

era revista dera Val d'Aran

R. 9498

UAB
CEDOO
bonatju
Revista Mensual GRATUITA

Aran Nou

ABRIL
2009



Suplemento

L'Arçon
SUPERBAGNÈRES

Cultura Miei Ambient

Pagesia Joenessa

Patrimòni Transport

Proteccion Cívica Torisme

Salut Economia

Comèrc Naues Tecnologia

Espòrts Infraestructures Lengua

Conselh  Generau d'Aran

comprometudi damb totes es persones

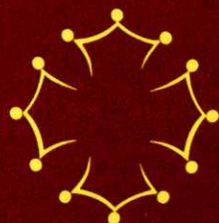
URTAU

TAPAS & PINCHOS

BOSSÒST

ARTIES

VIELHA



www.sebasaran.com

617 578 854

ASESOR INMOBILIARIO

Inmobiliaria del Valle de Aran y Costa Blanca



VIVIENDAS EN GESSA ALTO ARAN

ALTO STANDING
ESTILO ARANES
AMPLIOS ESPACIOS
ACABADOS DE GRAN CALIDAD
EXCELENTES VISTAS

QUEDAN UNA CASA Y
TRES PARTAMENTOS, TIPO
DÚPLEX CON JARDÍN

OFICINA DE VENTAS EN EL
MISMO EDIFICIO.

TEL. 639 006 201

PROMOTORA CAPIERA, S.L.
TEL: 629 449 728
660 402 528



Vidres Viola

vidresviola@vidresviola.es

Tel. 973 108 108

Fax 973 108 118

AraNau

era revista dera Val d'Aran



Portada: Lauanetes
en primavera
Foto: ARAN NAU

Edición:

NAU ARAN S.C.P.

Impresión:

Anfigraf S.A.

Maquetación y Diseño:

Alèxia Grustan.

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
- 11 Actividades de montaña
- 12 Trucos varios
- 13 CEVA
- 14 Medicina y Estética
- 16 Consejos de Osteopatía
- 20 El Sommelier
- 22 Recetario
- 24 IES Aran
- 26 Mili Aranesa
- 28 Pasa ratos
- 30 Gent d'Aran
- 32 Era Val de d'auti tempsi
- 34 Horarios Autobuses
- 36 Anuncios económicos
- 40 Teléfonos de interés
- 42 Cómic
- 44 Humor
- 47 Horoscopo
- 48 Eco-Gestos
- 50 Pueblos de Aran
- 51 El ingles es fácil
- 52 Frutos del bosque
- 54 Mi pequeña historia natural
- 56 Pour nos amis
- 57 Mascotas
- 58 Temas de asesoría
- 73 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



**VIELHA
COMPUTER**

UN MUNDO A TUS PIES

Av. Castiero Nº15, L.13
25530 Vielha - Lleida
Telf: 973641053
Fax: 973642969
info@vielhacomputer.com
www.vielhacomputer.com

Servicios Informáticos
Mantenimiento - Reparación
Desarrollo de Páginas Web's
Ciber Cafe - Formación
Servicios a Empresas y Particulares
Venta de Equipos y Accesorios
Consumibles
Distribuidores Software 



Servicios en:
Valle de Aran
Pont de Suert

T&A
TOLO
ASSOCIATS
ASSESSORIA INTEGRAL
GARANTIA DE QUALITAT

Horario ininterrumpido de 9 a 19 horas
Atención telefónica permanente
Proximidad
Bolsa de trabajo gratuita
Servicios garantizados



YOLANDA AMIELL SANGÜESA
Abogada

Teléfono 973 64 17 22
yolanda@aranweb.com

**NO DUDES EN CONTACTARNOS
ENCONTRAMOS SOLUCIONES**

BUFETE JURÍDICO CONESA Y ASOCIADOS
Abogados, graduados sociales y economistas



Av. Castiero, 17 Entlo 1 · 25530 VIELHA (España)
Tel. 973 64 21 58 · jose@toloassociats.com · www.toloassociats.com

Er aeropòrt d'Alguaire aproparà eth torisme internacionau entà Aran e eth Pirenèu

Er aeropòrt d'Alguaire serà era pòrta d'entrada deth torisme internacionau entara Val d'Aran e eth conjunt deth Pirenèu catalan ena estratègia de comercializacion qu'era Generalitat amie a tèrme damb era metuda en marcha dera naua infraestructura. D'aguesta forma, Aran profitarà entà apregondir eth sòn projecte d'internacionalizacion deth torisme entà atrèir nau mercats. Atau ac an anonciat eth sindic **Francés Boya** e eth director generau de Pòrts, Aeropòrts e Còstes dera Generalitat, **Oriol Balaguer**, en ròda de premsa. Totun, er aeropòrt "daurís ua naua etapa" enes comunicacions damb eth Pirenèu e en impuls dera economia locau, segontes Balaguer.



Andòrra e Aran estreissen es relacions institucionaus



Eth sindic d'Aran, **Francés Boya**, a rebut ath Cap de Govern d'Andòrra en foncions, **Albert Pintat**, de visita entà Aran, ena sedença deth Conselh Generau en Vielha. Andú representants an arribat ar acòrd de refortilhar es relacions entre andús territòris en matèries comunes coma eth torisme, era nhèu, era prevencion e gestion deth risc de lauegi e d'utes pes quaus andues administracions pòden intercambiar experiències. Era figura de regulacion poderie èster un protocol marc de colaboracion qu'amassaria a representants d'andús govèrns. D'aguesta forma, Andòrra e Aran trabalhen per un espaci comun pirenenc de trobada, amassa damb es auti parçans, entà pr'amor d'afrontar de forma unitària es preocupacions transversaus e es ahèrs que compartissen.

Eth Conselh Generau signe un acòrd damb Càritas pes persones desfavorides

Eth sindic d'Aran, **Francés Boya**, e era presidenta de Càritas Parroquiua de Vielha, **Montse Moga**, an signat un convèni de colaboracion entre eth Conselh Generau e era entitat sociala entà pr'amor de garantir era proteccion sociala des persones e es familhes desfavorides e en risc d'exclusion. D'aguesta forma, eth Conselh Generau hè ua aportacion economica annau ara entitat sense interès lucretiu, fòrtament arraitzada en Aran, en vertut deth sòn caractèr benefic e assistencial e des competències e es programades dera maxima institucion a favor des collectius d'Aran afectats per desparièrs problèms de caractèr socioeconomic.



Turisme Val d'Aran

Activitats gèr, hereuèr e març

ERA OLHADA 1 de març

1^a Degustacion d'òlha aranesa en Beret, tamb era participacion de 9 restaurants.

HÈIRAS

FITUR

Madrid - 28 gèr-1 hereuèr

NAVARTUR

Pamplona - 20-22 hereuèr

SALÓN MAHANA

Toulouse - 27 hereuèr-1 de març

FIETS & WANDELBEURS

Ámsterdam- 28 hereuèr-1 març

ITB

Berlin - 11-15 març

DESTINATION NATURE

Paris - 27-29 març

VIATGES DE PREMSA E FAMILIARIZACION:

EURO NEWS

20-23 gèr

TV reportaje sobre la Val d'Aran

TTOO HOTEL BEDS

22 gener

39 touroperadors

CATALUNYA BLANCA

11-13 hereuèr

Televisió, programa primer canal de TV russa

INTERESSIERTE PRESSEREISE KATALONIEN

25-29 març

PRESENTACIONS

DESTINACIONS TURÍSTIQUES ESPORTIVES DE
TURISME DE CATALUNYA E ETH FC
BARCELONA 2009

23 hereuèr



Eth Conselh Generau e era Generalitat apòsten per ampliar e reformar er

Eth sindic d'Aran, Francés Boya, e era conselheira de Salut dera Generalitat, Marina Geli, que visitèc era Val d'Aran, compartissen eth besonh d'ampliar e reformar es dependències der **Espitau Val d'Aran** entà afrontar es besonhs sanitaris des pròplèu 25 ans. Eth Conselh Generau elabòre un **Plan Funcionau e Financèr** entà amiar entà d'auant aguesta accion, que compdarie damb era colaboracion decidida deth Govern catalan, atau coma a assegurat era conselheira Geli. Era prioritat dera planificacion passe per refortilhar er airau d'urgències, adequar eth blòc quirurgic, sustot en encastre dera traumatologia, e afrontar damb servicis de guariments palliatius er envielhiment dera populacion. Tanben se contemple era incorporacion der airau sociosanitari, en tot balhar coerència ath recinte qu'acuelh tant er Espitau coma era residència geriàtrica. Un des objectius principaus ei resòlver eth 70 % des atencions en Aran, sense besonh de derivar-les entà dehòra.



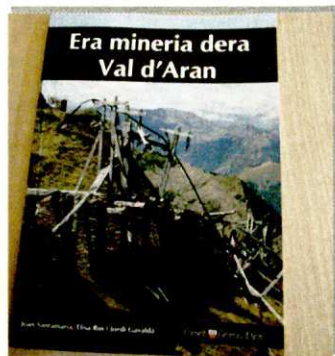
Es grops aranesi meten en comun es bases dera prepausa de lei d'Aran

Es grops deth Conselh Generau d'Aran (UA, CDA e PRAG) s'an tornat a amassar aué, en Departament de Governacion dera Generalitat, per miei des sòns representants politics e des juristes delegadi entara redaccion dera naua Lei d'Aran. I an assistit eth sindic d'Aran, Francés Boya, e eth conselher Rufino Martinez, per Unitat d'Aran, eth conselher Carlos Barrera e eth secretari generau de CDA, Alex Moga, per Convergència Democratica Aranesa, e eth conselher José Antonio Bruna e eth representant Rafa Hinojosa, peth Partit Renovador d'Arties - Garòs. Era amassada a servit entà mèter en comun es punts der articulat de prepausa de lei que toti tres compartissen e que representen era màger part deth redactat. Entre aguesti, destaquen era volentat de mantier Aran en sòn encastre territorial, atau coma de blindar es competències dera maxima institucion e de garantir era sostenibilitat deth sistèma de finançament e deth desplegament der autogovern enes pròplèu ans per miei dera creacion, enes pressupòsti dera Generalitat, d'un hons de cooperacion economica damb eth Conselh Generau.



Eth Conselh Generau publike un libre sus era mineria dera Val d'Aran

Eth sindic d'Aran, Francés Boya, presentaren ena sedença deth Conselh Generau, eth libre **Era Minerìa dera Val d'Aran**, escrit per Joan Santamaria, Elisa Ros e Jordi Galvàdà. Eth libre sage de recuperar era istòria d'ua part fòrça important ena activitat economica dera Val d'Aran a començaments deth sègle XX, quan era economia familiar se basaua ena ramaderia e era agricultura de subsistència. Era òbra, publicada peth Conselh Generau damb eth supòrt des Departaments d'Agricultura e Economia dera Generalitat e eth programa Interreg IIIA Espanha-França, da a conèisher era indústria minèra ena societat aranesa e, damb era, era arribada dera revolucion industriau en país. **Era Minerìa dera Val d'Aran** recuelh un inventari complet deth patrimoni minèr aranès damb era descripcion des mines més importantes, tant des deth punt d'enguarda geologic coma istoric.



Ejercicio físico sin esfuerzo ni transpiración Bienestar sin límites

Después de 10 minutos se puede ir tranquilamente a su trabajo o donde Vd., quiera, y es como si hubiera hecho una hora de gimnasia, remodelando su cuerpo sin esfuerzo.

Proexille "Vibration" comunica por todo el cuerpo una acción mecánica que favorece la activación de los procesos metabólicos, el aumento de la circulación de la sangre en los tejidos y mejora el balance corporal sin variar la frecuencia cardiaca, en un corto período de tiempo.

Puede ser utilizado por personas de edades y condiciones físicas muy diversas, desde el joven en buen estado físico, hasta las personas de cierta edad y sin preparación física previa. Ideal para combatir la osteoporosis.

Tiene diferentes indicaciones según la frecuencia de vibración utilizada. Podemos aplicar frecuencias bajas para conseguir relajación y un efecto antiestrés, mientras que a altas frecuencias el efecto es el contrario.

PROEXILLE "Vibration", se utiliza como complemento a los tratamientos de:

Adelgazamiento, dietas, anticelulíticos, postpartos y para tratar problemas circulatorios.

Tonificación muscular y drenaje para combatir la flacidez natural por el paso de los años o por haber seguido una dieta, o antes y después de intervenciones quirúrgicas de liposucción.

Pida cita en Masajes Lidia de Ctra. De Gausac, 14 bajos. Tel. 973642005 y pruebe este novedoso sistema para ponerse en forma.

En el próximo número Lidia nos aconsejará sobre tratamientos faciales para estar "resplandecientes" esta primavera. Prepárese para las comuniones y bodas.



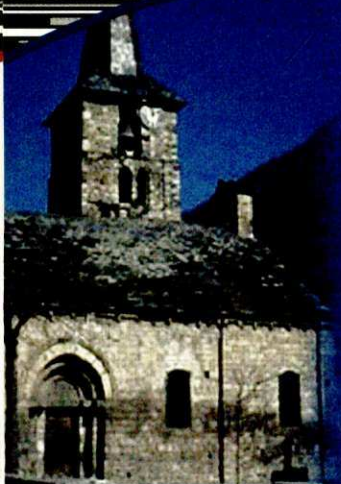
Masajes y Estética

Ctra. Gausac 14, bajos 2
Telf. 973 64 20 05

25530 VIELHA - Val d'Aran

semana Santa

BOSSÒST 2009



DOMINGO 5 DE ABRIL

12,30 h. Celebración de la Misa, y a continuación bendición de Ramos

JUEVES 9 DE ABRIL

20,30 h. Solemne Misa en la Iglesia de Santa María, con la participación de los Armados.

VIERNES 10 DE ABRIL

10.00 h. Procesión del Vía Crucis

19.00 h. Santa Misa en la Iglesia de Santa María

22,30 h. Procesión del Santo Entierro

SABADO 11 DE ABRIL

23.00 h. Santa Misa en la Iglesia de Santa María

DOMINGO 12 de ABRIL

12,30 h. Santa Misa en la Iglesia de Santa María y a continuación Procesión del Santo Encuentro

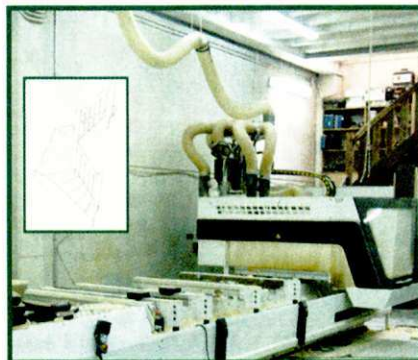
2ª EDICION DE LA EXPOSICION DE FOTOGRAFIA

Del 8 al 15 de Abril, en la Plaza de la Iglesia de Bossòst se celebra la Exposición "CENT ANS DE PROCESSIONS"

Escunhau

nueva biblioteca

El pasado mes de marzo, se inauguró la nueva Biblioteca de Escunhau/-Casarilh, situada en el local de la Asociación Cultural. Gracias al esfuerzo personal y sin ánimo de lucro de personas de esta Asociación la ayuda económica de la Diputación de Lleida, los pueblos de Escunhau y Casarilh ya pueden contar con una Biblioteca pública. Antonia Benedito, Isa Estampa, Montse Solá y Ana Artiaga, han contribuido con su dedicación, a conseguir este proyecto, uno de los muchos que lleva a cabo la Asociación Cultural.



