211
FARMACIA ALMANSA (LES)	973 647 244	DISPENSARI LES	973 648 229
FARMACIOLA PALÀ (ARTIES)	973 644 346	DISPENSARI SALARDÚ	973 644 030
FARMACIA PALÀ (BAQUEIRA)	973 644 462		
FARMACIOLA CATALÀ (SALARDÚ)	973 644 225		

GUARDIA CIVIL VIELHA	973 640 005	POLICIA NACIONAL (URG)	091
GUARDIA CIVIL DE MONTANYA (URG)	062	POLICIA NACIONAL COM. LES	973 648 014
GUARDIA CIVIL DE MONTANYA (URG)	973 640 005	MOSSOS D'ESQUADRA (URG)	088
		MOSSOS D'ESQUADRA VIELHA	973 357 285

ALSINA GRAELLS BARCELONA	93 244 98 32
ALSINA GRAELLS INFORMACIÓ	902 422 242
SALÓN DEL REINO TESTIGOS JEHOVÀ	618 613320
CORREUS - OFICINA VIELHA	973 641 815
GREMI D'OSTALARIA DERA VAL D'ARAN	973 640 601
ESCOLA D'OSTALARIA DE LES	973 647 242
ESTAT DEL TRANSIT DE CATALUNYA	900 647 242
PARROQUIA DE VIELHA	973 640 021
PARROQUIA DE BOSSÒST	973 648 253
PARROQUIA DE LES	973 648 105
PARROQUIA DE SALARDÚ	629 791 095
FUNERARIA BORRAS (VAL D'ARAN)	973 258 023
	699 575 390
FUNERARIA SAURA (VIELHA)	608 398 222
	609 571 098

BOMBEROS (URGÈNCIES)	085
POMPIERS D'ARAN	973 640 080
POMPIERS BOSSÒST	973 648 380
EMERGENCIES Y RESCAT DE MONTANYA	973 640 080
CONSELH GENERAU D'ARAN	973 641 801
AJUNTAMENT VIELHA	973 640 018
AJUNTAMENT ARTIES	973 641 612
AJUNTAMENT ES BORDES	973 640 939
AJUNTAMENT BOSSÒST	973 648 157
AJUNTAMENT LES	973 648 007
AJUNTAMENT SALARDÚ - NAUT ARAN	973 644 030
INF. TURISME VIELHA	973 640 110
INF. TURISME BOSSÒST	973 647 279
INF. TURISME SALARDÚ	973 645 197
INF. TURISME LES	973 647 303
TORISME VAL D'ARAN	973 640 688
MOSEUS DERA VAL D'ARAN	973 641 815



HE! COMUNICACION WEBS & artes gráficas

SOLUCIONES EN PUBLICIDAD, IMAGEN Y PROMOCION EN EL VALLE DE ARAN.

PAGINAS WEBS - IMAGEN CORPORATIVA
LOGOTIPOS - NAMING - PAPELERIA - TARJETAS
DÍPTICOS & TRIPTICOS - PEGATERIA
CARTELERIA - BANNERS - MERCHANDISING

www.hecomunicacion.com - hola@hecomunicacion.com - 973 64 1199 / 2582

MOBLES

Comenje



Av. Pas d'Arró, 9 Tel. 973 64 19 76
25530 - VIELHA (Val d'Aran)



PROJECTES DECORACIÓ



humor

Els pèls



Diuen que on hi ha pèl, hi ha alegria. Però a mi em costa trobar alegria als dits, i en canvi hi ha molta gent que hi té pèl. N'hi ha que en tenen fins a sota mateix de l'ungla! Que s'han de fer la manicura amb un tallagespa!

El cabell és com el Sevilla: te'l trobes als llocs més insospitats. Per exemple, a les orelles. Que desagradable. És un error de la natura! Jo coneixia un paio, el Seara, que li passava. Tenia tant de pèl a les orelles que semblava un cocker. Els pèls li arribaven a les espatlles. També n'hi ha que tenen molts pèls al nas. I que indigne és tallar-se els pèls del nas! Posar-te davant del mirall, aixecar-te la punta per obrir els forats i anar retallant per dins. Sembla que facis espeleologia. Segur que ve d'aquí, de "pèl". Si parlem de pèls, hem de parlar de barbes. N'hi ha de tantes com persones. I noti's que no dic "homes", dic "persones". A alguns els creix tant la barba que no tenen prou amb la *Match3*, necessiten la *Match15*: "*la primera levanta, la segunda corta, la tercera apura, la cuarta depila, la quinta rasura,...*", i així fins a quinze. Porten una maquineta que sembla un pal de telèfons. En canvi, n'hi ha que la barba no els surt ni a tiros. Saps la típica persona que no té barba? Jo coneixia un paio que tenia cinquanta-cinc anys i encara no li havia sortit la barba. Va anar al metge i resulta que tenia una malaltia: li creixia la barba cap a dins! Era endobarba, i m'ho acabo d'inventar... Estava farcit de cabells per dins. Era com un pastís de cabell d'àngel. Semblava l'espantaocells del *Mago de Oz*. Cada cop que es feia un tall, no li sortia ni sang, li sortien pèls! Desagradable? Sí, ho sé. En lloc de mercromina, s'havia de posar gomina. Hi ha una part capilar que sol estar massa descuidada, que és el clatell. Hi ha clatells

exageradament peluts, i no hi ha molta cultura d'afaitar-los. Una vegada, un tio d'aquests em va dir: "Jo faig hipica". Vaig pensar: "Ah, sí? I qui et cavalca?". No tenia cabell: tenia una crin!

Després hi ha els pèls de les cames, que als homes ens fa bonic, però a les dones... L'altre dia, al Museu de Cera, vaig veure una turista anglesa amb faldilla que vaig pensar: "Si va amb faldilla, per què du *leotardos*?". I no en duia! Vaig pensar: "Si li dona per depilar-se, el Museu es queda sense figures!". Clar, la turista té una feina endarrerida, allà.

El cabell vol carinyo. Jo ho sé perquè com a periodista tinc el repte d'estar sempre perfecte. L'altre dia, una noia em va dir: "Tu tens un cabell molt maco". Vaig dir: "Gràcies". I ella: "Sí, és aquest d'aquí; tots els altres no valen res".

D'entrada, has de saber si tens el cabell gras, fràgil o normal. Com ho saps quan és normal? Gras sí, que si passeges al bo del migdia, sembles una paella a punt de tirar-hi l'ou. Diu: "Passa per l'ombra, que se't cremarà l'oli!". Vale. Però quan és normal, el cabell? Comparat amb l'Anasagasti, tots el tenim normal! Aquell home té un descapotable, i és el típic que quan es banya a l'estiu surt com la Pantoja. Respecte als pèls del cos, jo sempre he tingut un dubte: si el xampú és pèls pèls, les aixelles com s'han de netejar, amb xampú o amb gel? Segurament algú dirà: "Home, també hi ha altres coses". La resposta és: "Els pèls s'han de netejar amb freqüència, i així evitem problemes desagradables al nostre voltant".

Article del llibre *Hem de parlar de l'Andreu Buena Fuente*

ARIES

Has acertado completamente con tu elección. Todas las facetas de tu vida estarán en orden y te sentirás tan feliz como hacia tiempo que no te sentías. Procura estar tranquilo e intenta mantenerlo, pues es posible que en los meses venideros se avencinen cambios importantes.



TAURO

Mes ideal para transacciones comerciales, contratos, y todo lo relacionado con el trabajo. Enfoca tu atención en este campo, porque es de donde sacarás mayores beneficios. Respecto a la pareja pregúntate cuál es tu responsabilidad, pero no te obsesiones.



GEMINIS

Has acertado completamente con tu elección. Todas las facetas de tu vida estarán en orden y te sentirás tan feliz como hacia tiempo que no te sentías. Procura estar tranquilo e intenta mantenerlo, pues es posible que en los meses venideros se avencinen cambios importantes.



CANCER

La desesperación no es necesariamente mala, porque sirve para despertarnos. En octubre debes tomar de nuevo las riendas de tu vida, poner la imaginación en marcha y crear una realidad nueva para ti mismo. Esfuérzate en sonreír más a menudo, y ver el lado cómico de la vida.



LEO

Vivir el amor a plenitud. Los ancianos se sentirán solos y postergados. Las alergias se apoderarán de tus vías respiratorias y deberás pasar gran parte del mes medicándote para sanar.



VIRGO

Los problemas laborales comenzarán a mejorar, manteniendo una actividad intensa que entregarán excelentes resultados. Nuevos proyectos, y posibilidades comenzarán a aparecer. El apoyo de tu pareja será fundamental para solucionar los conflictos, pero también de todos aquellos que te rodean. Debes tener cuidado con alergias o enfermedades respiratorias.