FUSTERIA CLAPERS & PIQUE



Carpintería en general
Muebles a medida
Especializados en escaleras compensadas

**TRABAJAMOS CON MÁQUINA
DE CONTROL NUMERICO**

Pol.Ind. Aiguaprims, nan 6
25530 - VIELHA (Val d'Aran)

Tel/Fax 978 640 530
claperspique@claperspique.com

SENDERISMO EN EL BAISH ARAN

Bonita excursión, en la variante nº 2 del GR-211 por los pueblos del Bajo Aran, con bonitas vistas de las poblaciones de Les, Bausén y Canejan y paisajes magníficos, como el Macizo de la Maladeta, el Forcanada y Pico Rusell entre otros. De dificultad mínima técnicamente y de preparación física media. Como en todas las excursiones recomendamos ir acompañados de un guía si no se tiene experiencia en montaña.

RUTA: Salimos desde la población de Les, caminando, por la N-230 en dirección a Francia hasta llegar a la salida del pueblo, frente a las naves industriales. Tomamos una pista forestal a la izquierda, dejando a la derecha un hostal. A los 50m dejamos la pista y vamos planeando por un camino hasta llegar a una bifurcación. Giramos a la izquierda en fuerte pendiente, dejando el camino principal. A nuestra izquierda dejamos unos prados y una borda. El camino zig-zaguea para salvar el fuerte desnivel.

Llegamos a una borda en ruinas, que dejamos a la izquierda, y un poco más allá de la misma nos encontramos otra bifurcación. Giramos a la izquierda dejando el camino que va a los prados. Seguimos hasta llegar a otra borda y otra bifurcación. En ella nos vamos por el camino de la derecha, en llano. Pasamos una borda más y seguimos hasta llegar a un gran roble, a la derecha del camino. En este punto y tras pasarlo giramos a la izquierda, hacia el norte. Pasamos un hilado eléctrico, que atravesamos con cuidado, y llegamos hasta otra borda en ruinas, dejándola a la derecha.

En el siguiente cruce que encontramos tomamos el camino de la derecha, que planea en dirección sur, hasta llegar a un cortado que bordeamos, pasamos una barrera y seguimos recto en bajada, hasta llegar a una borda en buen estado. Desde esta vemos otra, en el noroeste a la cual nos dirigimos, y que al llegar dejamos a la derecha y nos vamos rectos al bosque. Llegamos a un claro y ya vemos Bausén, a la izquierda. Seguimos por nuestro camino, dirección noroeste, hasta llegar a otra casa, dejándola a la derecha. Vemos **Bausén (945m)** al fondo y hacia él nos dirigimos de bajada. Llegamos a un puente de madera que cruzamos y subimos hacia el pueblo hasta llegar a un cruce de pistas. Entramos al pueblo y al llegar a la primera fuente y pasarla giramos a la izquierda por una calle, en fuerte pendiente, con escalones. Llegamos a las Antiguas Escuelas Públicas y continuamos por la Calle Mayor en dirección oeste. Al llegar a una fuente, a nuestra derecha, dejamos la calle y subimos por la derecha. Dejamos el pueblo.

Seguimos la pista hasta un nogal, a la derecha, y cruzamos el prado en diagonal hasta llegar a una ribera, giramos a la derecha hasta un muro de piedra y subimos hacia una caseta vallada que hay en lo alto. Tomamos el camino de la izquierda, de subida, cruzamos un prado y nos vamos hacia las bordas que hay más arriba. Antes de llegar a ellas nos vamos hacia el este y haciendo zig-zag ganamos



altura hasta llegar a una valla que continuamos a la derecha durante unos 50m. En el replan que encontramos vemos otra borda algo más alta y nos dirigimos hacia ella. Cuando estemos en su lado más norte giramos hacia el noroeste y vamos ganando altura por un pequeño lomo pedregoso. Caminamos junto al río de Ierles, a nuestra izquierda, y nos vamos dirección este y seguimos subiendo por un prado hacia el collado que vemos. Antes pasamos por una fuente donde podemos tomar agua. el **collado de Coret de Pan (1.190m)** hacia el norte, por la vertiente izquierda del collado hacia un bosque de hayas. Lo cruzamos y llegamos a una valla que también cruzamos y seguimos rectos. Llegamos al **rio de Carlac (1.200m)**, punto más alto de la excursión, que cruzamos y seguimos rectos en subida. Salimos del hayedo

y continuamos el camino que hace un giro a la izquierda en subida. Al final de la subida dejamos el camino a la derecha, hacia unas hayas y comenzamos a descender fuertemente. Cruzamos de nuevo el río Carlac y nos dirigimos hacia el este, en subida suave. En la bifurcación que encontramos continuamos rectos, bajando suavemente. Salimos del bosque y continuamos descendiendo hasta llegar a una valla que pasamos y seguimos rectos. Llegamos a una cornisa y planeamos hasta llegar a la "Capilla de Sant Roc". A la izquierda de la misma hay un pequeño camino que nos conduce al cementerio de los enamorados de Bausén. Entramos en la población por la calle Mayor, al llegar a la Iglesia vamos bajando hasta llegar a la calle Santa Eulalia. A los pocos metros dejamos la calle y nos vamos por un camino que baja en dirección sur. Salimos del pueblo hacia la "capilla de Santa Anna". Seguimos bajando hacia el fondo del valle por un camino empedrado y que cruza la carretera de acceso al pueblo un par de veces. Llegamos a la carretera N-230, que cruzamos y vamos por pista asfaltada hacia el "puente dera Lana". Giramos a la derecha y seguimos la pista asfaltada, pasando por la "Capilla dera Pietat" hasta llegar de nuevo a Les.

SITUACIÓN: Baish Aran

DIFICULTAD: Media - Fácil.

PUNTO DE PARTIDA: Les

DESNIVEL: 600m.

HORARIO TOTAL: 3h 15'

ALTITUD MÁXIMA:

1.200m

ÉPOCA RECOMENDADA: De abril a noviembre.

INFORMACIÓN:

- Hay bares-restaurantes en: Les, Bausén, Pontaut y Bossost.

- Llevar mapa de la zona, comida, bebida, ropa deportiva y teléfono móvil.

Artículo facilitado por Jorge López Pallarés

bramatopin

de concèrt en Saxo



Et día 20 de hereuèr de 2009, Bramatopin presentèc eth sòn prumer CD en concèrt en Saxo de Vielha. Era gentada s'amassauè laguens deth locau en tot demorar era actuacion des sies artistes qu'aufriren un concèrt en comunicacion damb eth public. Era mainadera situada deuant se lheuauè tà barar ath son dera musica.

Em escotat "Tornaram" e pensam qu'ei ua cançon plan aranesa en sentit que da esperanza de vida ath pòble aranès. Mès era melodia carrège molta nostàlgia. Era cançon dera "Net de Sant Joan" ei magica. Ei una net pagana en que se crème Eth Haro tà hèr a hùger es maus esperits en un acte de purificacion peth huec.

"Eth dia de partir" rebrembre totes aguestes generacion qu'aueren de deishar era sua tèrra tà

poder viuer. Ena Val d'Aran era gent se n'auie d'apar a cercar trabalh dehòra tà poder guanhar-se es sòs. Tostemp a estat ua tèrra d'emigrants.

Auer un grop de musica aranesa en pais qu'a arribat enquiara elaboracion d'un CD ei ua bona forma de dar-li vida ara lengua aranesa e de hèr-la conèisher dehòra d'aciu.

Era musica provòque emocions d'erositat o de pena, mès sènter emocions es viuer.

Ara em mès possiblitat de conectar damb era rèsta deth mon. Ei un pas tà deuant tà sauvar era lengua.

Endeuant BRAMATOPIN

Article escrit pes alumnes deth Niveu 1-1 deth Cors de Aranes de Vielha

trucos

CONSERVAR COLES: Si están enteras guárdalas en la zona menos fría de la nevera y así se conservarán casi medio mes. Si ya están partidas envuélvelas en plástico poroso. Si las vas a congelar hiérvelas antes 3 minutos en agua salada.

CACTUS: Los mejores lugares del hogar para que crezcan los cactus son en el baño y en la cocina, por ser las dos zonas de la casa con más humedad. Eso sí, tienen que tener bastante luz natural.

PELO SIN GRASA: Para eliminar la grasa de tu cabello, incluye en tu dieta productos con Vitamina E, como son el aceite de soja, maíz, girasol u oliva, los frutos secos y verduras con hoja verde, preferentemente crudas.

PLANCHAR BIEN LOS BORDADOS: Para que los bordados de tus blusas, pantalones, sábanas y

demás queden perfectamente en su relieve original, plànchalos del revés, teniendo la precaución de colocar debajo una toalla si no tienes muletón.

LIMONES PARA LOS GRANITOS: No tires las cáscaras de los limones que utilices. Guárdalas en la nevera y antes de ducharte frótatelas donde tengas granitos. Verás como en pocos días desaparecen. *

MANCHAS EN EL CORCHO: Te quedará perfecto si procedes a limpiarlo con jabón seco y pasas después un paño humedecido con agua.

MANCHAS DE TINTE: Si te has manchado la cara o la cabeza tiñéndote el cabello, el mejor truco para retirarlo es frotar la piel con ceniza de cigarro.

Trucos facilitados por Lavandería Jonerick de Vielha.

LA ESCUELA DEL CLUB CEVA (RIDERS TEAM CEVA)

Riders Team Ceva fue creada hace dos temporadas por los profesionales del club Ceva. Una iniciativa enfocada a ampliar los servicios y ofrecer más trabajo a los profesionales del Ceva.

Riders team Ceva es una escuela donde su objetivo es dar una calidad diferente con métodos innovadores para un sector estancado. Sus métodos provienen en mayor medida de la competición. Organizando prestaciones diferentes para todos los públicos con servicios a la carta.

Los profesores y entrenadores de nuestra escuela son personas que llevan una gran trayectoria dentro del mundo del esquí, con una gran experiencia dentro del

mundo de la competición donde ellos mismos han sido corredores y entrenadores de alto nivel. Son profesionales cualificados por los diferentes centros de formación españoles y europeos. Su experiencia como profesores les podemos ver dentro de los grupos del CEVA tanto en grupos de iniciación, como a niveles altos, en los grupos de competición.

Nuestros servicios varían desde una clase particular hasta un stage de entrenamiento en los Alpes, pasando por clases colectivas y clases específicas en trazados de competición, para quien quiera conocer el mundo de los corredores.

Enric Jiménez
Coordinador técnico

CEVA 1965-2009

hazte socio del CEVA y disfruta de sus actividades

club
esquí
Val d'Aran

Con más de 40 años de experiencia, el CEVA te ofrece una gran temporada repleta de actividades, cursos y competiciones. Muchas oportunidades están disponibles esta temporada:

ESQUÍ ALPINO: A partir de 4 años; INICIACIÓN, PERFECCIONAMIENTO y COMPETICIÓN. **FREESTYLE, FREERIDE, MULTIACTIVIDAD, GRUPOS DE VETERANOS, ESQUÍ DE MONTAÑA, TELEMAR, FONDO, SNOWBOARD**

SOLO POR PEDIR INFORMACION SORTEAMOS FORFORA I DE TEMPORADA

C.E.V.A. (Club Esquí Val d'Aran) Galerías Palai de Ceu
Avinguda Garona, 33 Local 9 - Apdo Correos 8 - Tel. 973 640 215 - Fax 97364 28 19
25530 Vielha - Lleida - info@clubceva.org - www.clubceva.org



ANÁLISIS DEL CABELLO

Muchas veces la caída de pelo no es una causa sino una consecuencia de algún déficit o exceso nutricional, o debido a una exposición crónica a sustancias tóxicas a nivel laboral o medio ambiental. Con el ANÁLISIS DE ELEMENTOS MINERALES EN EL CABELLO, el médico puede detectar posibles desequilibrios que podrían tener relación con el síndrome de fatiga crónica, osteoporosis, anemia...

El cabello como tejido de depósito aporta ventajas sobre el análisis de sangre u orina. El cabello crece 1 cm. cada mes. Un mechón de cabello de 2 cm. reflejará el nivel de oligoelementos de los últimos dos meses. El análisis sanguíneo refleja una situación puntual, la del momento de la extracción y el resultado no refleja totalmente la situación del estado nutricional. Algo parecido sucede con el análisis de orina. Puede ser útil para medir el perfil de eliminación de elementos tóxicos en higiene laboral o para medir la tasa de eliminación de calcio, fósforo y magnesio en relación con el metabolismo óseo, pero no para evaluar estados nutricionales.

Existen unas situaciones en las que tiene mucho interés la determinación de elementos minerales en el cabello. Me referiré a algunas de ellas:

1. Dietas adelgazantes. En muchos casos no suelen tener en cuenta el descenso de la ingesta de oligoelementos y pueden producir efectos patológicos de un estado carencial. Mediante la determinación de minerales en cabello podemos restablecer la normalidad con suplementos de oligoelementos y minerales. Esto no tiene nada que ver con un simple complemento vitamínico.

2. Ingesta inadecuada por dietas acalóricamente normales pero no equilibradas, es decir estados de malnutrición.

3. Anorexia. En este problema es de gran importancia ver su efecto sobre los oligoelementos para poder compensar sus estados carenciales agravando los problemas metabólicos de esta compleja enfermedad.

4. Deficiente absorción intestinal. Todos los síndromes que cursan con tránsitos rápidos: diarreas, laxantes, hipoclorhidria, insuficiencia pancreática, alteraciones de la mucosa gastro-intestinal. Además la mayoría de situaciones que conducen a una malabsorción pueden tener el efecto añadido de una mayor eliminación por vía digestiva o renal (por ejemplo la toma de diuréticos).
5. Problemas de piel y cuero cabelludo: eczemas, dermatitis, caídas de cabello...

Todas estas razones hacen que el análisis del cabello sea una de las pruebas más útiles en relación con tratamientos integrales en medicina estética. Es importante reflejar que la misma no elimina la necesidad del análisis de sangre y orina cuando están indicados. En cada caso es necesario una valoración individual.

La recogida de la muestra es fácil, indolora y requiere poco tiempo. Es necesario obtener una pequeña cantidad de cabellos de la región de la nuca y los resultados se reciben en pocos días.



Maria José Cutando Longas
Médica colegiada n° 12.011

MEDICINA
NATURISTA Y
ESTÉTICA

Dra. María José Cutando Longás
Médica colegiada n° 12.011

- TRATAMIENTO MÉDICO DE LA OBESIDAD Y LA CELULITIS
- DIETOTERAPIA Y MESOTERAPIA CON LASER
- TEST DE INTOLERANCIA ALIMENTARIA (A-217)
- MANCHAS FACIALES: PEELING MÉDICO
- RELLENOS DE ARRUGAS, LABIOS Y PÓMULOS
- VARICES, VARÍCULAS Y PUNTOS RUBÍ
- VERRUGAS, ACNÉ, CAIDA DE CABELLO: LASERTERAPIA
- ACUPUNTURA, HOMEOPATÍA Y FITOTERAPIA

**INFORMACIÓN
GRATUITA
PREVIA CITA**

Centre mèdic autoritzat i inscrit en el "Registre Oficial de Centres, Serveis i Establiments Sanitaris" amb el codi E25768995

Plaça Pas d'Arrò, 5 1° 3ª - 25530 VIELHA (Val d'Aran) **Tel. 661 68 64 84** www.medicinanaturistayestetica.com



Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació
Institut d'Educació Secundària
Escòla d'Ostalaria Les-Val d'Aran



Escòla d'Ostalaria Les-Val d'Aran

ACONSEGUEIX EL TÍTOL OFICIAL DE CUINER O PASTISSER
AMB NOSALTRES, SENSE LÍMIT D'EDAT

**OFERTA EDUCATIVA GRATUÏTA
DEL CENTRE**
CFGM DE PASTISSERIA I FORNERIA
CFGM DE CUINA

PRÀCTIQUES SUBVENCIONADES 100% A PARIS

BORSA DE TREBALL - BORSA D'HABITATGE

**Preinscripció curs 2009-2010
del 11 al 22 de maig de 2009**

**Carrer dels Banhs, s/n · 25540 Les
Tel. 973 647 242 · Fax 973 648 284
c5006148@xtec.cat - www.iesostalaria.com**

El edificio de la columna vertebral

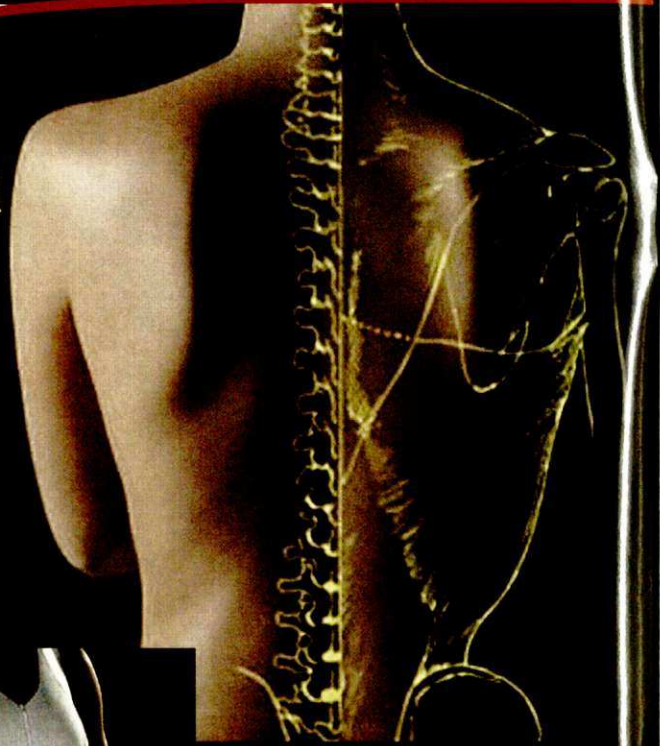
La columna vertebral o raquis es el eje central de nuestro cuerpo, por lo tanto podemos imaginar la consistencia que tiene, que es capaz de soportar el peso de nuestro cuerpo, pero no es una estructura rígida e inmóvil, como podríamos pensar aunque su nombre sea columna no es como el fémur (hueso largo de la pierna) una estructura continua y sin movimiento, todo lo contrario, permite importantes movimientos en cualquiera de las actividades de la vida diaria.

La flexibilidad de este verdadero edificio se debe a su constitución por múltiples piezas (las vértebras) superpuestas y unidas entre si por ligamentos y músculos a distintos niveles este modo puede deformarse pero el hecho extraordinario que tiene la capacidad de moverse sin perder casi consistencia y en ningún caso perdida de la protección de medula espinal, conductor fundamental por el cual pasa la información de nuestro cerebro al resto del cuerpo, con informaciones voluntarias, como por ejemplo mover los brazos o piernas, y otras involuntarias y básicas con el latido de nuestro corazón, la respiración o los movimientos peristálticos de nuestro intestino.

Por lo tanto pieza clave para la vida, soporte del cuerpo pilar central del tronco y protector del eje nervioso...

¿Por qué nos duele la espalda?

En contra de la opinión popular, que achacamos por ejemplo a las lumbalgias, lumbagos o en general dolor en la zona lumbar a un mal gesto o gran esfuerzo, en la mayoría de los casos es



la gota que colma el vaso o la consecuencia de actitudes posturales defectuosas o esfuerzos continuados en mala posición aunque estos no sean muy grandes, en cualquier caso producen lesiones mecánico-degenerativo leves, como la artrosis, también pueden ser causados por enfermedades del sistema nervioso, traumatismos, como las fracturas o esguinces etc. enfermedades inflamatorias de las articulaciones de la

columna y una lista con innumerables patologías de nombres raros y casi ininteligibles para los expertos en la materia..

Pero no nos alarmemos puesto que casi todas esas patologías hoy en día tienen un tratamiento específico, que previo a un diagnóstico médico adecuado a cada paciente puede hacer que lo que a priori lo que es un drama, con un buen trabajo se puede solucionar o paliar, lo importante es acudir a los profesionales cuando notamos los primeros síntomas.

*Cesar Suela, Osteopata, reg. Nac.ost. nº 195-
Palacio de Hielo, Viella.973642864.*



osteopatía
y otros tratamientos.

César Suela consulta 973642864
Palacio de Hielo reg-nac-ost-00195

Arroces · Cazuelas de Pescado · Bacalao a la suprema
Rissotto de ceps



LA FOGATA
RESTAURANT

San Jaime, 23 · Tel. 660341465 · 25550 BOSSOST



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



Servicio Interflora a domicilio

Floristeria

Florstil

*Per Sant Jordi!!!
una rosa!!!*

Av. Pas d'Arro, 23-C
25530 VIELHA - Val d'Aran (Lleida)
Tel. i fax 973 640 188 Mòbil 699 771 944
florstil@interflora.es



diablillos

puercultura
moda infantil
de 0 a 2 años

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

Assessorament

CADION s.l.
Gestion

**LABORAU
FISCAU
COMPTABLE**

973 64 20 79

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

c/Pietat, 19
25550 Bossost (Lleida)



LA TARTERIA®

EL RESTAURANTE

comidas y cenas
14h. a 16h. 21h. a 22.30h.

Garós
Pza. Mayor, 7
Tel: 973 64 00 96

EL ALMACÉN DE LA TARTERIA

Tienda: tartas, bombones, vinos
y objetos para la casa

Arties
Deth Fort, 8
Tel: 973 64 27 67

www.tarteria.com

Encargue
sus palmas y
palmones!!



Flors e Floretes

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



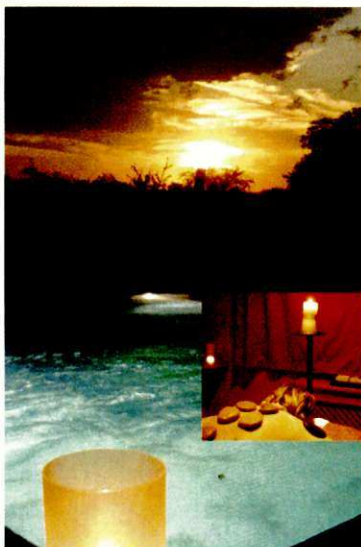
CUBIERTAS Y PIZARRAS ARAN S.L.

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

CENIRO COMERCIAL ELURRA
Edif. EGUZKI - Local 4

TEL. 973 64 32 37 - FAX 973 64 32 38

www.cupiaran.es cupiaran@cupiaran.es



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
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@termasbaroniadeles.com • www.termasbaroniadeles.com



Restaurante Racó d'Escunhau

Cocina aranesa
Caviar y esturión aranesés
Temera del Valle

Calçots de Vallis amb
salsa romesco

c/ Sant Pere, 16 - ESCUNHAU Tel. 973 64 15 20



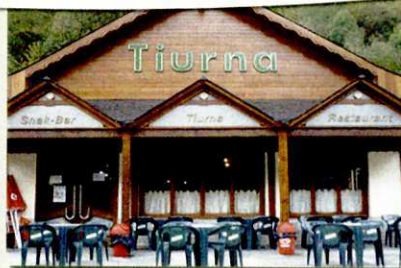
Era Tiurna

BAR RESTAURANTE

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



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



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



El Grupo Louis Vuitton y Mœt Hennessy adquieren la bodega Numanthia de Toro

- El grupo francés LVMH ha comprado la bodega.

- Se trata de su primera adquisición en España.

El grupo francés LVMH, especializado en marcas de lujo en campos tan diversos como los vinos, la ropa o los perfumes, acaba de comprar la bodega Numanthia Termes, de Toro. (Zamora)

El crítico Robert Parker puntuó un Termanthia de la añada 2004 con la máxima puntuación.

Esta bodega toresana revolucionó en su momento el panorama vinícola de Toro con la aparición de la marca Numanthia. Se comercializó por primera vez en la añada 1998 y rápidamente fue encumbrado por los críticos vinícolas de todo el mundo, especialmente los americanos. Su último éxito llegó con la añada 2004 cuando Robert Parker, el crítico más controvertido del mundo pero, a la vez, con mayor capacidad de influir en el mercado, puntuó su Termanthia con la máxima puntuación 100 puntos, siendo uno de los 5 vinos españoles que por primera vez conseguía esta puntuación.

Numanthia Termes era propiedad en su mayor parte de la familia riojana Eguren, propietarios también de las bodegas Sierra Cantabria, San Vicente y Viñedos de Párganos. Junto con ellos estaba también su importador en Estados Unidos, Jorge Ordóñez.

Por su parte LVMH es propietaria de marcas tan conocidas como los champagnes Moët & Chandon, Dom Pérignon, Veuve Clicquot, Krug y Ruinart. Su última incorporación en el mundo del vino había sido el mítico Sauternes, un vino blanco dulce, Château d'Yquem. Una compra larga y polémica, con numerosos desencuentros entre los antiguos propietarios durante siglos, la familia Lur Saluces, que acabaron en el juzgado.

En este caso la compra ha sido más tranquila, aunque el proceso ha durado también mucho tiempo. De momento se desconocen las cifras, pero fuentes cercanas a la familia Eguren dicen que ha sido una oferta "irrechazable".

Esta es la primera adquisición del grupo francés en España, después del fracaso hace ya varios años de su idea de elaborar un cava bajo la marca Chandon, que culminó con la venta de la bodega y el traslado del proyecto a Argentina.



**Carmen
CAUBET**
DECORACIÓN

PROYECTOS DE DECORACIÓN
TAPICERIAS
OBJETOS DE REGALO

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

MRW

30 años generando confianza

TRANSPORTE URGENTE

Nuevas tarifas más
económicas **SE TRASPASA**

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

Servicio exclusivo:

**WESTERN
UNION**

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



Av. Pas d'Arro, 30 VIELHA
Tel. 973 64 24 64

ESP AIS VERDS ARAN



Mariony Palacio

C/. Piedad, n.º 28
25550 BOSSÒST (Lleida)

☎ 973 647 364

FLORISTERÍA - JARDINERÍA



CAMISETAS
POLOS
SUDADERAS
PANTALONES

EL NIÑO

GRANDES DESCUENTOS EN LA ROPA DE TEMPORADA

C/ DETH ROSER, 11 - 25530 VIELHA TEL. 973 64 13 06

S.P.F. SAURA



**FUNERARIA
SAURA**

**VALLE
DE ARAN**

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

COCA DE FETGE D'ÀNEC AMB VERDURES

Ingredients:

400gr de fetge d'ànec amb terrina
200gr pasta brisa precuinada
1 pebrot vermell
1 pebrot verd
1 albergínia
1 ceba
50gr tomàquet triturat fregit
1 rovell d'ou
farina
2 manats de civolet picat
oli d'oliva verge
250cc vinagre
20 gr de sucre
sal maldon

Coques

Posar una mica de farina sobre el marbre, i amb la pasta brisa precuinada fer unes bases rectangulars. Punxar-les amb una forquilla. Amb els retalls de la massa, fer unes tires grosses, pels costats de les bases i enganxar-les amb rovell de l'ou.

Coure les coques, 10 min a 160°C

Elaboració

Posar en un cassó 250cc de vinagre i 10 gr de sucre, deixar-ho reduir a foc suau fins, reservar la reducció.

Coure 1h al forn a 160° la ceba, els pebrots i l'albergínia untades amb oli. Pelar i tallar-ho a tires petites. Tallar també a tires de fetge d'ànec.

Sobre les coques posar una mica de tomàquets fregit i triturat.

Damunt combinar les tires de verdures amb el fetge d'ànec.

Presentació

Espolvorejar amb sucre les tires de fetge, amb la pala de cremar, cremar el sucre. Mullar les coques amb la reducció de vinagre agredolç i oli d'oliva. Fornejar tota la massa a 180° uns 5 min

Finalment espolvorejar amb civolet picat i sal maldon.



Ingredients

1 daurada de 1.5 kg
1 ceba
1 pebrot verd
1 tomàquet
2 dents d'all
1 rama de farigola
1 vas de vi blanc
2 o 3 cullerades de salsa de tomàquet
Oli d'oliva verge
Sal i pebre

Elaboració

DAURADA ESTOFADA

Pelar i tallar la ceba, rentar i tallar el pebrot. Amb una paella amb tres o quatre cullerades soperes de oli d'oliva verge fregir la ceba, el pebrot i els dents d'all sense pelar.

Pelar i tallar a quadrades el tomàquet i afegir el sofregit amb les rames de farigola. Deixar coure.

Afegir la salsa de tomàquet. Treure els lloms de la daurada i posar-ho sobre la verdura.

Regar amb vi i deixar coure uns 7 min, amb una paella tapada fins que blanquegi i tingui un reflex bonic.