LIBRA

Por fin empieza a haber un poco de estabilidad en tu vida. Desde que empezó el año has tenido que adaptarte a nuevas realidades que han cambiado tu vida, pero por fin tienes la tranquilidad y la paz necesarias para poder empezar de nuevo y adaptarte esta nueva vida.



ESCORPIO

Empiezas a estar cansado de tanto trabajo y tan poco tiempo para ti. Además, estás un poco perdido en cuanto a los sentimientos de una persona que ha aparecido con fuerza en tu vida. No sabes exactamente lo que sientes, así que deberás esperar un poco y no adelantarte a los acontecimientos.



SAGITARIO

La familia está unida, niños que vienen, situaciones distintas y que se empiezan a mirar con perspectiva diferente. Muy bondadoso en temas familiares y para engendrar.



CAPRICORNIO

Tus amigos serán importantes este mes en tu vida, disfrutarás de su compañía y se consolidará la amistad. Cuidado con el orgullo, puede ser tu peor enemigo. La suerte te acompaña, e iluminará tu camino para que tomes las mejores decisiones durante este año.



ACUARIO

Anuncios de dinero que llegan a tus manos de gente que te estaba debiendo y te lo devuelve. Viajes dentro de tu territorio, no al extranjero. Va a ser un buen mes en el trabajo para abogados, escritores y otros que trabajan con lo intelectual, así como militares.



PISCIS

Este es el mes propicio para cumplir las promesas que te hiciste, Piscis. Después de pasar tanto tiempo pensando en los demás, tienes que empezar a ser un poco egoísta y pensar en ti. Empiezas a estar un poco descuidado y si no tomas medidas pronto, eso empezará a repercutir en tu salud.



La sociedad "moderna" cuenta con uno de los obstáculos más importantes relacionados con el medio ambiente; el tratamiento de los residuos sólidos urbanos. Eufemismo que oculta el verdadero problema del incremento exponencial y por ahora imparable, de las basuras, impulsado por una cultura consumista, del todo irracional e insostenible.

Una máxima ecologista y de necesario cumplimiento para la sociedad actual, es el concepto de las 3 R; Reducir, Reutilizar, Reciclar, a las que en este texto les añadimos otras 5, complementarias.

1. REVALUAR

Sustituir los valores dominantes por otros más beneficiosos. Por ejemplo, altruismo frente a competencia, goce frente a obsesión por el trabajo, humanismo frente a consumismo ilimitado, local frente a global, etc.

2. RECONCEPTUALIZAR

Significa mirar el mundo de otra manera y, por lo tanto, otra forma de interpretar la realidad, que pasaría por redefinir conceptos como los de riqueza-pobreza o escasez-abundancia.

3. REESTRUCTURAR

Adaptar el aparato de producción y las relaciones sociales en función de la nueva escala de valores.

4. RELOCALIZAR

Producir localmente los bienes esenciales para satisfacer todas nuestras necesidades.

5. REDISTRIBUIR

Implicaría, básicamente, un reparto distinto de la riqueza.

6. REDUCIR

Hacer lo posible para disminuir el impacto que tienen en la biosfera nuestras maneras de producir y consumir, además de limitar los horarios de trabajo y el turismo de masas.

7. REUTILIZAR

8. RECICLAR

Las mejores formas de frenar el despilfarro y alargar el tiempo de vida de los productos.

Artículo escrito por "Anónimos de Arán"/
anonimosdearan@hotmail.com

...al paso que van,
no tardarán en
desembarcar por
aquí...

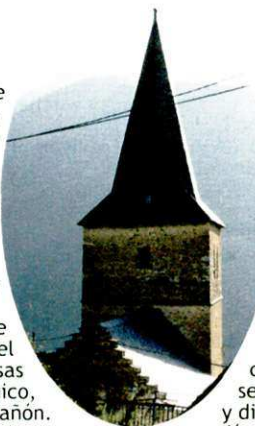
Tendremos que
comprar sacos de
basura...



Casau

De la demarcación de Castiero. Se encuentra a 1.103m de altitud, dominando un amplio y bello panorama de la parte alta i media del Valle de Aran. Antiguamente estaba agregado a Gausac y cuando este se agrego, en 1970, al de Vielha-Mijaran, Casau también lo hizo. Su primitivo aislamiento se ha visto afectado por el crecimiento de Vielha, afectando y sobreponiéndose a sus viviendas más antiguas.

La iglesia parroquial, de Sant Andréu, se encuentra en el extremo de poniente del núcleo urbano, tras recorrer sus tortuosas y pendientes calles. Es de origen románico, con una nave rectangular y vuelta de cañón. El ábside fue sustituido por el presbiterio cuadrado, y la portada de mediodía es gótica, con cuatro arcos apuntados en degradación, sostenidos por pequeñas columnas con dos pequeñas bases. El campanario es de torre cuadrada, muy robusta, con tres plantas. En su interior se guardan varias piezas valiosas, como la pila bautismal, de mármol gris, del siglo XII, una talla románica de la Virgen, una cruz procesional de plata sobredorada, del siglo XVI y los



Santos Andrés y Jaime, patrones de la población. Además hay otros artículos de valor del siglo XVI y XVII.

Se han encontrado restos romanos, como un cippus incompleto, con la inscripción RY / IPPUS / VSLM, que hoy en día se encuentra en la población francesa de Luchon.

El Santet de Casau se encuentra, al final de una pista forestal que encontramos, en la casería de Sant Pèr, anterior a la población, en la vertiente de mediodía del Pico Montcorbison. Allí encontramos la capillita denominada Eth Santet, lugar donde según la leyenda, desaparecieron el capellán y dieciséis ladrones que robaban animales. Los cadáveres no se encontraron jamás. En la capilla se hace una romería cada año el 2 de julio. Tiene un restaurante y tres establecimientos para dormir.

Fecha
25 Julio
30 Septiembre

Nombre
Fiesta Mayor de San Jaime
Fiesta mayor de San Andrés

Gausac

De la demarcación de Castiero, pertenece al municipio de Vielha desde 1.970.

Se encuentra a una altura de 994m. A la izquierda del río Garona y en el extremo noroeste de Vielha, al pie de las vertientes de las montañas de Varicauva. En la edad media se denominaba Gisacus o Gausacus. Su primitivo aislamiento se ha visto alterado por el progresivo crecimiento de la población de Vielha, hasta el punto que actualmente casi los dos núcleos están unidos y Gausac ha pasado a ser un barrio de Vielha.

La iglesia parroquial, dedicada a San Martín, aún destaca sobre el desnivel urbanístico; es uno de los mejores exponentes del gótico en Aran, aunque conserva algún elemento del románico. Tiene una nave de tres tramos, un atril y el ábside poligonal. Conserva una pica de agua bendita, románica, decorada con relieves de tema vegetal y una pica bautismal, también románica, muy parecida a las de Vielha y Escunhau, decorada con motivos vegetales y las figuras de un obispo y un hombre con los brazos levantados. Conserva además, una cruz procesional de plata sobredorada, un relicario de plata de 1.767 y una imagen de madera policromada de Sant Roc. La torre del campanario, del siglo XV, es de planta octogonal y tres cuerpos. El superior tiene aperturas de arco de medio punto delante de las campanas, el del medio tiene sageterios en todas las fachadas, rectos y circulares, y el cuerpo inferior, de planta cuadrada, forma un atril de entrada al templo con cuatro arcos cruzados y apuntados en nervadura que arrancan de



pequeñas ménsulas en forma de cabezas humanas. El aspecto extraordinariamente robusto del conjunto arquitectónico parece ser que es debido a una doble función de campanario y torre de defensa.

En los contrafuertes exteriores del templo hay encastrados fragmentos de una estrella romana de mármol blanco y en la rectoría hay un monumento funerario, decorado con los bustos de un hombre y una mujer bajo arcos sostenidos por columnas y representaciones de signos astrales, cosa muy frecuente en el Alto Garona.

En la "Guerra dels Segadors" fue saqueada y quemada por las tropas de Josep de Margarit. Desde Gausac, por una pista forestal asfaltada, se accede a lugares muy visitados del Valle de Aran en verano, como son: la "Bassa d'Oles", el "Pico Montcorbison" y el "Pla de Batalher", donde hay un monumento a San Francisco y un refugio forestal, además de un merendero. Además se adentra en el bosque de Varicauva.

En la Gausac encontramos restaurantes y una piscina municipal, abierta en verano, con espectaculares vistas del Valle.

Fecha
15 Agosto
16 Agosto
1er. Domingo

Nombre
Fiesta Mayor de Santa María
Fiesta Mayor de San Roque
Romería al Santet

*Artículo escrito por Jorge López
Pallarés para ARAN-NAU.*

el inglés es fácil!

Happy Halloween

Witch Jokes!!!!

Q: Why don't angry witches ride their brooms?

A: They're afraid of flying off the handle!

Q: What do witches put on their hair?

A: Scare spray

Q: How does the witch know what time it is?

A: She looks at her witch-watch.

Q: What is a witch's favorite subject in school?

A: Spelling!

Q: What did the witch do when her broomstick broke?

A: She witch-hiked!

Q: What does a witch kid want for Christmas?

A: A haunted dollhouse.

Q: Why do witches wear name tags?

A: So, they would know which witch is which!

Q: How do witches tell time?

A: With a witch watch.

Q: What do you call two witches living together?

A: Broom-mates.

Q: What does a witch ask for when she is in a hotel?

A: Broom service.

Q: What did one witch say to other when she asked for a lift?

A: "There's always broom for one more."

Q: When do witches cook their victims?

A: On Fry Day.

Q: What do you call a witch who lives at the beach?

A: A sand-witch.

Q: What do you call a motorbike that belongs to a witch?

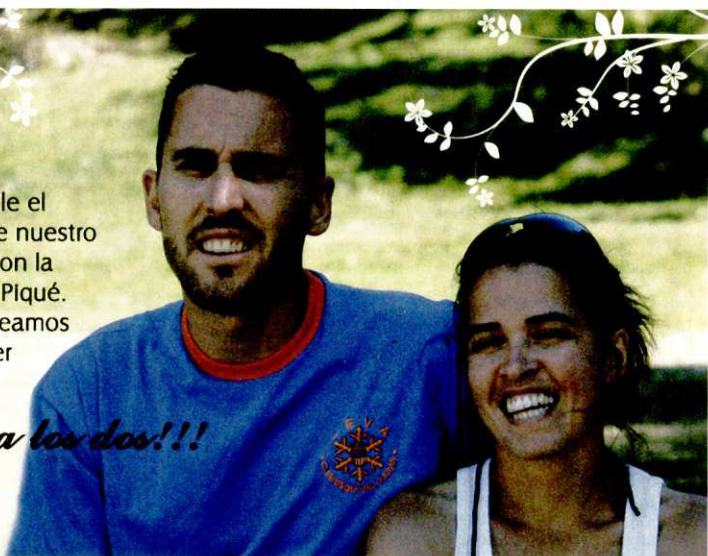
A: A brrroooooommmmm stick

Facilitado por Keith Kirwen de The English Planet

El día 11 de octubre, se cumple el primer aniversario de boda de nuestro flamante Jefe de Redacción con la encantadora Ainelda Clapers Piqué.

Desde esta redacción les deseamos que la felicidad de este primer año sea para toda la vida.

iiii Felicidades a los dos!!!



Sauco negro

DATOS:

Nombre Científico: Sambucus Nigra

Familia: Caprifoliaceae

Nombre Vulgar: Sauco negro, Sabuco, Saüc (Catalán), Saüquer (Aranés)

Hábitat: Vive tanto en bosques como matorrales, en lugares frescos y húmedos, pero también en escombreras y zonas habitadas. Desde el nivel del mar a 1.500m de altura. Es una especie pionera en la colonización de muchos lugares, ya que sus frutos son comidos por aves y las semillas se dispersan con las deyecciones.

Origen: Presente en Europa, la zona oeste de Asia y el norte de África.

Características: Planta arbustiva o pequeño arbolillo de 2 a 5 metros de altura. De copa baja y densa, redondeada. El tronco es curvo, inclinado por lo general. Sus ramas son gruesas y tienen una médula blanca y la corteza rugosa. Sus yemas son ovales, agudas y tienen 2 ó 4 escamas dispuestas de forma opuesta. Las hojas son grandes, caducas, imparipinnadas, formadas por 5 ó 7 foliolos, lanceolados, de ápice agudo y margen serrado, con el haz glabro y algo peloso en el envés.

Las flores se reúnen en corimbos densos, que aparecen después de las hojas, y que al madurar se van haciendo colgantes. Son de color blanco cremoso, el cáliz es pequeño, tubular, de 2mm de diámetro y tiene en su extremo 5 pequeños dientes. La corola, de 6mm de diámetro, tiene los pétalos soldados en la base. El androceo está formado por 5 estambres con anteras amarillas y oblongas. El gineceo tiene un ovario con 3-5 lóbulos y un estilo corto que termina en 3 estigmas. El fruto es una baya negra globosa en la madurez con 3-5 semillas oblongas y comprimidas. Florece de abril a junio y fructifica de agosto a septiembre.

Otros datos de interés: En el calendario y alfabeto céltico Ogham se llamaba **Ruis** y correspondía al último "mes" del año celta, el comprendido entre el 2 y el 29 de octubre. Árbol sagrado y muy respetado por distintas creencias, se dice que las ramas con flores cortadas la noche de San Juan tienen grandes propiedades mágicas. También se dice que, a pesar de que su madera se utiliza tradicionalmente para la confección de varitas mágicas, nunca se debe utilizar para hacer fuego, ya



que ello ofendería a los duendes y atraería a los malos espíritus. En general, se considera de muy mala suerte talarlo sin haberle pedido permiso, ya que se cree que sirve de morada a todo tipo de espíritus, que podrían enfadarse.

Componentes:

- Flavonoides (fruto y flores).
- Pectina y Taninos (fruto).
- Alcaloides (hojas y corteza).

PROPIEDADES MEDICINALES

Uso interno:

- Laxante.
- Antirreumático.
- Diurético.
- Sedante.

Otros usos: Las hojas, ramas jóvenes y flores tienen un olor un tanto desagradable, que recuerda al amoniaco. Por eso, en el pasado, se utilizaba el follaje, atado al caballo, para evitar las moscas. Su madera se utiliza en tornería.



RECETARIO

- Para tratar resfriados, gripes, enfriamientos y catarros prepararemos una infusión de flores. Con dos cucharaditas de flores frescas o secas en ¼ de litro de agua hirviendo. Se deja reposar unos minutos y se toma tres veces al día.
- La infusión de hojas tiene propiedades parecidas, pero su olor no es demasiado agradable. Se prepara de forma similar.
- Para tratar afecciones de la piel, como ecemas y dermatosis, aliviar hemorroides y quemaduras leves, realizaremos una infusión de flores y empañaremos una compresa que colocaremos sobre la zona a tratar.

- Como sudorífico (estimulante de la transpiración) y depurativo (purificador de la sangre) ingeriremos el fruto directamente, en cantidades reducidas.

- Para preparar licor de sauco, necesitamos 1,5kg de frutos, ¾ de litro de aguardiente, 750gr de azúcar, 4 clavos de especia y 1 barra de canela. Dejamos reposar 6 semanas los frutos con el aguardiente en una botella. Colamos y prensamos los frutos. Hervimos el jugo resultante con el resto de los ingredientes en una cacerola durante 15 minutos. Dejamos reposar unas semanas y ya se puede tomar.

Artículo escrito por Jorge López Pallarés para ARAN NAU



mi pequeña historia

naturaleza y espiritualidad

Hace casi tres años se celebró en el monasterio de Montserrat una reunión con el mismo título que encabeza esta colaboración. El objetivo principal de aquel encuentro era revisar el qué se entiende por protección de la naturaleza y profundizar en el debate que enfrenta a los que denominaremos intereses económicos con ese conglomerado de valores conservacionistas (aspectos culturales, filosóficos, estéticos o incluso espirituales).

En la pasada primavera se publicó un artículo sobre este tema en la revista Quercus (Número 280, página 8) firmado por el profesor Santos Casado. De este trabajo me he permitido recoger un par de ideas, con las que aportar elementos para una reflexión sobre un debate que cada día alcanza mayor espacio en los medios de comunicación.

Una primera mirada a las conclusiones de Montserrat permite indicar que no existe tal antagonismo entre economía y conservación. Los aspectos económicos son parte inseparable de las decisiones que individuos y sociedad tomamos a diario. Tan económico es utilizar un espacio determinado, por ejemplo una cierta unidad de terreno, para cultivar forraje con el que alimentar unos animales, como construir unas naves para la producción de zapatos o un camping para alojar turistas. Lo que evidentemente variaran serán los efectos a corto, medio y largo plazo y los actores que se beneficiaran de la decisión sobre el uso del terreno.

Es por ello que resulta siempre interesante analizar las razones por las que una sociedad decide conservar ciertas áreas para un puro disfrute estético combinado con el uso

recreativo que supone su visita y apreciación por personas que no residen en dicho territorio.

La apreciación que el habitante de una zona determinada tiene de los elementos que lo hacen atractivo para otros es muy subjetiva. Los cambios culturales juegan un papel decisivo en ello. Lo que resulta crítico a la hora de preparar la comunicación y divulgación de los valores positivos que son la base de la promoción turística es conocer lo que el destinatario del mensaje considera importante y valioso.