Servir la daurada sobre les verdures.



“MIL FULLS” DE CREMA AMB GELAT DE VAINILLA I TIMÓ

Ingredients

400 gr de pasta de full
150 gr de nata muntada
100 gr de crema pastelera
1ou
4 maduixes
4 unit gerds
4 mores
4 rames de menta
15 cl de coulis de gerds

Pel gelat de vainilla amb timó

40 cl llet
10 cl nata fresca
75 gr de sucre de canya
5 gr de farina
Pell de llimona
½ rama de canyella
½ rama de vainilla
5 gr de timó.

Elaboració

Coure la pasta de full pintada amb ou i sucre durant 30 min a forn suau (150°). Quan estigui freda, trencar-la, amb un vol, amb les mans



per que, quedi amb escames, afegir la crema pastissera i la nata muntada. Passar-ho a un motlle rodó de acer i decorar amb la fruita per damunt i les fulles de menta. També el coulis de gerds.

Per el gelat.

Posar un cassó a foc viu la llet, la nata i el sucre, la pell de la llimona, la canyella amb rama, la vainilla amb rama i el timó. A mesura que es va escalfant, remenar amb una cullera de fusta fins que bulli (85°). A continuació, baixar el foc i afegir la farina, quan estigui ben dissolta, apartar del foc i posar-ho amb un recipient. Deixar reposar i guardar-ho al congelador fins que quedi congelat. Presentar el plat, posant el gelat junt al postres.

Recetas facilitadas por la Escuela de Hosteleria de Les-Val d'Aran



CHEF A DOMICILIO

COMIDAS, CENAS, FIESTAS NAVIDEÑAS, FIN DE AÑO, CUMPLEAÑOS, etc...

Como trabajamos:

- * En su casa acordamos el menú
 - * Vemos la cocina, comedor, jardín, etc.
 - * Nos encargamos de la compra y material necesario
 - * Elaboramos el menú y servimos
 - * Recogemos y limpiamos el servicio y la cocina
- Rapidez, Comodidad y sencillez!**

Para más información: Tel. 686 61 14 69 · tuchefadomicilio@hotmail.com

Creacion der Conselh de Delegats der IES d'Aran

Es delegats èm es alumnes representants de cada ua des classes deth Centre.

Un delegat/a a d'èster ua persona responsable e confidenta entre d'autres aptituds. Es nòstes funcions son: assistir enes amassades un còp ath mes, informar as companhs e companhes pendent era ora de tutoria, de tot açò de qué s'age parlat e acordat, colaborar, participar e opinar damb er equip docent des prepauses que mos arriben des deth Centre o des autas Institucions deth nòste entòrn. Tanben auem de conèisher es següents documents: eth RRI (reglament de règim intern), "Decret de Drets i Deures" e eth PEC (Projecte Educatiu de Centre). En aquestes amassades, discutim tot açò que sigue necessari, mos informem de quinsevolh causa sus eth Centre, es estudis, mès tanben mos informem sus qüestions relacionades damb er airau culturau, ei a díder, sus causes extraordinàries que no agen a veir directament damb eth Centre.

Eth Conselh de Delegats vò èster un punt d'union damb er exterior. Per exemple en ua des amassades, i assistic Nora Muntanyola, responsable de Joenessa en Conselh Generau d'Aran, e siguerem parlant sus activitats de tot tipe que podem hèr es joeni en eth nòste temps de léser e mos demanèc prepauses que nosati crediem que s'auien de hèr e que mos agradarien, mès bères des prepauses encara se pòden hèr ena pagina web de Joenessa.

Gràcies ad aquest espaci en eth Conselh de Delegats, podem obtier totes aquestes informacions, deth pròpi IES, Conselh Escolar, dera Administracion Publica e Assosciacions que mos entornejen entà dempús canalizar aquesta informacion as nòstes companhs/es.

Volem èster alumnes democràtics, damb esperit critic e participatius.

Blanca Tomàs. *Delegada 3r C*

Jazz en Comminges



El pasado 24 de febrero, en la sede del Conselh Generau d'Aran, los organizadores del Festival de Jazz de Comminges (Asociación CLUP), encabezados por su Vicepresidente M. Pierre Gammes, presentaron la 7ª edición de este renombrado festival, que reúne numerosos asistentes aficionados al Jazz, que vienen de todas partes de Europa. Este certamen se creo en el año 2003, a raíz de un homenaje que se rindió al músico ya fallecido Guy Laffite que obtuvo un clamoroso éxito. A raíz de este homenaje comenzó el Festival anual de Jazz, que por aquel entonces se denominaba "Rencontres du saxophon" y que actualmente sigue conservando el mismo espíritu.

En esta edición 2009, que tendrá lugar del 20 al 24 de mayo en Saint Gaudens, se llevarán a cabo hasta 29 conciertos repartidos por toda la ciudad y que reunirán artistas de reconocido renombre como Florin Niculescu, Christian Escoudé, Paolo Fresu, Dmitry Baevsky, Kenny Garret entre muchos otros, con los que podremos gozar de un buen Jazz. La ciudad de Saint Gaudens les espera para hacerles pasar unas agradables veladas con sus conciertos de Jazz.

Reservas:
www.rencontres-du-saxophone.com
Office du Tourisme du Saint Gaudinois.
Tel. 00 33 56194 77 61



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



LIMPIEZA DE CHIMENEAS

EXTRACTORES DE RESTAURANTES

Tel. 973 621 065 - 661 606 260

michellarrue@hotmail.com

Pizzeria Ristorante

La Boveda

c/ deth Roser, 11
(Frente Instituto de Vielha)
25530 - VIELHA

Tel. 973 64 04 91

Fontanería



Calefacción

Instalaciones de gas

Energía solar...geotérmica

Aire acondicionado

Instalaciones para hostelería

Cocinas industriales

Colaborador

REPOLGAS

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



ARAN VETERINARIIS

VISITAS CONCERTADAS
Tel. 973 64 23 61

URGENCIAS
Tel. 626 70 15 47

Avda. Garona, 25 - bajos
25530 - VIELHA

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

**electrónica
M. PERAILES S.L.**

DIGITAL +

ELECTRODOMÉSTICOS

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



ADIOS MUCHACHOS COMPAÑEROS DE MI VIDA

Una neblina baja y pegajosa se metía hasta las ingles en aquella tarde de despedida del Portillon, aumentando mi mal café porque acababan de decirme por el teléfono militar desde Bossòst, que a la mañana siguiente el acemilero tenía que bajarla al comandante mi "Ejercicio de cuadros", especie de examen escrito sobre algún aspecto de la táctica militar, para ser calificado por el Comandante que, si lo aprobaba tenía conseguido el visto bueno del Coronel de Poba. Era necesario después de los seis meses de prácticas para ser Alféreces de Complemento con su aprobado.

Cerca de cualquier biblioteca el asunto era fácil. En el Portillon no tenía más libros que "The Three Bamboos" de Robert Standish (1942), sobre la guerra mundial en el Japón, que no me servía para esto.

Además el mando parecía regodearse, porque yo apreciaba a mi Capitán Romero, que debía figurar como Director del Ejército, a quien un fracaso mío podía salpicarle en parte.

En el riachuelo yo había cogido unos cantos rodados para, sobre mi mesa desvencijada planear tácticas propias y del enemigo. ¡Pero no salía!

Me inventé una base de partida en un barranco desde donde los tres pelotones de una Sección podían operar, atacando al enemigo, en forma escalonadamente protegida, porque a ambos lados del barranco había unas rocas que, ocupadas previamente por dos pelotones separados, permitían avanzar por en medio al pelotón del fusil ametrallador, con el Alférez al mando, punta de lanza inicial de protección semi-artillera a los otros dos pelotones en sus ataques combinados para desalojar al enemigo. ¡Me empecé a divertir! El movimiento escalonado de mis piedras encima de mi mesa imaginaba silencios iniciales para la sorpresa, y ruido de disparos para los asaltos inmediatos. Mis pelotones avanzaban de sur a norte, evitando el sol de frente, siguiendo el mío el barranco con agua.

mili aranesa

Se iba haciendo de noche y tuve que encender las velas. Le dije al Cabo Primera que repartiese el rancho, que yo cenaría después.

En el ejercicio, el Alférez, el Sargento y el Cabo Primera llevaban un croquis panorámico con las curvas de nivel y las rocas aprovechables para proteger el avance.

Eché un trago de la bota.

Una abeja atontada entró en la habitación y se llevó un manotazo. Pensé que en mi pelotón atacante podía haber un herido. Yo tenía preparadas en mi retaguardia dos piedras-camilleros, que recogieron al herido y lo retiraron del frente de batalla. Como un hospital de sangre tan cercano me pareció exagerado para un ataque nuestro de tan poca gente, hice desaparecer a nuestra piedra-herido, entregada por los primeros a otros piedras-camilleros motorizadas, con destino al hospital de sangre de segunda línea.

Entre la ilusión militarizada y el vino civil alegre, me dí cuenta de que estaba operando en nuestro avance, apoyado por la artillería de montaña, los morteros del 50 y del 81 y una avioneta de reconocimiento.

Invité a un trago al Cabo Primera, y le expliqué el fragor de la lucha, el ruido de los obuses y morterazos, y el trepidar de la hélice. "¡Pero mi Alférez! ¡Que no estamos en el Rif de África! Aquí ni en Bossòst ni en Vielha de avioneta, ó morteros ó artillería de montaña, nada de nada!! Me eché a reír, comprendí que tenía razón.

"¡ Bueno! ¡Es verdad! ¡ Pero vamos a ponerle un poco más de salsa!"

Añadí que el Sargento y su pelotón, al ver que el terreno le permitía, con rocas separadas, protegerse en un avance rápido, y habiendo visto con los prismáticos al soldado enemigo utilizando su teléfono militar, dio un rodeo sorprendiendo al enemigo, que en su huida abandonó aquel teléfono.

Reunidos los tres pelotones en el objetivo conquistado, y continuada hasta allí la línea telefónica propia, el Alférez pudo comprobar la retirada del enemigo hacia Francia, habiendo abandonado en su huida, además del teléfono, un fusil ametrallador.

El Alférez, desde su propio teléfono llamó al Manso en la segunda línea: "¡A sus órdenes mi Comandante!. ¡Sin novedad en el Portillón!. ¡Objetivos cumplidos!"

Con mi propia misión cumplida, después de cenar la tropa mi cena me supo a gloria. Al día siguiente, el acemilero entregó mi ejército de Cuadros a mi Capitán.

A los dos días leí, en Bossòst, su crítica: "El ataque y ocupación fue bien llevado, únicamente cabe corregir las dos frases que realiza el segundo pelotón, que podían haberse reducido a un solo salto"

Al leerlo en la Compañía, no tenía ni idea de si aquello era un suspenso ó un sobresaliente. Era la hora de comer y me dirigí al Imperio. Subí despacio y en silencio la escalera hasta el primer piso. Abrí la puerta del comedor. De pie rodeando la mesa, cada uno con su copa de vino en la mano, sonrientes, estaban el Comandante, mi Capitán, dos otros Capitanes y un Teniente. El Comandante dijo: "¡Muy bien!. ¡Brindemos por el nuevo Alférez de Complemento, que ha dejado de ser eventual!"

Pensé que mi padre estaría orgulloso de mí. Sonreí recordando mi suspenso, por anglófilo, el primer año de aspirante en el Campamento Santa Fe del Montseny, el verano de 1.943. Pensé que lo que ahora parecía una bobada podía haber cambiado una parte importante de mi vida, si me hubiese impedido conocer la Val d'Aran.

A los cinco días volví a Barcelona licenciado, después de devolver al Brigada, yo ya con un pié en el autobús de la Alsina, los pantalones de soldado arreglados para convertirlos en pantalones de montar con mis botas altas, que llevé en los destacamentos del Valle y que estaban ya metidos por descuido en mi maletín de mimbres.

A cambio, el Brigada, saludándome cordialmente, me devolvió el recibo que yo había firmado por los pantalones hacía seis meses. ¡Yo había olvidado completamente su devolución!

Artículo escrito por D. Melquiades Calzado

AUTODEFINIDO BLANCO

Escriba una letra en cada casilla, siguiendo siempre la dirección de las flechas, de izquierda a derecha o de arriba abajo; los Autodefinidos PLEYADES nunca llevan palabras al revés.

(No olvide incluir los 14 CUADROS NEGROS que faltan).

	DERIBAR DE LADO	ALETA VERIFICADO DEL CORÁN	ENCARGADA DE LOBRAR	FACISTOL	-500-	AMANSAR SUAVIZAR	VOZ DE ARRIBO	ESTALLIDO ESTRUENDO	ACUSADA DE UN DELITO	DESMEDIDO	TURO O CANERIA	DESCONTAR DE UN IMPUESTO	
MANDAS DE GANADO VACUNO	→	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	CAPITAL DE ARABIA SAUDI
CIUDAD DE GIRONA	→												PODEROSO
VARIEDAD DE PERRO CAZADOR DE LIEBRES	→												PARTES DEL ARBOL
ARTISTA COMICO	→												ORGANIZACION NO GUBERNAMENTAL
AMPERO	→												QUE ALCUNA
UNIDAD DE RADIACION	→												RELATIVA A LA MARINA
DIRECTOR DE UN DEBATE	→												VOLETO
SERRALLO	→												DADA COMO REGALO
ARABIGO	→												ACEPTAR UNA HERENCIA
GUINEA	→												INCISIVOS MORDACAS
CANTO SENCILLO DE PASTORES	→												-200-
DESTREZA MAGISTRAL	→	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	NATIVOS DE LA ANTIGUA ASIRIA
	ARPA INSTRUMENTO MUSICAL	SABER A HIEL	ESTEREO	DISCUSION	UNIVERSAL DE TODO EL ORBE	MATERIA DEL PANAL	ASIDEROS MANIJAS	NOMBRE ARABE DE VARON	DESCONCERTAR	YOGO	LAMINA CIRCULAR	CEBISO	

PREGUNTAS

1-Eres la única mujer de mi vida.

2-Nosotras apoyamos la liberación femenina.