Quizás un ejemplo sirva para aclarar mejor la idea. Si se promueve una campaña para atraer visitantes urbanos a un territorio con imágenes y mensajes de espacios amplios, calles solitarias y personas desplazándose en bicicleta y es destino es una de las muchas playas superpobladas del mediterráneo en pleno verano... algo falla y seguramente el resultado de la campaña será negativo para la zona.

Por ello el conocer cuales de los distintos valores del área son apreciados por los futuros visitantes es tan importante. Paisajes de montaña, tranquilidad y silencio, agua y bosques, caminos por donde pasear, una naturaleza atractiva para el habitante de la gran ciudad, quizás por aquí debería ir el análisis antes de comenzar a promocionar el valle de Aran fuera del invierno. Y seguramente el debate debería incluir aspectos de ordenación del territorio y definición de actividades incompatibles con el objetivo de generar un producto de atractivo turístico durante los doce meses del año.

Artículo escrito por el Sr. Ximo Nieto



pour nos amis

J'ai sauvé une taupe (1er, Partie)

Actuellement, nous vivons tous dans une planète de surexcités, où les complications s'accroissent les unes sur les autres, et à part la maladie, pas mal d'entre elles, on pourrait les résoudre juste en réfléchissant un peu et en se demandant le pourquoi des choses. Tout être humain, au moment d'une grande fatigue ou d'un coup dur, il a toujours un moyen qui lui permet de faire le vide et de réfléchir, des moyens très divers, et qui ne sont pas tous indiqués pour les mêmes personnes, pour les uns, ça peut être la marche, la pétanque, le vélo, ou bien la lecture, enfin mille choses. Moi, ma façon de faire le vide et de me remettre de nouveau à lutter, c'est la pêche, assis, dans la nature, au bord d'une rivière, je laisse ma boîte à soucis au point mort, et sans penser à rien. Je regarde les multiples vagues de l'eau promener un flotteur de couleur éclatante valser une valse sans fin. Hier après un passage à vide, et très fatigué j'ai pris la décision d'aller me ressourcer auprès de ma rivière préférée : La Garonne.

Arrivé sur place ma canne en batterie, j'ai somméillé sans penser à rien, je faisais partie



du milieu où je me trouvais. J'étais devenue moitié arbre, et berge de Garonne. J'entendais chanter les oiseaux, et les canards sauvages passer en nageant tout près de moi, sans peur, considérant possiblement que je faisais partie du décor. Comme rien n'est parfait dans notre monde, j'étais dans mes rêveries, quand j'ai entendu un bruit, quelque chose qui devant moi tombait dans l'eau. Et sans me presser, je levais mon regard, et devant moi, je vis quelque chose de rare : une taupe qui tombait l'eau, et qui nageait désespérément pour remonter un courant assez fort à cet endroit là. Je la regardais avec ma tête vide et sans aucune réaction de ma part, nager comme une désespérée, essayant de couper le courant avec de petites mains blanches d'une ressemblance étonnante avec les nôtres. Toute petite noire avec ses mains blanches, et son museau en l'air, elle faisait de surplace, et sa noyade était certaine, quand je me suis levé et j'ai essayé de la sortir de sa mauvaise situation

Arriver à l'attraper avec les mains, c'est impossible, vu sa taille. Je me suis penché à l'extrême, sans résultat, alors j'ai couru à toute vitesse pour aller chercher une épuisette dans la voiture et revenir vers ma nageuse forcée. Je la trouvais 5 mètres plus bas, toujours nageant désespérément, coupant à travers les ronces tel un sanglier, un coup d'épuisette bien placé et me voilà assis sur l'herbe avec à mes côtés, la victime d'une grande imprudence certainement.

Histoire écrite par M. Jo Tarin (Cornebarrieu)
Suite dans la prochaine édition



gent d'Aran

Judit Nogueras

Nacida en Barcelona hace 33 años

lleva varios años viviendo en el Valle de Aran.

Diplomada en Fisioterapia es, desde hace 4 años, la directora del centro termal de "Baronia de Les". Entre sus aficiones se encuentra la música y los animales, en especial los perros y en particular los galgos.

¿De dónde te viene la vocación de la fisioterapia?
Pues de bien joven. Mi tía trabajaba desde hace muchos años en el centro termal de "Caldes de Boi", y ya con 17 años yo iba los veranos a trabajar allí. Me encantaba el ambiente y decidí estudiar fisioterapia, para poder dedicarme profesionalmente.

¿Y cómo viniste a la Baronia de Les?

El propietario de Caldes de Boi, el Sr. Walter Anclý, es también de la Baronia de Les. Me propusieron venir aquí, ya que se acababa de inaugurar y necesitaban una fisioterapeuta. De esto hace ya 6 años. Dos años después me ofrecieron ser la directora, y desde entonces que estoy aquí.

¿Qué le puedes explicar, del centro termal, a aquellos que aún no lo conocen?

El centro termal de la Baronia de Les es un centro abierto a todo el público. Se encuentra en un edificio moderno, nuevo y colorido, con todas las instalaciones necesarias para dar el máximo a nuestros visitantes.

Aunque en un principio sólo teníamos el circuito termal y unos pocos tratamientos, hoy en día contamos con cerca de 40 tratamientos de relajación y masaje además de estética y por supuesto hemos ampliado y mejorado el circuito termal.

En el circuito termal trabajáis con un tipo muy especial de agua, ¿no es así?

Correcto. Muy fácil de reconocer por su olor, que aunque en un principio es desagradable, tiene unas propiedades medicinales óptimas, ya que es sulfurada carbonatada sódica, muy indicada para tratamientos de la piel.

En breve esperamos que nos la reconozcan como agua mineral medicinal de utilidad pública, lo que nos permitirá ampliar nuestro mercado, ofreciendo unos servicios más terapéuticos.

Hemos hablado del centro y del agua que utilizáis, ¿y el equipo?

El equipo es otra de las cosas de la que más orgullosa y contenta estoy. Es un equipo joven y profesional, totalmente involucrado en el trabajo, lo que permite ofrecer un mejor servicio a los clientes. Además, como digo yo, son de la cantera, ya que la mayoría son aranesas.

De los muchos tratamientos que tenéis, ¿hay alguno en especial autóctono?

Sí. Es un producto de alta gama, de edición limitada, denominado CAVIAR COSMETIC. Dicho producto ha sido ideado y desarrollado en nuestras instalaciones, a raíz de trabajar con un tratamiento de caviar que tiene un gran éxito, con la colaboración de los clientes que nos exponían sus necesidades y con ello hemos podido crear este producto.

El producto lo presentaremos en diciembre e incluye una crema hidratante, un peeling, una mascarilla facial, un serum de noche y un contorno de ojos, todo ello de alta calidad, además de las instrucciones para su uso.

Cada cofre estará numerado y habrá un seguimiento personalizado con cada cliente. La venta la realizaremos directamente a través de Internet, en la página www.caviarbaroniadeles.com

Una actividad que tenéis es nocturna y tiene mucho éxito, ¿de qué se trata?

La idea surgió hace un par de años. A mí personalmente me encanta la música y la combinación del circuito termal con

música nos pareció una buena idea. La denominamos "NITCHILLTERMAS" y se trata de un circuito termal nocturno, el primer jueves de cada mes, donde se puede disfrutar, además de las aguas, de buena música, una copa de cava y de fruta con chocolate. A la gente le gusta mucho poder relajarse con las luces de las velas en nuestras piscinas escuchando música tranquila.

Alojamiento por ahora no tenéis, ¿hay algún proyecto?
Es verdad que de momento no tenemos ningún establecimiento hotelero propio, pero sí trabajamos mucho con todos los establecimientos del Valle que lo deseen. Aunque no damos un servicio de alojamiento si ofrecemos a nuestros clientes las distintas posibilidades que existen.

Hay un proyecto, aún no definido, de rehabilitar la antigua casa de la Baronia en establecimiento hotelero, al ser del mismo propietario que las termas.

Ahora que cerráis uno día, ¿debes disfrutar de unas buenas vacaciones?

Sí y no. Es verdad que ahora cerramos, del 12 de octubre hasta el 1 de diciembre, pero no me voy de vacaciones plenamente. Bajo algunos días a Barcelona para ver a la familia, pero continuo con el trabajo, de una forma más relajada. A parte durante estos días realizamos varios cursos de reciclaje todo el equipo.

Entre tus aficiones se encuentra la música y los animales, ¿qué es lo que haces con ellos?

Colaboro con una organización, www.sosgalgos.com, que se ocupa de la recogida, cuidado, adopción y posteriormente entrega a personas que lo deseen, de perros de la raza galgo. Son unos animales muy cariñosos y agradecidos que por desgracia suelen tener una mala vida, por que la mayoría de sus antiguos dueños únicamente los quieren para carreras y caza, y en cuanto ya no tienen valor para ello los maltratan. Yo me encargo de acoger a uno de ellos y durante un par de meses más o menos, lo cuido y lo adapto a una situación familiar más agradable. Todos llegan malheridos y con mucho miedo, por lo que mi trabajo es esencial.

Es un actividad que me gratifica mucho.

Las Termas de la Baronia de Les se encuentran ubicadas en el camino dera lana, s/n de Les. Tel. 973.64.87.17

Entrevista realizada por Jorge López Pallarés para ARAN NAU.



Les mascotes més comuns en les llars del nostre país són els gats i els gossos així com també els canaris o els periquitos, però en els últims anys, s'estan començant a veure animals d'altres espècies molt més "exòtiques".

Actualment no és estrany veure com a mascotes, animals com conills, fures, serps, lloros, hámsters, tortugues, iguanes...

Moltes vegades aquests animals procedeixen de països o ecosistemes molt concrets i molt diferents al que poden trobar a casa nostre. Això comporta que haguem de conèixer molt bé les necessitats de l'animal per tal de proporcionar-li la millor qualitat de vida. Una mala aclimatació sotmet a un gran stress a l'animal que en alguns casos pot arribar a provocar-li malalties o fins i tot la mort.

Abans d'adquirir qualsevol animal, al igual que amb els gats i gossos, hauríem de valorar molt bé els pros i contres així com veure si podem donar al nostre animal tot allò que necessita. Haurém de buscar també un veterinari especialista que estigui capacitat per ajudar i tractar a la vostra mascota.

Un cop decidit quin animal volem o som capaços de mantenir i havent-nos informat molt bé, sempre cal acudir a centres especialitzats on estiguem segurs que l'animal procedeix de cria en captivitat i no es tracta d'un animal caçat a la natura (molts animals exòtics procedeixen del tràfic il·legal d'animals). La botiga ens haurà de proporcionar la documentació de l'animal que ho demostrï.

Els centres especialitzats, a més, ens poden ajudar ens conèixer les necessitats de la nostra mascota i proporcionar-nos tot allò que ens calgui, des d'alimentació, habitatge, etc. Aquests centres també ens poden oferir certes garanties de salut.

Per molt que ens agradi una espècie animal, no sempre serà

possible tenir-la a casa. Moltes espècies estan protegides perquè es troben en perill d'extinció. Altres necessiten unes condicions de manteniment impossibles de proporcionar-li i per tant donar-li una bona qualitat de vida a casa. Existeixen espècies que esta totalment prohibit mantenir-les en captivitat fora d'un nucli zoològic, com pot ser el cas dels primats.

Tampoc es recomanable adquirir espècies tòxiques, perilloses o verinoses pel risc que aquestes comporten.

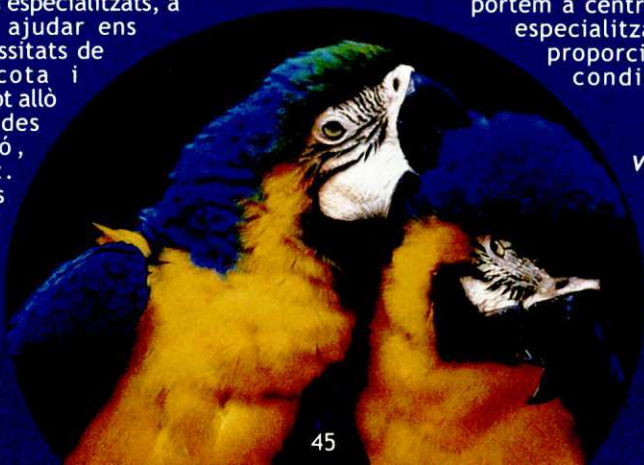
La proliferació d'aquestes mascotes també fa que siguin susceptibles de ser abandonades quan fan nosa, han crescut massa o simplement ja no fan gràcia.

Deixar al carrer, a un parc o a la natura aquestes espècies, a més d'agreujar el problema de l'abandonament de mascotes pot ocasionar greus problemes ecològics. Moltes d'aquestes espècies competiran amb les espècies autoctones pel menjar o l'habitatge poden arribar a desplaçar els animals dels nostres boscos o rius, fins al punt de poder-les fer desaparèixer. Un exemple conegut seria la proliferació de tortugues de Florida a llacs i rius o l'aparició de serps per clavegueres prèviament llençades pel vater pel seus amos.

Per altra banda, aquestes espècies nascudes en captivitat sovint no són capaces de sobreviure soles i moren ràpidament quan són abandonades.

Si arribes el cas d'haver-se de desprendre d'un animal exòtic cal que el portem a centres de recuperació especialitzats que li puguin proporcionar unes bones condicions de vida.

Angela Trócoli
Veterinària col. 3810



REFLEXIONES SOBRE LA EVOLUCION DE LA ECONOMIA

Todas las medidas correctoras que se han decidido, en todos los ámbitos de las administraciones públicas, tienen sus efectos limitados al corto plazo y ya han agotado los recursos disponibles, y poco o nada se decide para el largo plazo.

Las decisiones de carácter económico, tanto en las familias como en las empresas que se relacionan directamente con la economía familiar, (siendo estas una mayoría), se pueden ver paralizadas por el miedo a sus consecuencias en un ambiente de incertidumbre, ya que solo tenemos herramientas del pasado y todavía no tenemos las del presente, y mucho menos las del futuro, y estas son necesarias. Consisten en conocimientos, formación, información fiable, espíritu analítico y, sobre todo, adaptabilidad al nuevo entorno, y no solo al económico, ya que incluye el actualizar la escala de valores y prioridades.

Los economistas no son optimistas en general sobre el futuro, pero no importa, porque el 99 por ciento estaban equivocadas hasta entrado el año 2.007 y no habían descubierto la gestación de la situación actual, (o no la habían manifestado). A la minoría que lo hizo no le hicimos ningún caso.

La economía no es una ciencia exacta, ya que depende de múltiples fuerzas que se contrarrestan o se potencian entre sí; Una muy importante es la confianza, y las autoridades políticas tratan de propagarla.

Entre el optimismo y el pesimismo está el realismo y la objetividad, y su práctica no es sencilla.

Ahora es necesario tener previsiones fiables, y no las tenemos, pero sí que podemos intentar valorar lo más evidente y más importante de las existentes entre una docena de especialistas que publican libros en español, y que van en 3 líneas:

1.- LA DE LOS "BROTOS VERDES": Es la más optimista, y vaticina un "aterrizaje" gradual y una lenta recuperación a partir del 1er. Semestre de 2.010. España sería más lenta en su recuperación debido a sus dificultades añadidas de baja productividad, desempleo y empacho inmobiliario. Es poco explícita en la previsible evolución del empleo, del consumo, del crédito, de la posibilidad de endeudamiento de las Administraciones, de quién y como debe pagar el coste de las medidas adoptadas, (inflación, impuestos, altas tasas de interés), y de cómo se pretende lograr una mayor competitividad a nivel internacional.

Las cotizaciones actuales de las bolsas, a fecha de hoy, 15-09-09, parecen apostar por esta línea, anticipando una mejora en el beneficio de las sociedades cotizadas dentro de un plazo de entre 6 y 12 meses.

El Indicador de confianza de consumidores también ha remontado a niveles de hace 2 años, y algunos datos indican un deterioro más lento de la situación en el 3er. Trimestre que en el 2º.

Esta es la versión de las autoridades políticas.

2.- LA DEE UN DETERIORO DE LA SITUACION HASTA EL 1ER. SEMESTRE DE 2.010, SEGUIDO DE UN ESTANCAMIENTO DE ENTRE 3 Y 10 AÑOS: Sería una situación similar a la que está padeciendo Japón, la segunda potencia económica mundial, en los últimos 18 años, donde el alto nivel de disciplina, ciencia y técnica no han conseguido re-activar la economía. No llegaría a ser tan dramática como la gran depresión de los años 30, pero obligaría a cambiar nuestro sistema de vida, de consumo y de prioridades.

3.- LA DEL FIN DEL SISTEMA CAPITALISTA ACTUAL, Y CREACION DE UNO NUEVO:

La incapacidad del sistema de corregir los defectos que constituyen su propia naturaleza, hundiría progresivamente la economía hasta convertirla en una economía de subsistencia, donde primarían las necesidades básicas en detrimento de las superfluas durante un largo periodo de tiempo. La paz social se vería alterada y los sistemas políticos sustituidos por otros, y no siempre de forma pacífica.

Su fase más dramática se situaría en 2.010, 2.011 y 2.012.