3-Devuélvanme mi capa.

soluciones pag. 43

sudokus

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

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

CONSTRUCCIONES



PEON CAMINO

2005 S.L.U.

**REFORMAS
MANTENIMIENTO
LIMPIEZAS**



973 64 13 33

649 94 96 21

VIELHA



CONSTRUCCIONES

**José
Rodríguez**

c/ Sacuma, 2 2º
25598 -GAUSAC

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

**ALQUILER
DE
MAQUINARIA**

JOAQUÍN CALVO

VIBRADORES
MARTILLOS ELÉCTRICOS
CARRETTILLAS
RODILLOS
COMPRESORES
GRUPOS ELÉCTROGENOS
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

MOBLEART
ARAN

Plaza San Orenç, 2 25530 T/F. 973 640 931
C/ Dtor. Manuel Vidal, 1 25530 T/F. 973 640 665

PELUQUERÍA
Carmen Sicart

c/ Casteth, 3
Bloque B
Tel. 973 64 07 40
25530 VIELHA



**INSTALACIONES
REPARACIONES
ENERGÍAS RENOVABLES**
Javier Vicente

Gas, agua, calefacción
Placas solares térmicas
Calderas de bio masa
Tel: 653 974 271

instalacionesvicente@gmail.com

ESPAIS

Limpezas en general

NETS

Consultenos sin compromiso

ARAN

699 68 93 36 · 973 64 03 82
VIELHA

Nacido en enero de 1.968 en Holanda, lleva 20 años en el Valle de Aran. Gerente de la inmobiliaria ARANCASA y monitor de esquí en Era Escola. Dice sentirse tan a gusto en tierras aranesas como en su país natal.

¿Cómo comenzaste en el Valle de Arán?

Mis inicios en el Valle fueron en la hostelería y dando clases de esquí, que aún continúo. Me sentía atraído por una zona de montaña como esta, ya que desde los 5 años que soy esquiador.

¿Y cómo comenzaste en el tema inmobiliario?

Hace diez años decidí iniciarme con una página web, www.arancasa.com, y trabajaba virtualmente, sin oficina, ofreciendo todo el producto a través de internet. Después de tres años funcionando de esta manera abrimos nuestra primera oficina, en el centro de Vielha, hasta que hace poco más de un año abrimos nuestra nueva oficina, en la Avda. Pas d' Arró, 22 de Vielha.

Y desde tu experiencia inmobiliaria, ¿Cuáles son los cambios más notables que has notado?

Hace unos años el comprador venía a comprar solo, y ahora hay que vender, buscar al comprador. También se ha notado en la captación, antes era mucho más difícil encontrar producto para vender y ahora vienen los vendedores a ofrecernos el producto.

¿Y que recomiendas en esta mala época?

Al vendedor le aconsejo que se adapte a los precios del mercado y que se deje asesorar por un buen agente

inmobiliario, que le dará imagen, publicidad y sobre todo, asesoramiento. En estos momentos lo que es más importante es la publicidad. No deben asustarse si les cobran algo por ello, ya que significa que la publicitan más y le dan más visión al producto.

Con respecto al comprador, le recomiendo que busque el producto que necesita, se ponga en manos de profesionales, como nosotros y negocie con el banco.

Pero ahora hay un gran respeto hacia pedir a los bancos ¿No es así?

Para esta respuesta te diré lo siguiente: "Ante una buena compra, el banco financia".

¿Y qué más ofreceréis, desde vuestra empresa?

Desde hace poco hemos creado otra empresa, asociada a nosotros, en la que realizamos Asesoramiento fiscal y contable, prevención de riesgos laborales y proyectos de protección de datos.

Nuestro equipo esta compuesto por Ruth Bueno, encargada de ventas inmobiliarias y prevención de riesgos, María Arrizmendi, que es nuestra administrativa y Leñe Landaburu, encargada de la asesoría y la protección de datos.

Además tenéis una sección de viviendas de lujo.

Sí, así es, tenemos una sección dentro de la inmobiliaria, llamada Luxaran, donde tenemos todo nuestro producto más exclusivo. Se puede visitar en nuestra página, www.luxaran.com.

Y los alquileres, ¿cómo se encuentran?

Nosotros movemos alquileres turísticos de semana y anuales, y en ambos casos también se ha notado un pequeño descenso, debido en gran parte a que hay más variedad y producto para alquilar.

Cambiando del tema inmobiliario, tu otra dedicación es el esquí, ¿dónde lo ejerces?

Desde hace dieciséis años soy monitor de esquí en "Era Escola", que es un colectivo de enseñanza del esquí formado por cerca de 150 profesores durante la temporada y algo más de 300 en momentos puntuales. Hoy en día es uno de los colectivos de profesores de esquí más grandes de Europa.

Gestiona los cursos de esquí y snowboard de Baqueira-Beret y clases particulares. Está presente en los tres espacios esquiabiles, que son Baqueira, Beret y Bonaigua, y tiene oficinas en Salardú, durante todo el año y en Vielha, en la temporada de esquí.

¿A parte del esquí practicas más deportes de nieve?

Sí, mi gran afición es el esquí alpino, pero también he practicado el snowboard.

Para terminar, ¿cómo crees que terminará la crisis?

Yo creo que la crisis, o estos momentos difíciles, acaban terminado colocando todo en su sitio, es decir, son un reajuste de la situación económica tan desequilibrada que hasta ahora hemos vivido.



Eth BUREU

Fiscal
Laboral
Contable

Administración
de Fincas

Pl. Pas d'Arrò, 2 · 1º 2º
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
BOSSÒST
973 64 82 44



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

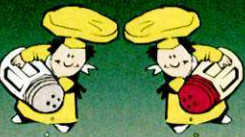
major, 6 | 25530 Vielha | tel. 973 640 714

basteret



restaurant | cazuelitas | tapas

EXPOSICIÓN Y VENTA DE
FOTOGRAFÍA EN EL
RACÓ D'ESCUNHAU



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)

ahora es tú
oportunidad
Anúnciate!!

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



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

ULTRATONE
Ultra Smoothing System

www.sylvia
montestetic
.com

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

Tota ua vida

Quan acabé de dinar, ané a veir eth sabatèr. Hège dies qu'auia de recuèlher un parelh de sabates que las ac deishé tà aprair es tapetes, en an tot parlar me didec qu'açò d'aprair-les ei çò més corrent aué en dia. Perquè abantes, quan eth ère un mainatge, hègen sabates de vertat! Completament artesanau! E m'ensenhèc era estructura d'ua bòta de montanha, hèta damb cuer e cosuda a man, reaument digna de veir, hèta per eth madeish.

Me seigüi ath sòn costat, vedent com trebalhaue e ath madeish temps rebrembaue es tempsi d'abantes, qu'en tot parlar les comparaue damb es d'ara, e me didec: De mainatge anaue entar estudi, dempús tath torn des nau ans, arribèc era guerra que trinquèc era armonia. Sigueren uns ans força difícils, es mainatges en aqueth temps jogauen pes carrèrs, e lèu calie adaptar-se a beth mestier e ajudar en casa ena pagesia. Ben, quan ère iuern non calie, més en començar era primavera e eth bon temps calia deishar d'èster mainatge e ajudar en trebalh de casa. Arribaue eth bon temps, e es pares t'auien de besonh e te didien:

-Au! Que te cau anar hèr tier compde era cavala o èra ègua, e arribaue er estiu e te calie anar hèr tier compde es vaques.

Ei a dider, que prumèr ère eth trebalh de casa qu'arren mès.

Un còp passada era guèrra, comencèc a aprèner eth mestier de sabatèr. Tas quinze o setza ans, amassa damb sòn frair; més aquest se placèc en Ajuntament e ac deishèc. Eth mestier les ac ensenhèc eth senhor Carlos Comet, que non ère pas aranés encara que s'auie criat ena Val d'Aran.

sabatèria era plaçada en carrèr Pas d'Arrò. Se trebalahaue força, perque ère de besonh e alaveta hot s'apariaue. Es materiaus èren artesanau. Apreneren a hèr caucèrs tara montanha plan forti.

Crompaua eth cuer a pècs granes, Tacahua uns patrons de papèr que se retalhauen ath dessus dera pèth, e se dauen forma, dempús se cosien. Ara, ja non se hè aquerò., perquè i a confeccion e fabriques. Se cosie a man, e rebrembe que deth numerò quaranta ath quaranta dus èren es de mès demanda. Alavetz es sabates se metian es dimenges e tàs ocasions. Ena vida vidanta se portauen ues autes de mès vielhes o ben espartenhes hètes per espartenhèrs d'ofici que viegen de Barbastro, de Lhèida, de Tremp, tà vené-les entara fira de Vielha, o tanben ne venien es cordishonèrs qu'aci en Vielha non n'i auie. Damb còrda montauen catires, coliers tath bestiar, correges ytàs vaques,



correges tà estacar era joata.. E en tot colar ua sòla de goma se'n brembèc d'aqueth temps e didec: I auie mès sabatèrs. I ère un gojat de Rialp que demoraue a çò de Manuèl de Vila, en Vilac, eth pair des de Rella, qu'aué ei botiga de ròba. I auie tres o quate sabatèrs e aquerò que Vielha ère petita e i auie trebalh tà toti... Mès entà dauant aprofitèc era escadença tà plaçar-se de cartèr ena administracion de corréus.

Sa pair qu'ath delà d'èster pagés tanben auie estat cartèr, li deishèc eth lòc.

Repartie cartes de Vielha entà Pujòlo. Hèc es pobles de Betren, Escunahu, Casarilh, Garòs e Gessa. Peth maitin s'emportaue eth morralet de cuer e anaue caminant entà repartir eth corréu.

Trobèc boni tempsi. Alavetz i començaua a trebalhar

Productora, e passauen camions e coches, atau eth que lo coneishie lo parau. E me didie en hot arrir:

- En totes es cases que i portau eth corréu, s'èren laguens me hègen entrar, e me volien convidar. Era gent ère amabla. Es cartes que recebien, era mager part les demoraue damb ilusion: èren cartes de noticies de familiars e coneishuts. Darrèrament eth corréu que repartia èren impresi, huelhetons, revistes.

Perquè ara aquerò qu'ei mès important se comuniquè per telefon.

En tot passar eth temps se crompèc ua moto, mès entà deuant un siescents, que ja alavetz li costèc sòs! Se maridèc en a seishanta, e era hema s'encuedaue dera casa e des mainatges. Antònio combinaue es dus mestiers, peth maitin de cartèr e ena vesprada de sabatèr. Ath delà en viuèr damb es sògres, calie anar a virar era èrba e desihauè es sabates tà dar un còp de man en casa.

de cartèr e pòga pòc, deishè er ofici de sabtèr.

parar!

Antònio viu en carrèr Sarriulèra, anticament carrèr " Luis de León", en Cap dera Vila de Vielha. Hilh des de Pantanèr, a viscut, un còp maridat, en casa des sògres, es de Lip.

Auent escotat tota ua vida en ua petita estona, comprení com a viscut Antònio era transformacion des auanci deth mon. En tot que me condèc tot açò, sentie es noticies dera ràdio en veu hloisheta que s'anauen escampilhant e que li hègen companhia apariant caucèrs. Me n'anè damb es mies sabates apariades e pensant qu'era ua veritabla vocacion a estat er ofici de sabatèr e qu'ac a hèt damb plaser. Dilhèu, es nosti hilhs non ac coneisheràn!

Istòria deth libre "Hè un arramat d'ans"
Editat peth Conselh Generau d'Aran



Entà començar eth mes d'abriu vos proposam ua seleccion benben variada des darrères nauetats qu'auetz ara vòsta disposicion ena nòsta bibliotèca. I trobaratz es darrères publicacions ena nòsta lengua e d'autors aranesi, narracions istoriques e actuaus... Un shinhau de literatura entà que mainatges e adults ne pogatz gaudir entà començar era primauèra.

Blake, Quentin. **Un Barco en el cielo**. Sevilla : Kalandraka, 2007

Brito, Maria José. **Amarga lluvia: sentimientos de una madre ante la muerte de su hijo**. Lhèida: Milenio, 2009.

Caçaires de paraules ena Val d'Aran; damb Roger de Gràcia . Lhèida : Pages : TV3, 2008.

Calders, Pere .**Ací que repòse Nevares ; e d'autres narracions mexicanes**. Arrevirada de Xavier Gutiérrez Riu. Lhèida: Pagès, 2008.

Choux, Natalie. **El Gran libro de los regalos mágicos : los regalos que más te harán soñar son los que no existen**. Boadilla del Monte : SM, 2008

Díaz Pérez, Eva. **El Club de la memoria**. Barcelona : Destino, 2008.Finalista Premi Nadal 2008

Larsson, Stieg. **Los Hombres que no amaban a las mujeres**. Barcelona : Destino, 2008.

Mazzucco, Melania G. **Un Día perfecto**. Barcelona : Anagrama, 2008.

Moga, Elisabet. **Eth Michon jogaire** .Conselh Generau d'Aran, 2008 Colleccion de Conde Infantil Pepita Caubet.

Pérez Domínguez, Andrés.**El Factor Einstein**. Madrid : Martínez Roca, 2008.

Rodríguez, Núria. **Senyor Nimbe i la màquina de núvols**. Alpedrete : Sieteleguas, 2007.

Santamaria, Joan, Elisa Ros i Jordi Gavalrà. **Era mineria dera Val d'Aran**. Conselh Generau d'Aran, 2008.

Sweet, J. H. **Tradescantia y la princesa de Haiku**. Barcelona : Pirueta, 2008

Deth 4 ath 28 d'abriu, era Bibliotèca Generau de Vielha acuelherà era exposicion

"100 ans d'esquí en Catalonha" organizada pera Comission deth Centenari der esquí en Catalonha, damb era colaboracion der Ajuntament de Vielha e Mijaran e eth supòrt deth Conselh Generau d'Aran.

horario de autobuses

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

BERET	10.45					17.00					SOLO TEMPORADA DE ESQUI							
TANAU	7.45	10.30					14.45	17.25										
BAQUEIRA	7.40	8.30	9.20	10.20	12.20	13.50	14.35	15.40	16.40	17.20	19.20	20.20	22.20	0.20				
TREDÒS	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				
SALARDÙ	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				
GESSA	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	5.00	5.07			
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	4.59	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	4.58	4.58	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	4.57	4.57	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	4.54	4.54	5.19		
BENÒS	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	4.53	4.53	5.18		
ES BORDES	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	4.50	5.15		
ARRO	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	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	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	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	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	-
	Información:	-	09.00	17.00	LLEIDA (*)	08.45	16.45
902 422 242	09.45	11.15	19.15	BARCELONA	06.30	14.30	16.00

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.

HORARIO AUTOBÙS 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	Benòs	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	Vièlha	00.00
01.09	Vièlha	00.01
01.07	Betren	00.03
01.05	Escunhau	00.05
01.04	Casarilh	00.06
01.00	Garòs	00.10
00.37	Arties	00.13
00.36	Gessa	00.14
00.33	Salardù	00.17
00.30	Tredòs	00.20
	Baqueira	00.20
	Tanau	
	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	Vièlha Rotonda	14.15	17.10
8.55	14.55	Vièlha	14.10	17.00



servicios del hogar

Información y consultas:
 Avda. Pas d'Arro, 14· 25530 VIELHA
 Telf. 973 11 93 11
 www.inaran.com

Con la profesionalidad de:  Habitat Aran

- Custodia de llaves.
- Limpiezas del hogar.
- Encendido de calefacciones.
- Servicio de lavandería.
- Mantenimiento y reparaciones; electricidad, fontanería, carpintería,...
- Suministro leña y gas-oil.
- Servicio de su compra en casa. **NOVEDAD**
- Mantenimiento de jardines.
- Limpieza y mantenimiento de comunidades.
- Limpiezas de obra.
- Coordinación de gremios y reformas.
- Servicios de canguros: diurnos y nocturnos.