La salida de esta situación, a largo plazo, y siguiendo esta línea de opinión experta, sería la reforma y conversión de los diferentes e ineficaces organismos internacionales actuales en un único gobierno económico mundial, con autoridad sobre cualquier otra estructura de gobierno, y que sentaría las bases de un nuevo sistema viable conforme a nuevos parámetros o valores emergentes.

Existe la posibilidad de que la crisis actual, y las que ya habían ocurrido, no sean más que síntomas de que hay una situación de fondo acorde con la línea 3, y que las soluciones aplicadas en cada una han sido parches para ir tirando, pero no soluciones reales a un sistema económico insostenible.

Yo me inclinaría por la línea 1, no descartando una posible peor situación de fondo que pueda quedar disimulada, pero no solucionada de forma definitiva.

15 de septiembre de 2.009

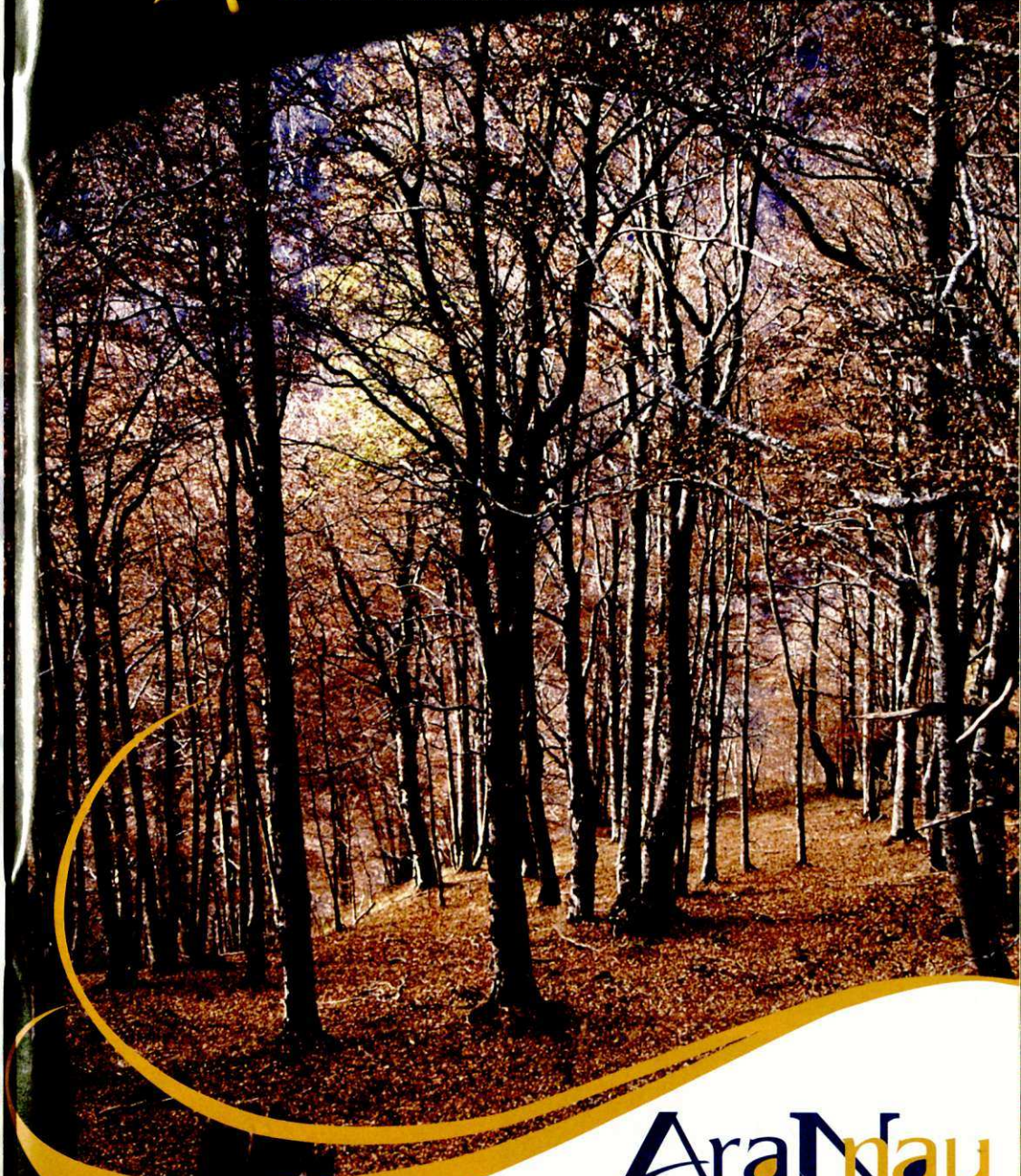
Más información en nuestra página "web"

Artículo facilitado por JOSEP TOLO I PALLAS
J. TOLO I ASSOCIATS, S. L.
www.toloassociats.com, Tel. 973 642158
Av. Castiero, 17-B, Ent. 1, 25530-Vielha

Suplemento Mensual GRATUITO

Luchon
SUPERBAGNÈRES

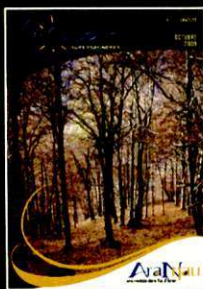
OCTUBRE
2009



AraNau
era revista dera Val d'Aran

Luchon

SUPERBAGNÈRES



J.M. EMPORTES

Foto: Office de Tourisme

Edición:

NAU ARAN S.C.P.

Impresión:

Anigraf S.A.

Maquetación y Diseño:

Alèxia Grustan.

Directora Comercial:

M^a Rosa Puig.

Director de redacción:

Jorge López Pallarès.

Tirada:

7.000 ejemplares

Depósito legal:

1-1145-08

Distribución:

Gratuita

Nau Aran, S.C.P.

no se responsabiliza del contenido de los artículos facilitados por terceras personas en esta revista.

SUMARIO	Luchon	2
	Venir a Luchon	4
	Luchon Forme et Bien-Être	6
	Sourcèa	7
	Luchon > los eventos de septiembre	9
	Índice anunciantes	10

Luchon

Situada en el corazón de los Pirineos, LUCHON está rodeada de bosques y montañas, tiene un clima apropiado para el reposo y la práctica de la actividad física.

Lejos de la contaminación y el ruido, LUCHON les ofrece la tranquilidad necesaria para unas verdaderas vacaciones. Con aproximadamente 3.000 habitantes, es una pequeña ciudad llena de vida todo el año, con mucha agua y luz. La Reina de los Pirineos, les invita al bienestar. Su ambiente único se adapta al estilo de vida de cada persona, y su variedad de actividades, permite escoger según los deseos de cada uno.

Luchon se conjuga con Salud, Deportes, Ocios, Animaciones y Cultura.

Salud: La Estación Termal de los Pirineos es una de las primeras de Francia, especializada en los tratamientos de Otorrinolaringología, Vías Respiratorias y Reumatología. El Centro «Luchon Forme et Bien-être» permite a gran cantidad de personas, cada año descubrir los beneficios del turismo de salud en el entorno termal, en particular «el vaporarium» (una cueva dentro de la montaña), hamam natural único en Europa.

Los deportes de invierno: con dos estaciones Superbagnères y Peyragudes. Superbagnères está enlazada por un telecabina con el centro de la ciudad, que permite un acceso directo a las pistas en tan solo 8 minutos.

Los deportes de verano y otras opciones: con multitud de actividades: un río de aguas vivas, piscina, tenis, golf, parapente, bicicleta de montaña, senderismo con mas de 25kms de senderos señalizados, vuelo a vela, vuelo con motor, vuelo montaña.

Las animaciones: con unas 600 fiestas organizadas durante todo el año y sus grandes eventos, como la famosa «Fiesta de las Flores», el último domingo del mes de agosto y el «Festival Internacional de Películas para Televisión», que tiene lugar en el mes de Febrero. Sin olvidar los cines, discotecas y el Casino, situado en un edificio del siglo XIX.

La cultura: con el Museo de Artes y de las Tradiciones Populares del País de Luchon, la Biblioteca, las visitas del casco antiguo de Luchon y las Iglesias Románicas de su Valle.