Se traspa o se alquila negocio a pleno rendimiento.
Centro de Vielha.
Tel. 629.489.660

Se vende Audi A4 2.8 del 98, en perfecto estado. Recién salido del taller, a toda prueba. Precio 3.900€ (negociables).
Tel. 627.080.495

OFERTA: SOLO 2.660€.
125CV. 120.000KM.
Ruedas Nuevas. Perfecto estado. Compruébalo.
Tel. 696.45.25.64

Se alquilan habitaciones en Betrén.
Tel. 655.269.870



Se vende. Nissan Almera. Año 2001. Gasolina. Impecable. Muy bien cuidado. Solo 3.600€.
Tel. 619.158.477



Se vende Peugeot 307 diesel. 5 puertas. 110cv. 89.000km. En perfecto estado. Con extras.
Tel. 625.624.813

Se vende Peugeot 607 2.2 HDI Automático. GPS y todas las máximas prestaciones de fábrica. Año 2002. En impecable estado. Descuento 3.000euros de tarifas publicadas. Tel. 973.64.21.58 - 653.471.536

Alquilo apartamentos todo el año y por semanas.
Tel. 617.578.854



Se alquila habitación en Bossost. Ambiente agradable. Casa soleada. 300€ al mes con todos los gastos incluidos. Tel. 669.75.66.77

Local comercial o industrial de 115m². Se alquila con opción a compra. En Bossost.
Tel. 677.595.681



Se alquila habitación triple abuhardillada grande soleada y con vistas semanas completas o fines de semana
Tel. 669756677

Val d'Aran
Betrén - 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

yoigo

yoigo



**CUANDO UN OPERADOR SACA UNA TARIFA GENIAL
LOS DEMÁS INTENTAN COPIARLA**

Para el niño y la niña, para Tarjeta y Contrato, para llamar cualquier hora. Tenemos dos tarifas. Elige.

LA DEL CERO

LLAMADAS
NACIONALES
YOIGO 1H/DÍA

0 CENT/
MIN

RESTO
LLAMADAS
NACIONALES

12 CENT/
MIN

MENSAJE
TEXTO
NACIONAL
E INTERNACIONAL

10 CENT

LA DEL OCHO

LLAMADAS
NACIONALES

8 CENT/
MIN

MENSAJE
TEXTO
NACIONAL
E INTERNACIONAL

8 CENT

YOIGO VIELHA Av. calvetó, 2 (en la rotonda) 25530 vielha
Tel. 973 64 32 01

El jardinero Fiel

M. Perez Brena

Mantenimiento de jardines · Podas · Sistema de riegos



615 657 885



ROGER
PULIDOS

mosaicos · cerámicas · resistentes · pavimentos · pedras
sagradas · espaldas · espaldas · espaldas

Fabricantes, elaboradores y manipuladores de materiales cerámicos, mármoles, cristales, piedras y pizarras.

Nuestros productos están elaborados artesanalmente para que su aspecto sea más noble y natural.

Visite nuestra web.



CENEFAS



ENMALLADOS



PAVIMENTOS



REVESTIMIENTOS



ROSETONES



TORROSELLES

Pol. Industrial COLOMER C/Castilla-Leon, 25 · 12200 ONDA (Castellón) · Tel.: 964 771 770

www.pulidosroger.com

Nueva Promoción Vila



Pisos y Duplex de 2 y 3 Habitaciones
Para entrar a Vivir



Duplex 3 hab. en Gusac.
Balcon y Vistas
Oferta interesante



SIK Puntet Inmobiliaria

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

Alquileres

- Piso 3 Hab. Vielha
- Casa 3 Hab. Unha
- Casa 3 hab. Es Bordes



Oferta QR



Casas de 9 y 5
Habitaciones en Vielha.
Jardín y Terraza

www.puntet.com
info@puntet.com

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



ETH REFUGI D'ARAN APARTHOTEL



Av. Garona, 27 - VIELHA

Tel. 973 64 30 02

Fax 973 64 30 56



Deguste nuestra
cocina en el restaurante

El Acebo



(Abierto todo el año)



LAS TERMAS DEL REFUGI

HIDROTERAPIA - MANICURA
PEDICURA - DEPILACION
SAUNA VAPOR - QUIROMASAJE
REFLEXOTERAPIA - CORRIENTES
TRATAMIENTOS CORPORALES Y FACIALES



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.elfugiodearan.com

Saint-Gaudens

Parc des Expositions

21/22/23/24 Mai 2009

7^{es} rencontres du saxophone



Jazz en Comminges

JEUDI 21 Mai - 21 H

Florin NICULESCU Quartet invite Christian ESCOUDE

Paolo FRESU Devil Quartet

VENDREDI 22 Mai - 21 H

Dmitry BAEVSKY Quartet

Pierrick PEDRON Quartet

Kenny GARRETT Quartet

SAMEDI 23 Mai - 21 H

Glenn FERRIS "PENTESSENCE" Quintet

Robin McKELLE Quartet

off

4 jours

GRATUIT

Halle aux grains, Centre Ville

ONCLE STRONGLE

Dimanche 24 Mai 2009 - 17 H

RÉSERVATION :

www.rencontres-du-saxophone.com

Office du tourisme du St Gaudinois - Tél: 05 61 94 77 61

FNAC - CARREFOUR - GÉANT CASINO - www.fnac.com (Tél: 0 892 683 622)

CULTURA - AUCHAN - LECLERC - VIRGIN - www.ticketnet.fr (Tél: 0 892 390 100)

boxtoulouse@boxoffice.fr - Tél: 05 34 31 10 00

CLAP Le Régent - 16 rue de l'Indépendance / 31800 St-Gaudens



Conception graphique, PAO : Nicolas Pivetta, 06 20 50 24 14

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
GREMÍ 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



esigual
la teva web des de 300€*

DISSENY WEB / E-MARKETING
E-COMERCE / PUBLICITAT DIGITAL
POSICIONAMENT A BUSCADORS

*WEB PRESENCIAL

666541979 WWW.ESIGUAL.COM WEBMASTER@ESIGUAL.COM



MOBLES
Comenje

PROJECTES DECORACIÓ

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



ESCOLA MÚSICAU VAL D'ARAN

Escola Músicau 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 Copirineo) · VIELHA

Tel. 973 64 32 61
www.escolamusicau.com
escuelamusicau@hotmail.com



us desitgem
Felicitat Sant Jordi!
Ara Nau



de 10 a 12.30 y de 2.30 a 7 h.

MAINADERA

tallas especiales
(hasta la 64)

colección
primavera - verano

vestidos de ceremonia

abierto todos los días

Tel. 973 64 72 02

LES (Val d'Aran)

La publicidad es una
inversión para su negocio



ANÚNCIATE!!



FARRE
Comercial

Puja - escales
(Cadires - Plataformes)
Enginyeria



93 817 26 81
609 314 500

www.farre.es



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

EL "TORNEO DE JUBILADOS"
DEL CLUB ESTÁ PERDIENDO
SU ESENCIA...

...YA NO
ES LO QUE
ERA...

...ESTAS MALDITAS
PREJUBILIZACIONES A
LOS CINCUENTA Y UN AÑOS
LO ESTÁN ADULTERANDO.



OBSERVEN... ¡OBSERVEN
LO MEJOR QUE TENEMOS
EN ESTE PAÍS!





Arancasa.com

973 64 27 13
609 73 99 84

WWW.ARANCASA.COM

CONSULTE TAMBIEN:
www.aneucasa.com

ERICHART@ARANCASA.COM

Av. Pas d'Arrò. nº 22 local 1
25530 - Vielha

Encantador duplex en Bagergue. Cuenta con salón comedor con chimenea, cocina americana, 3 dormitorios dobles, 2 baños completos, y plaza de parking con rampa calefactada. Apartamento como nuevo. Muy soleado y con impresionantes vistas. Precio inmejorable!! Gran oportunidad!!



Casas unifamiliares de obra nueva en Bagergue. Salón comedor con chimenea, cocina americana, tres dormitorios dobles, dos baños completos, un aseo, plaza de parking y trastero. Acabados típicos de la zona, totalmente amueblada y equipada, a estrenar. Muy buenas vistas. Precio: 450,760€

Esterri d'aneu: apartamentos de 2 y 3 dormitorios, excelentes acabados, cocinas amuebladas con electrodomésticos, zonas ajardinadas, contadores individuales de agua, gas y electricidad, muy buenas vistas, con parking subterráneo con acceso directo en ascensor, trastero.

Apartamento en pleno centro de Vielha, con salón comedor, cocina americana, con espaciosos altillo donde se encuentra el dormitorio. Precio: 216,300€

Precioso duplex en Aubert. 2 Dormitorios, 2 baños, parking y trastero. Calefacción a gas. Precio: 359,000€

Dúplex impecable en la pleta de Vielha, con tres dormitorios dobles, dos baños completos, salón comedor con chimenea y cocina americana. Situado en la zona nueva de Vielha, con buenas vistas. Precio :298.200€



Apartamento en Gausach. Amplio salón comedor con chimenea, cocina independiente, 3 dormitorios dobles, 3 baños, terraza de 25m2. Plaza de parking y trastero. Vistas espectaculares sobre Vielha, y muy soleado. Precio: 300,000€

Bonito ático en Forcat, lugar estratégico a 20-30 km de estaciones de esquí de Baqueira, Boi-Tauil y Cerler. Suelos de parquet, techos de madera, terraza con vistas. Bañera hidromasaje, cocina equipada. Calefacción a gas con contadores individuales, chimenea, armarios empotrados. Precio: 160,000€

casa unifamiliar en Vilamós. Cuenta con 3 dormitorios dobles, 2 baños completos, salón comedor con chimenea, cocina americana, parking en patio privado soleada, con muy buenas vistas. Situada en uno de los pueblos con más encanto del valle de Arán. Precio: 247,200€

promoción de 9 casas en Gausach. Disfrute de la montaña sin renunciar a las comodidades, impresionantes vistas sobre Vielha, muy soleadas y luminosas, acabados típicos de montaña, buenas calidades. Desde: 318,000€



apartamentos y casas de obra nueva en Vilamós. Apartamentos de 2 y 3 habitaciones, casas de 3 y 4 habitaciones, 1 y 2 baños más aseo. Cuentan con balcón terraza, parking y trastero. Cocina equipada. Precios desde: 200,000€ infórmese!!!!

Todas nuestras ofertas las encontrará en nuestra página web:

WWW.ARANCASA.COM

SOLUCIONES autodefinido

	V	A	C	A	D	A	S	R	I	A	D
	O	L	O	T	P	O	T	E	N	T	E
	L	E	B	R	E	L	R	A	M	A	S
	C	A	R	I	C	A	T	O	O	N	G
	A	A	L	U	C	I	N	A	D	O	R
	R	A	D	M	A	R	I	N	E	R	A
	M	O	D	E	R	A	D	O	R	A	V
	H	A	R	E	N	D	O	N	A	D	A
	A	R	A	B	I	C	O	A	D	I	R
	R	G	A	C	E	R	A	D	O	S	
	P	A	S	T	O	R	E	L	A	C	C
	A	B	T	E	A	S	I	R	I	O	S

sudokus

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

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

preguntas

RESPUESTAS:

- 1 - Noé.
- 2 - Cárcel de mujeres.
- 3 - El ozono.

La Fotografia domèstica

L'altre dia em van regalar una càmera de fer fotos: "Hòstia, una càmera, quina il·lúsió!". En tinc ja tres, i aquesta és la quarta. Però la persona no ho sap. El problema és que no sé com va. Com que té tantes funcions... Jo diria que té més funcions que el cos humà. Fixa't que no sé si apuntar-me a un curset de fotografia o d'educació sexual. Perquè entre la funda i el tripode... En qüestió de fotografia també hi ha el diafragma, l'obturació... Sembla una altra cosa, tu. Si tens el cap desviat, como jo, només penses en el mateix. Teòricament, amb aquestes càmeres d'ara no t'has de preocupar per res. Ho fan totes soles. Precisament, l'altre dia, parlant amb el Gallardo, em diu: "M'he comprat la càmera més ràpida del mercat". Dic: "Com ho saps, que és la més ràpida?". Diu: "Perquè li vaig fer una foto a la meva dona i va sortir amb la boca tancada". Es veu que la seva dona, la Roser, parla molt. És molt bona dona però té un defecte: no és que parli molt, és que encara no ha acabat de parlar. Va començar a parlar als catorze anys i encara no ha parat. Es veu que el tema és molt important.

Una de les funcions més desesperants de les càmeres automàtiques és l'opció d'autodisparo. Per molt que corris, sempre arribes tard. O a l'inrevés: per molt que t'esperis, sempre es dispara quan t'aixeques. "Calleu, calleu que ja està...". I quan et mous.... Clic! Perquè triguin a disparar depenent del país de fabricació: si és Cuba, que són com lents, tarden quatre minuts. Si les fan al Japó, com que van de cul, no tens temps de res: Clic! I si les fan a Espanya, directament no van. Un amic meu, fart de no sortir mai a les seves fotos, es va fabricar un *display* de cartró, amb la seva foto a tamany natural. Quan marxava de vacances se l'emportava i l'anava posant davant dels llocs on es volia fotografiar.

En aquests casos, el més pràctic és demanar-li a algú si et pot fer la foto. Autobiogràfic: l'altre dia em va passar a Madrid, a les *Torres Kio*. Li dic a una noia: "*¿Me puedes hacer una foto? I la va fer malament: "Yo no sé si sabré, no sé si sabré..."*". "Sí, dona, apreti aquí, apreti aquí". Al final em va agafar només la part d'aquí al mig. Jo estic bé, però tant com per centrar l'atenció aquí només... Erem tres i vam sortir quatre... Curiosament, sempre li demanes que et faci la foto a algú que no té ni idea, de fotografia. Necessites una hora per fer-li entendre què és un botó i com s'apreta, amb exemples pràctics i dibuixos. Això sí: quan reveles la foto veus que l'ha fet perfectament enfocada. Tallada a l'altura dels genolls, però enfocada. D'aficionats a la fotografia n'hi ha de tres tipus: 1 - Els que fan postals: "A mi m'ha agraden els *puestos*. Sortiu tots, sortiu tots!". I tothom darrere de la càmera. A més a més, es compren la postal i copien la foto: "L'he fet jo, eh, la foto!".