Parfumerie



Passion

Esthétique

Beauté

Parfumerie Esthétique

Danièle

24 allés d'éigny - 31110 - LUCHON

05 61 79 11 68

Luchon
MAIRIE DE LUCHON

9 hoyos (par33)

Campo de Golf de Luchon

Route de Montauban - 31110 Luchon

☎ 00 33 561 790 327



Restaurante «El Fairway»

	Abril, Mayo, Junio, Septiembre, Octubre	Julio y Agosto
--	---	----------------------

Green Fee semana	1 persona	25 €	30 €
	1 pareja	28 €	36 €
Green Fee fin de semana	1 persona	42 €	53 €
	1 pareja	48 €	67 €
Tarjeta de 7 Green Fees (Utilizables todos los días de la semana)		128 €	163 €
Tarjeta de 12 Green Fees (Utilizables todos los días de la semana)		216 €	252 €
Forfait Curativo (18 días consecutivos, con justificante balneario)		240 €	240 €
Alquileres diversos	Carros	5 €	
	Club	2 €	
	1/2 serie	10 €	
	Prácticas	2 cubos bolas	5 €
		11 cubos bolas	18 €

venir a Luchon

En coche:

Desde Barcelona
(via, Lleida, Vielha) 350 Km

Desde Madrid
(via Lleida, Viela) 590 Km.

Desde San Sebastian
(via Bayona Pau) 290 Km

Desde Valencia
(via Lleida, Vielha) 541 Km

En tren:

Informaciones SNCF
Tel.00 33 561 79 0336

En avión:

Aeropuerto de Toulouse/ Blagnac
140 Km

Telefónods de interés

Oficina de Turismo de Luchon
0033 561792121
Central De Reservas
0033 561795959



CINESPAÑA 09

8ª EDICIÓN DEL FESTIVAL DE CINE
ESPAÑOL DE LUCHON

DEL 8 AL 11 DE OCTUBRE

8 películas inéditas en cartel

Homenaje a Pedro Almodóvar

Actuación de Carmen Maura con "carta blanca"

Exposición de Fotografía sobre el tema @Diva » en el Museo de Luchon.

Velada de clausura el sábado día 10 de octubre, con un concierto a cargo de Bernardo Sandoval.

Información : www.cinematluchon.com

Tel. 00 33 561 70 00 52



Luchon

**Cinéma
REX**

du 08 au 11 octobre

CINESPAÑA 09

Luchon Forme et Bien-Être

DOS ESPACIOS DE PUESTA EN FORMA Y DE BIENESTAR A DOS PASOS DE LA
VAL D'ARAN

Amigos de la Val d'Aran, de España y de Cataluña :

- Vengan a relajarse
- Disfruten de nuestras aguas termales, nuestros cuidados personalizados y de un hammam natural descubierto por los romanos en la antigüedad llamado el "Vaporarium".



En un lugar único se encuentran :

- Historia,
- Arquitectura,
- Bienestar,
- Puesta en forma ...



Se habla castellano



¡ Les esperamos !

Vitaline
Sourcéa

Deux espaces pour votre plaisir

Luchon Forme et Bien-Être

Cours des Quinconces

31110 Bagnères de Luchon - FRANCIA

Tél : + 33 5 61 79 22 97 / Fax : + 33 5 61 79 72 41

info@thermes-luchon.fr www.thermes-luchon.fr



Las citas Bienestar Sourcéa

Necesario reservar

La cita « Sourcéa Douceur »:

Hamam, piscina de chorros, Aerobaño con aceites esenciales, aplicacion cervical de barro, Tratamiento « manos suaves »

La cita « Sourcéa Energie »:

Hamam, piscina de chorros, Baño hidromasaje, aplicacion cervical de barro, ducha de chorros manual.

La cita « Sourcéa Anti-stress »:

Cursillo de relajacion, hammam, piscina de chorros, gran baño hidro relajante o la aplicacion de barro sobre la nuca y los hombros.

Los tratamientos

El hamam para relajarse y eliminar toxinas (10 mn)

La piscina de chorros con agua mineral del monte (15mn)

El aerobaño burbujante con aceites esenciales relajantes (15mn)

El baño hidro-masaje tonico con chorros que siguen las lineas de los musculos (15mn)

El gran baño (20mn)

*La aplicacion cervical de barro calmante y relajante con barro caliente (15mn)

*La ducha de chorros manuales con efecto tonico activa la circulacion sanguinea. Eficaz contra la celulitis (5mn)

*El tratamiento manos suaves hidratante y suave. Baños de manos en vapor sulfurado seguido de un aplicacion de crema (15mn)

*El cursillo de estiramientos y relajacion basado en tecnicas anti-estrés , mejora le relacion cuerpo-espitu.

Suplementos : Masajes manuales realizados por masajistas profesionales y tratamientos de belleza tambien hechos por esteticistas diplomadas con productos naturales a base de plantas y oligoelementos





Sourcèa

A partir del 19 de Octubre VITALINE está en obras por reformas.

El nuevo Vaporarium con sus nuevas instalaciones le esperan a partir del 1º de enero.

Es el momento para descubrir Sourcèa y sus cuidados personalizados abierto hasta el 11 de noviembre.

A partir del 5 de diciembre abriremos de nuevo. Venga a SOURCÈA a relajarse

¡le esperamos!

era primavera

Bolsos

Cinturones

Complementos

Artículos de viaje



Parrilladas a la piedra

Raclettes al fuego de leña

Deliciosas Fondues

ABIERTO TODO EL DIA

30, Allées d'Etigny
31110 LUCHON
Tel. 00 33 561 945 945
www.lacremillere.fr



Supermercado

SUPERMERCADO ASUN

paseo eduard aunós 12
25550 BOSSOST
tel. +34 973 64 73 55

LUCHON : LOS EVENTOS DE OCTUBRE



➤ **Exposición de setas**

Sábado 3 y domingo 4 de octubre

de 10 a 12 horas y de 14 a 18 horas – Pavillon Normand

Organizada por la asociación « Los Amigos de la Naturaleza »



➤ **6° « Vide Grenier Braderie Brocante »**

Domingo 4 de octubre

De las 9h a las 18h – Parque Termal

LUCHON

6^{ème}

ème

“Vide grenier”

➤ **Festival Cine Ibérico (Cinespaña)**

Del Jueves 8 al Domingo 11 de Octubre

Competición oficial: 8 largometrajes recientes - Retrospectiva a Pedro Almodóvar

Gala de clausura con Bernardo Sandoval en concierto

Turismo de Luchon: 00 34 561 792 121 - www.cinimaluchon.com

➤ **Concurso de caballos**

Sábado 17 de octubre - Cinódromo de Luchon

Organizado por los « Haras de Tarbes » y la asociación los “Equidés du Luchonnais”

➤ **« Feria de la Toussaint »**

Sábado 24 de octubre

Feria artesanal y de tradiciones - Exposición de bovinos - Animaciones musicales

La **FOIRE** 2009
de **LUCHON**

exposición minerales

El pasado 11, 12 y 13 de septiembre se celebró en la Sala Henri Pac del Casino de Luchon, la 6ª Exposición de Minerales, Fósiles y Piedras Talladas.

El salón organizado por la AGMVL (Association Minéralogique et Géologique des Vallées du Luchonnais) tuvo como cada año una gran asistencia de visitantes, amantes de los minerales.

En la exposición que contaba con 18 stands con profesionales venidos de todas partes de Francia, de Alemania, Italia y China, hemos podido admirar toda clase de minerales de todo el mundo.

También excelentes joyas de diseño realizadas con las preciadas piedras. Un verdadero colorido y belleza para la vista y una auténtica tentación para los bolsillos, aunque se pudieron encontrar piezas que se adaptaran a todas las economías.

Esta exposición hace las delicias de todos los coleccionistas y aficionados a la mineralogía.

**Felicidades a la Organización
y ¡ Hasta el próximo año !**

M^a Rosa Puig
Para Aran Nau



Beliga Peremartí



Complements
Infantils

c/ Pietat, 2
Tel. 973 64 82 43
BOSSÒST (Val d'Aran)

La revue de la Vallée d'Aran, avec un supplément de la ville de Luchon c'est une revue mensuelle de distribution gratuite. Il y a huit ans que nos annonceurs nous font confiance. Demandez nos tarifs de prix, et tous les renseignements et notre commercial M^e Rose Puig viendra vous visiter. Nous vous attendons
TEL. 00 34 973640487 Portable : 0034 669 75 66 77



índice anunciantes

BOLSOS-
COMPLEMENTOS-
REGALOS

Era Primauera 8
(Bossòst)

GOLF 3
Campo de Golf de
Luchon

PERFUMERIAS Y
ESTETICA 2
Danielle Perfumerie
(Luchon)

RESTAURANTES 8
La Cremaillère
(Luchon)

SUPÉRMERCADOS
VINOS 8
Supermercado Asun
(Bossòst)