2 - Els que fotografien la família davant de tot arreu: sigui una catedral o un contenidor d'escombraries. Aquest personatge no té miraments: "Poseu-vos aquí, poseu-vos aquí!". I veus les famílies amb unes cares... La nena de setze anys: "Hosti, papaaa!". Tots avorrits. És un home que tot ho veu maco! Quan arriben a casa: "Poseu-vos aquí, que aquesta foto serà la de quan vam

arribar". I els nens: "Però si és casa nostra, papa!". I el papa: "És igual! Per si cau un dia!".

3 - I finalment, hi ha els tiren sis carrets sense sortir de l'hotel. Són les típiques fotos de gent dormint en calçotets, fumant amb dos cigarros al nas, fent banyes al del costat, ensenyant l'ampolla de whisky, ensenyant el cul, ensenyant-ho tot. "Això va ser quan vam anar a Atenes". És igual, xatos, estàveu tontos igual! A més a més, tothom surt amb allò tan horrible del ulls vermells. Però no del flaix. De la bufa que porten a sobre! Per què no ho arreglen, això, ja? Per què no inverteixen un milió de dòlars per arreglar-ho? La gent com gats, que horrible, quina por!

Els autèntics malats de la fotografia són els japonesos. Ho fotografien tot. Jo crec que el japonès ja neixen amb una camereta penjada del cordó umbilical. Fan fotos dintre de la mare i tot. "Que es mou!". Diu: "No, fa fotos". Més que fotos són ecografies. Quan neixen i el metge els pica el cul, no ploren. Li fan una foto i li diuen: "*Me he quedao con tu cala*". Tenen una mala llet, els japonesos petitets!

El que no entenc són les botigues que posen: "Revelat en una hora". Que dius: una hora? Quan arribes et diuen: "Estan a punt, s'estan assecant". Que hi ha, allà? Un tio mullant-les o què? No m'han dit una hora? "Bueno, bueno, passi d'aquí una hora i quart". Però si sempre tarden de dotze hores a dos dies! Sort que quan vas a recollir-les et fan un regal. Són tan esplèndids que et deixen escollir entre un carret marca *no-t'hifixis* de l'any 74 o un àlbum que sembla una llibreta de La Caixa amb fulls de cel·lofana. Que lliques les fotos per un costat i et cauen per l'altre. Ara s'ha posat de moda les fotos en format panoràmic. Sabeu què vull dir? Aquelles que són allargades. És clar, si vols que quedin bé has de fotografiar coses llargues: un fluorescent, una llonganissa, un fanal, una escombra, la programació de TV3 abans que comenci *La Cosa Nostra*...

El problema és quan vols fer un retrat. L'hi has de fer a algú o molt alt, tipo Marichalar per exemple: "Marichalar, ponte aquí" i el Marichalar es posa allí amb aquella cara que té. O l'Urdangarín! A la Casa Reial tots van amb panoràmiques! I quan s'ajunten tots, surt un tros de fotografia! Fins i tot el nen petitet que han tingut ja ha fet una estirada. Ja fa metre cinquanta i només té tres mesos. Com deia, la foto panoràmica l'has de fer a algú o molt alt, o molt ample. Un amic meu volia fer una foto panoràmica, de cos sencer, als seus pares amb els sogres. Van haver d'aixecar un pilar de quatre amb folre i manilles, sinó no hi havia manera que sortissin. Clar, imagina't la seva sogra, que era més baixeta, fent d'exaneta. Aquella pobra dona, que se li veia la combinació per sota.

Si no teniu càmera de fer fotos, no passa res. Aran venen aquestes de cartró de *usar y tirar*. El que heu de procurar és no fer com el Palomino, que després de fer les fotos va llençar la càmera: "*Coño, ¿no pone de usar y tirar?*".

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

LOU PITCHOUNET

abierto
todo
el año

EN EL PARQUE TERMAL



Publi & Graf

c/ Jaime II, 14 Baixos
(darrera Cinema de Vielha)
25530 Vielha - Tel. 973 64 29 27

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 vallados
Pintura de interiores
Pintura de madera y metales de exteriores
Mudanzas dentro del Valle de Arán



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

CARTA DE SEPARACIÓN DE UNA MUJER A SU MARIDO

Querido esposo:

Te escribo esta carta para decirte que he decidido dejarte, por el bien de los dos.

He sido una buena mujer para ti estos siete años, y sin embargo no puedo decir nada bueno que me haya tocado a mí.

Estas dos últimas semanas han sido un infierno: Hoy, tu jefe me llamó para decirme que habías renunciado al trabajo y eso fue lo último que pude soportar.

La semana pasada, viniste a casa y no mencionaste nada acerca de mi corte de pelo, ni del arreglo de mis uñas; cociné tu comida favorita y hasta estrené

un nuevo camisón, pero tu, llegaste a casa, comiste en dos minutos y te fuiste directo a la cama después de ver el partido de fútbol.

Ya nunca me dices que me amas y ni tan siquiera me acaricias.

O me estás engañando con otra o ya no me quieres.

De cualquier manera, me quiero ir y te abandono.

P.D. No trates de buscarme. Tu hermano y yo nos mudamos a Baracaldo juntos. Que te vaya bien

Tu Ex-esposa.

CONTESTACIÓN DEL MARIDO A LA EX - MUJER

Querida Ex-esposa:

No sabes que alegría me ha causado recibir tu carta.

Es verdad que tú y yo hemos estado casados 7 años, aunque eso no significa que hayas sido una buena mujer. Todo lo contrario.

Verás... Yo veo tantos partidos de fútbol para tratar de ahogar el aburrimiento que me causan tus constantes quejas y malas actitudes.

Que pena que no funcionó nuestro matrimonio, porque yo te amaba.

Claro que noté que te habías cortado el pelo y la primera cosa que me vino a la cabeza fue: '¡¡¡Joder, si parece un hombre!!!...pero mi madre me enseñó que si no puedo decir algo bueno de alguien, es mejor no decir nada.

Cuando cocinaste mi plato favorito, debes haberme confundido con mi hermano, porque yo dejé de comer cerdo hace casi 7 años.

Me fui a dormir cuando te pusiste ese camisón, porque

la etiqueta con el precio todavía estaba pegada a la prenda y recé pidiendo que fuera coincidencia que mi hermano me pidiese prestados 50 euros esa misma mañana cuando la etiqueta marcaba 49,99.

No obstante y como todavía te amaba, pensé que todavía podíamos resolver lo nuestro, así que cuando descubrí que había sido el único acertante de la lotería de diez millones, renuncié a mi trabajo para tener todo el tiempo para ti y, además compré dos boletos para Jamaica. Pero cuando llegué a casa, tú ya te habías marchado.

Todo ocurre por una buena razón, eso creo.

Espero que tengas la vida que siempre deseaste.

Mi abogado dice que gracias a la carta que me dejaste, no recibirás ni un céntimo, así que cuidate mucho.

P.D. Ah, no se si alguna vez te comenté esto antes, pero mi hermano, Carlos, cuando nació, se llamaba Carla. Confío en que esto no te será un problema.

Firmado,

Rico y Libre!!!

AUTOBÚS DE LA 3ª EDAD

En un autobús viaja un grupo de 40 personas de la 3ª edad camino de Lourdes. Todos ellos de avanzada edad.

Al poco rato de iniciar el viaje, se acerca una de las viejecitas del grupo al chófer y le ofrece un puñadito de cacahuets pelados. El chófer los acepta, le agradece el gesto a la mujer y se los come todos de un golpe.

A los cinco minutos vuelve la mujer y le ofrece otro puñado. El conductor no lo duda y se los vuelve a comer.

La mujer sigue ofreciéndole

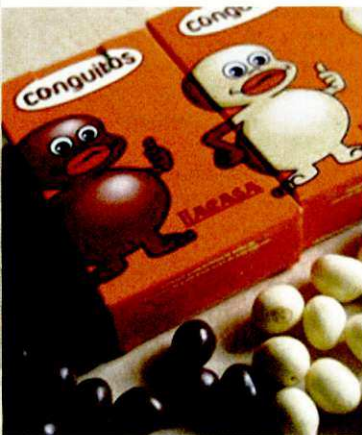
puñaditos de cacahuets pelados hasta que el conductor, tras comerse una docena, le dice a la señora educadamente:

- Le agradezco los cacahuets, ¿pero no cree que sería mejor ofrecérselos a sus compañeros?

A lo que la mujer le responde:

- No joven, mis compañeros y yo no tenemos dientes y no podemos masticarlos,....

...ÚNICAMENTE CHUPAMOS EL CHOCOLATE QUE LOS RECUBRE...



horoscopo

ARIES

AMOR: Momento para tomar decisiones, abre la puerta al amor, para aquellos que no tengáis pareja es tiempo de cruzar vuestra vida con una persona que os haga feliz. Buen momento para el amor.



SUERTE: Vas a salir de esos momentos de duda, lánzate a comprar lotería, tienes a los astros a tu lado. Si tienen algún asunto que resolver verás como todo se arregla favorablemente para ti. Vigila las caídas y tu alimentación.

TRABAJO Y DINERO: No te agobies por ese problema de dinero que te está quitando horas de sueño. Tienes que buscar la manera de hablar con tus familiares y verás como no tenias porque preocuparte tanto, no hay mal que cien años dure. En el trabajo se presentan momentos para mejorar.

TAURO

AMOR: Es momento de tomar decisiones, aunque estas sean dolorosas. No podemos engañar a nuestros sentimientos, y el amor tiene caducidad.



SUERTE: Llegará a través de una persona muy querida y cercana a ti, dejate llevar porque te va a sorprender. Puedes conseguir todo aquello que has estado esperando.

TRABAJO Y DINERO: Tienes posibilidad de cambio de trabajo o de lugar. Escucha con atención la oferta porque ello repercutirá en tu economía. Cuidado con el coche o la moto se prudente.

GEMINIS

AMOR: Vas a vivir momentos de pasión y ternura como nunca. Ese ser maravilloso está a punto de llegar a tu lado, procura sacar toda la sensualidad que hay en ti, rompe con los tabus y disfruta plenamente.



SUERTE: Tendrás noticias del pasado que te harán feliz ya que volverá a tu vida aquella gente de la que no sabías nada hace mucho tiempo. Cuidate de la humedad de la noche.

TRABAJO Y DINERO: En el trabajo procura no enfrentarte a ningún compañero, ello haría que te sintieras agobiado. La economía familiar está un poco justa pero vas a salir airoso si te lo tomas con calma.

CANCER

AMOR: Abre bien los ojos, porque se va a cruzar en tu camino tu pareja ideal, no hace falta que la busques porque está a la espera.



La luna llena del día 9 te es muy favorable.

SUERTE: Ponte en marcha si quieres coger esa racha de suerte que pasa por tu signo, eso si, si juegas hazlo con prudencia, ya que los beneficios serán escasos. Toma el Sol.

TRABAJO Y DINERO: Buen momento para buscar trabajo y si estás empleado de mirar como mejorar ya que los aspectos te son muy favorables. La economía será correcta si no haces alguna inversión alocada

LEO

AMOR: La suerte está en tus manos pero debes de romper viejas ataduras para crear ese ambiente de lujo y placer que te gusta. Encontrarás el modo de llegar a la persona que ansias, si te muestras más humilde.



SUERTE: La suerte hay que tentaría con sabiduría ya que si nos confiamos a veces los reveses son difíciles de superar. Este mes tendrás una buena racha pero corta.

TRABAJO Y DINERO: Tienes ingresos extras que no esperas, fruto de un trabajo que hiciste hace tiempo y ya no esperabas cobrar. Momento de poner al día los papeles.

VIRGO

AMOR: Toca a su fin ese tiempo de tristeza que arrastras por un desengaño amoroso, viene a ti una pareja que te va a compensar todos los malos ratos que has pasado, a partir de la segunda semana.



SUERTE: No es un mes atornudado. Vas a tener que buscar el medio de hacer que la fortuna llame a tu puerta, pero vas a dedicar tanto tiempo a nivel sentimental que todo lo demás será accesorio. No siempre tenemos todo a favor.

TRABAJO Y DINERO: En el trabajo eres apreciado, y te lo harán saber. Serás recompensado mediante un premio o regalo que molestará a algún compañero. No entres al trapo. Eres muy constante y eso da resultados positivos.

LIBRA

AMOR: Amigo libra tu no puedes vivir sin amor. Si no tienes pareja este es el momento de mirar alrededor pero con tranquilidad. Son tantos los frentes que tienes abiertos que la duda ha entrado en tu corazón por el miedo a equivocarte. Deja que las cosas fluyan por si mismas porque te mostrarán el camino correcto.



SUERTE: No paras quieto ni un instante, eso hace que la suerte que pasa por delante en alguna ocasión se te haya escapado sin enterarte, se más reflexiva y estate atenta a los acontecimientos.

TRABAJO Y DINERO: Te van a compensar con un traslado y/o aumento de categoría. Es el momento de aceptar y conocer nuevos lugares y cambiar de aires lo cual va a ser muy beneficioso para ti.

ESCORPIO

AMOR: Vas a tener la fuerza y la inteligencia para apartarte de personas o lugares que no son convenientes ni cuadran contigo por tu forma de ser. Momentos para reflexionar y pensar en aquel amor que dejaste atrás.



SUERTE: La suerte llama a tu puerta y entra a raudales, los esfuerzos que has hecho van a ser compensados.

TRABAJO Y DINERO: Te van a valorar por tus esfuerzos y dedicación, debes buscar el modo de sin molestar a nadie decir las cosas que te gustaría cambiar.

SAGITARIO

AMOR: Si tienes pareja vais a dejar atrás viejos rencores y si no tienes pareja vas directo hacia cupido. Cuidado con las aventuras extra conyugales, porque pueden hacerse publicas. Una relación no se basa solo en el sexo, hay muchas cosas más.



SUERTE: Tienes a todos los astros a tu favor, vas a ganar una suma en juegos de azar lo que te permitirá un viaje que venias posponiendo por falta de liquidez.

TRABAJO Y DINERO: Parece que por fin vas a conseguir ese puesto de trabajo que ansias y que te reportará beneficios suficientes para darte algún capricho especial. Ojo con gastar a lo loco.

CAPRICORNIO

AMOR: Si estás pensando en cambiar de pareja, ten prudencia, los resultados te podrían llevar a consecuencias poco recomendables.



SUERTE: Una vez te pongas las pilas, recuperaras todo el caudal de suerte que te corresponde, si quieres jugar hazlo en pequeñas cantidades.

TRABAJO Y DINERO: Si trabajas por tu cuenta, deberás buscar el modo de hacer un cambio para que la gente te vea más. En este momento tu negocio está oculto.