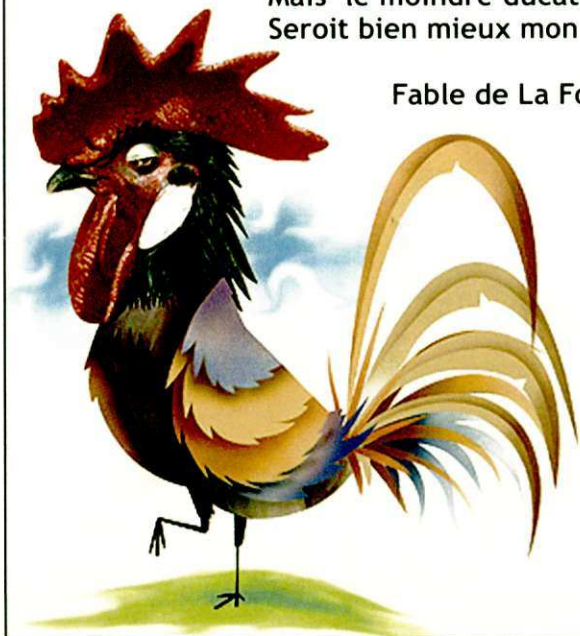
TERMAS 6
Vitaline- Surcea
(Luchon)

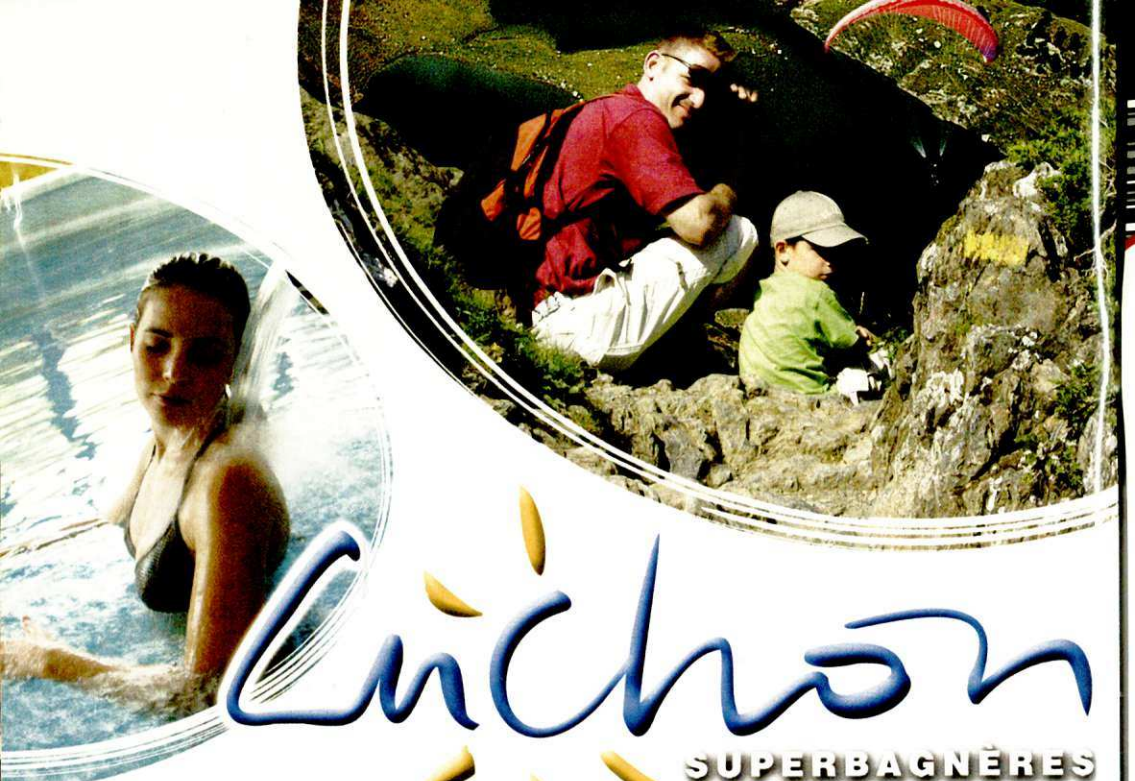
LE COQ ET LA PERLE

Un jour un Coq détourna
Une perle qu'il donna
Au beau premier Lapidaire.
Je la crois fine, dit-il,
Mais le moindre grain de mil
Seroit bien mieux mon affaire

Un ignorant hérita
D'un manuscrit qu'il porta
Chez son voisin le Libraire.
Je crois, dit-il, qu'il est bon,
Mais le moindre ducaton
Seroit bien mieux mon affaire

Fable de La Fontaine





Luchon

SUPERBAGNÈRES

4 estaciones de felicidad



www.luchon.com

Marketing & Image - Cédric Gagnier - 07

Índice anunciantes

ALQUILER MAQUINARIA

Calvo (Vielha)

19

ABOGADOS

Yolanda Amieíl Sangüesa

5

ASESORIAS - GESTORIAS

Cadion (Vielha)

25

J. Toló i Associats

5

Eth Bureu (Vielha)

29

BALNEARIOS - TERMAS

Termas Baronia de Les (Les)

11

as Termas del Refugi (Vielha)

30

BARES - PUBS

La Rotonde (Luchon)

3

BORDADOS Y SERIGRAFIA

Alex Navarro (Vielha)

25

CARPINTERIAS - MADERAS

Tabau. Ramirez (Era Bordeta)

21

Fusteria Clapers Piqué (Vielha)

9

CARPINTERIA ALUMINIO- PVC

CRISTALES

Vidres Viola (LLeida)

9

CONSTRUCCIONES

Anpema 2001 (Bossòst)

15

Cubiertas y Pizarras de Arán

11

(Vielha)

Const. José Rodríguez (Gausac)

21

Const. Peón Camino (Vielha)

11

Kevin Lyon (Const. De Tejados)

17

DISEÑO GRAFICO

Publigraf (Vielha)

15

Hei Comunicación (Vielha)

35

CORTINAS y TAPICERIAS

Magatzems Sant Jordi (Lérida)

5

DECORACION y MUEBLES

Carmen Caubet (Vielha)

15

Mobles Comenje

35

Floc de Nheu (Vielha)

23

ELECTRODOMESTICOS

Electrónica M. Perailes

15

ESCUELAS

Escola Musicau Val d'Aran

15

(Vileha)

FLORISTERIAS y JARDINERIA

Flors e Floretes (Vielha)

17

Pradel Horticulture l (Luchon)

23

Jairo José Piñero (Vielha)

17

FONTANERIA- ELECTRICIDAD

Fontaneria Busquet (Les)

19

FOTOGRAFIA

Aran Color (Vielha)

19

HOTELES

Eth Refugi d'Aran (Vielha)

30

INGENIERIAS

Farré Comercial

19

INFORMATICA

Cintelcom (Vielha)

17

Vielha Computer (Vielha)

5

INTERIORISMO

Comercial Ramos (LLeida)

17

INMOBILIARIAS -PROMOTORES

Eth Puntet (Vielha)

30

Fincas Saplan (Les)

31

Aran Casa (Vielha)

25

Alti Inmo (Luchon)

3

Sebasaran

5

LAVANDERIAS- TINTORERIAS

Jonerick

27

SERVICIOS -MANTENIMIENTO-

LIMPIEZA

Jairo José Piñero (Vielha)

17

LIMPIEZA DE CHIMENEAS

Limpiezas de Chimeneas (Sort)

23

MEDICINA. ESTETICA

Dra. M^a José Cutando (Vielha)

14

Montestetic Silvia (Vielha)

19

MODA - LENCERIA

Novetats Codina (Bossòst)

29

Boutique Mainadera (Les)

17

PINTORES

Pinturas Nassare (Bossòst)

21

Jairo José Piñero (Vielha)

17

PELUQUERIAS

Carmen Sicart (Vielha)

15

POMPAS FUNEBRES

Funeraria Borrás (Vielha)

9

Funeraria Saura (Vielha)

17

REGALOS -COMPLEMENTOS

Carmen Caubet (Vielha)

15

RESTAURANTES

El Acebo (Vielha)

30

Sal i Pebre (Bossòst)

21

Era Tiurna (Les)

13

ROPA INFANTIL

Diablillos (Vielha)

23

Boutique Mainadera (Les)

17

TALLERES AUTOMOVILES y

BICICLETAS

Talleres Garona (Vielha)

21

Talleres Philippe (Bossòst)

23

TRANSPORTES

M R W (Vielha)

17

TELEFONIA

Cintelcom (Vielha)

17

Electrónica Perailes (Vielha)

15

VETERINARIOS

Aran Veterinaris (Vielha)

21

Hèires ramadères dera Val d'Aran

OCTOBRE

Dia 4

Hèira deth shivau e 6au concors morfologic
deth shivau pirenènc – *catalan de Bossòst*

Dia 5

Hèira deth bestiar de Bossòst

Dia 6

Hèira deth bestiar de Les

Dia 7

Hèira deth bestiar de Salardú

Dia 8

Hèira deth bestiar e 23au concors deth
bestiar de Vielha

Eth Conselh Generau d'Aran aufrís
tastets de carn dera Val d'Aran pendent
es esdejuars de cada hèira.

www.aran.org