ACUARIO

AMOR: Todo lo que te preocupa cambia a partir de ya. La primera quincena del mes vas a tener noticias de esa persona que tanto te preocupaba, sabrás el motivo de su silencio y eso te llenará de paz y amor.



SUERTE: Después de un tiempo largo, la suerte da un giro y se posa en tu signo, lo notarás ya la primera semana del mes, vas a descubrir cosas que desconocías que te van a sorprender.

TRABAJO Y DINERO: Si estás buscando trabajo o cambiar del actual tendrás que esperar un poco, tampoco demasiado, pero es que ahora los movimientos no serian demasiado favorables.

PISCIS

AMOR: Es momento para tomar las riendas de nuestra vida y cambiar todo aquello que no este bien. Llevas tiempo esperando reunir la fuerza para tomar una decisión. Ha llegado ese momento.



SUERTE: Se acaba la mala racha, vas a tener buenas noticias respecto a un asunto legal que estaba paralizado y que se resuelve favorablemente para ti. Te va a dar el poder de tomar decisiones que pensabas imposibles.

TRABAJO Y DINERO: Vas a poder hacer ese cambio de trabajo que querias. Te llamarán pronto para darte la noticia.



COSMÉTICA NATURAL Y NO AGRESIVA

El uso de productos cosméticos naturales y no agresivos es una forma de cuidar el medio

ambiente y de proteger nuestra salud. Estos productos están elaborados con ingredientes

de origen natural y no contienen sustancias químicas agresivas que dañen la piel o el

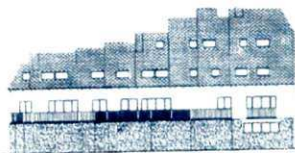
medio ambiente. Además, son biodegradables y no contaminan el agua ni el suelo.

Al elegir cosméticos naturales y no agresivos, estamos optando por un estilo de vida más

sostenible y saludable. Estos productos nos ayudan a cuidar nuestro cuerpo y el planeta,

al tiempo que nos brindan los beneficios de la naturaleza. ¡Cuidarnos y cuidar el mundo!





FACHADA ESTE

**COMPRA A PRECIOS DE
TASACIÓN
(SOBRE PLANO)
INMEJORABLE.**



CASA ADOSADA CON 3 DORM.,
2 BAÑOS, BUARDILLA Y SALÓN
COMEDOR CON CHIMENEA.
PARA ENTRAR A VIVIR.
252.000 €



PRECIOSA CASA CON 2
DORMITORIOS Y 2 SUITES,
COMEDOR CON PEQUEÑO
JARDIN. 2 AÑOS. CONSULTAR
PRECIO



Piso nuevo, amueblado, 2
dorm. 2 baños. Comedor,
cocina office. Plaza parking.
180.300 €.



PRECIOSO PISO DE 3 HAB.
TERRAZA DE 40 M2. SOL Y
VISTAS. ULTIMO PRECIO
HASTA DICIEMBRE 185.000€



PRECIOSO TRIPLEX CON
COMEDOR DE 50 M2. VISITA
INMEDIATA. PRECIO
NEGOCIABLE



Borda a reformar dentro de
casco urbano con
anteproyecto. 70.000€



OBRA NUEVA. PRECIO VENTA
DE PISOS POR TOTAL
SUBROGACIÓN HIPOTECA
INFORMATE!!
TERRAZA DE 50m². 3 dorm



Borda + casa + terreno de
2.500 m². Acceso, agua y
luz. 240.000 €.

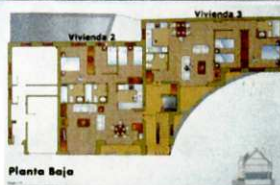
ALQUILERES DE OBRA NUEVA DESDE 500 €/MES. 4 HAB



PISO DE 3 DORM. 2 BAÑOS,
COCINA DE 15M2. OBRA
NUEVA. PARKING. 210.000.-€



Terreno de 300 m² en Fos.
Increíbles vistas. Orientación sur.
Para construcción de una vivienda.
32.000 €.



OBRA NUEVA EN LES. PARA ENTRAR A VIVIR, 2 Y
3 DORMITORIOS, PARKING Y TRASTERO.
PRECIOS 200.000€



LUTZ - ARAN

Tel.: 609 20 88 03

SERVICIOS DE LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

PISOS - COMUNIDADES - HOTELES - RESTAURANTES - PISOS EN OBRAS - CRISTALES



El pueblo de Bausén es el municipio más septentrional de Cataluña.

Desde el siglo XV pertenece a la demarcación de Quate Locs e inicialmente, según documentos medievales, se denominaba Balsen y Bolson.

desapareció, por un incendio, en el 1.823, y estaba ubicado a poco más abajo del actual, que se encuentra a 808m. Su término municipal abarca 17,62km² y se encuentra a la izquierda del río Garona, en su último tramo por el Valle y a la derecha del río Bausén.

Hoy en día viven unas 40 personas. Su mayor censo lo obtuvo en 1.860, con 515 habitantes.

La población forma un conjunto de casas agrupadas en una situación privilegiada, por las espectaculares vistas, que tiene del Valle de Torán. Las casas que se conservan de antes, mantienen una arquitectura tradicional y son todas ellas muy antiguas.

La Iglesia primitiva estaba dedicada a Santa Eulalia y tras el incendio y posterior construcción, la nueva se dedicó a San Peir ad Vincula y es un edificio de principios del siglo XVIII. La dovela de la puerta es renacentista, y esta fechada en 1.709. La nave está cubierta con vuelta de cañón y presbiterio cuadrado. A la izquierda de la puerta de entrada hay un fragmento de la estrella cineraria romana de mármol oscuro con tres bustos en bajo relieve, bajo arcos de herradura y signos astrales.

En las cercanías del pueblo se encuentran las ermitas de San



Bausén

Roque y de Santa Ana.

Bausén fue testimonio de una triste historia de amor. Ocurrió a principios del siglo pasado, cuando una joven pareja del pueblo se enamoró locamente y decidieron casarse. Debido a sus vínculos familiares, eran primos, el sacerdote no les quiso dar el sacramento al no poder pagar la elevada suma de dinero que costaba la dispensa eclesíastica de Roma. La pareja decidió compartir su vida, sorteando todos los inconvenientes de aquella época. Tuvieron un hijo.

A los pocos años, en 1.919, murió Teresa y debido a su adulterio no pudo ser enterrada en el cementerio del pueblo ya que el sacerdote se volvió a negar. Los habitantes de

Bausén decidieron enterrarla al día siguiente en un lugar privilegiado, cercano al pueblo. Encima de la tumba hay una sencilla inscripción: "A mi querida Teresa".

En Bausén podemos hacer una bonita excursión que comienza en la carretera N-230 y que sube por el borde del río Bausén hasta el pueblo y continuar dando una ruta circular. Es una excursión muy bonita y sin ninguna dificultad técnica. Además es muy conocido el barranco deportivo que hay en el río.

Fecha	Nombre
15 AGOSTO	FIESTA MAYOR DE LA MADRE DEL SEÑOR DE AGOSTO
16 AGOSTO	FIESTA MAYOR DE SAN ROQUE
29 JUNIO	FIESTA DE SAN PEDRO
26 JULIO	ROMERIA A LA ERMITA DE SANTA ANA

Pontaut

El caserío de Pontaut depende de la población de Pontaut. Está a la izquierda del Río Garona, a 630m de altitud. Es el último núcleo habitado antes de llegar, a 2km de distancia, al lugar limítrofe de Eth Pont de Rei, la principal salida del Valle hacia tierras francesas.

El puente, que da nombre al lugar (fue hecho construir por

el Rey Renat) fue construido modernamente y aprovecha que el río Garona se estrecha en este punto entre dos peñascos. En Pontaut podemos encontrar un par de restaurantes y una gasolinera.

Pertenece a la demarcación de Quate Locs.

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

el inglés es fácil!

A lecture about English

A linguistics professor was lecturing to his English class one day. "In English," he said, "A double negative forms a positive. In some languages, though, such as Russian, a double negative is still a negative. However, there is no language wherein a double positive can form a negative."

A voice from the back of the room piped up, "Yeah, right."

ALUMNA DEL MES



Laura Moreu Barra

"Laura, tus padres lo han tenido claro desde el principio - El Inglés es primordial. Ya vas mejorando tú nivel cada día y se nota. En mayo te presentarás para tu primer examen de Cambridge, Starters. Estamos seguros que lo harás muy bien"

ENGLISH SUMMER CAMP



¡Informate!

- Niños de 7 a 14 años
- Grupos de 5 a 8 alumnos
- De Julio a Septiembre

100% ENGLISH SUMMER CAMP VAL D'ARAN una nueva forma de disfrutar el verano

Calle Arnals, 7 (frente Hospital) - 25530 VIELHA - Tel. 973 64 10 95 620 855 965 - www.tep.es - tep@tep.es

Tilo

DATOS

Nombre Científico: Tilia Platyphyllos Scop

Familia: Tiliaceae

Nombre Vulgar: Tilo de hojas grandes, Tilo, Til·ler (Catalán), Telh (Aranés)

Hábitat: En zonas húmedas, con suelos ricos en nutrientes y preferentemente ácidos. Pueden aparecer en altitudes entre los 50 y los 1.700m.

Origen: Sur, centro y oeste de Europa, Asia Menor y el Cáucaso.

Características: Árbol caduco de gran porte, puede llegar a los 40m de altura y de copa globosa cuando crece aislado. Es una especie muy longeva..

Las hojas son caducas y grandes, de 10 a 15cm, acorazonadas, con los lados desiguales en la base y con ápice puntiagudo. Sus bordes están aserrados y festoneados. El haz es de color verde oscura y su revés más claro. Tiene unos pelillos blancos en el arranque de los nervios.

Las flores aparecen en la axila de las hojas. Sostenidas por una especie de hoja larga y angosta, de la que sale un rabillo en el que aparecen entre 3 y 5 flores. Su floración es en verano.

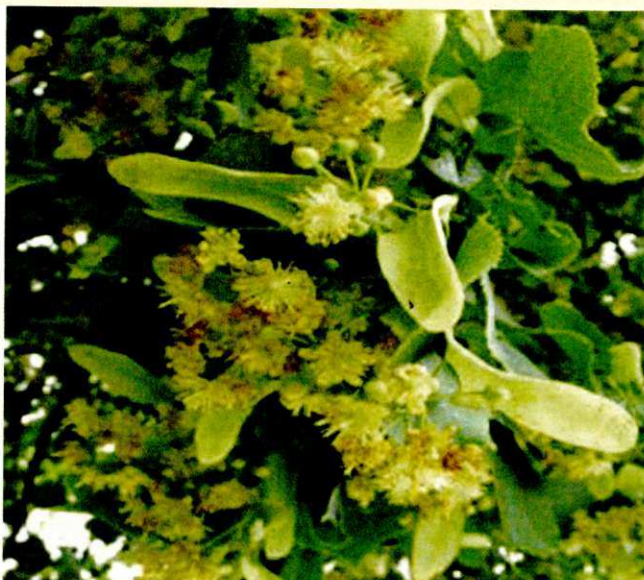
El fruto es seco indehiscente. Es una cavidad redonda y pelosa que contiene entre 1 y 3 semillas. El fruto es vellosa y con costillas radiales, de unos 8 a 10mm de grosor.

Otros datos de interés:

Se trata de un árbol del que se dice que posee poderes de protección, inmortalidad, suerte, amor y sueño. Las ramas del tilo se cuelgan de la puerta con fines protectores, o se planta un tilo en el jardín, para encomendarle la protección de la casa. Se dice que, antiguamente, las mujeres hacían sacrificios a los tilos como parte de ritos religiosos. En su madera se graban encantamientos para la buena suerte.

Componentes:

- Las flores contienen aceite esencial y alcohol sesquiterpénico.
- Flavonoides.
- Glucósidos.
- Taninos.
- Taraxerol (Corteza interna).



Uso interno:

- Relajante
- Estimulante del apetito.
- Aliviante de los procesos catarrales y del insomnio.

Otros usos:

El tilo se caracteriza por tres usos principales: ornamental, medicinal y productivo. En su uso ornamental se utiliza porque cumple una labor de protección natural contra el sol; en verano mantiene la casa fresca y en invierno apenas quita la luz. Su función medicinal es la más requerida, ya que la infusión de sus hojas tiene propiedades relajantes. Además de ser estimulante del apetito, aliviante de procesos catarrales e insomnio.

En su función productiva destaca su madera, casi blanca y que se oscurece al contacto con el aire. Se seca rápido y goza de buena estabilidad. Es una de las maderas preferidas para tallar desde hace siglos y es también utilizada para la fabricación de muebles, escaleras y zapatos.

RECETARIO

- Para calmar la ansiedad y reducir la presión arterial, deje reposar, una o dos cucharaditas en una taza de agua hirviendo y déjela diez minutos. Cuélelo y tómese la infusión. Tomar una taza cada 2-3 horas.

- Para estimular el apetito realice la misma infusión que para calmar la ansiedad, pero déjela reposar únicamente 5 minutos. Tomar 3 tazas al día.

- Para relajar los músculos, el remedio consiste en llenar la bañera de agua caliente y añadir un buen puñado de flores de tilo. Darse un baño de 20 minutos es suficiente para quedar relajado. Recomendado para niños hiperactivos antes de ir a dormir.

- Con la parte interior de la corteza se puede combatir la migraña.



Artículo escrito por
Jorge López Pallarés para ARAN NAU

Vuelven las aves migratorias



Este mes de abril se termina la temporada de esquí, los días son cada vez más largos y el deshielo es presente en las zonas más bajas de la montaña. Hace semanas que han ido llegando las especies de aves que

marcharon a finales del pasado verano. Algunas son muy fáciles de detectar, como las golondrinas, aviones y vencejos, ya que vuelan por encima de los pueblos y prados cercanos y sus siluetas son inconfundibles. También nos llamará la atención un pajarillo pequeño, de colores amarillentos y que canta a pleno pulmón posado sobre tejados, árboles o farolas, es el verdicillo (*Serinus serinus*) cuyos machos marcan así los territorios de cría. Otro pájaro fácil de ver en tejados y vallas, de color oscuro pero con una cola roja muy visible cuando alza el vuelo es el colirrojo tizón (*Phoenicurus ochruros*), los machos cantan con fuerza y es difícil que pasen desapercibidos.

Pero también hay otras especies que pasan más desapercibidas por sus costumbres, ya que las encontramos menos cercanas a los lugares habitados, o por su pequeño tamaño y discreción. Entre las que se acomodan en lugares poco visitados están algunas eminentemente forestales, como el torcecuello (*Jynx torquilla*) o el halcón abejero (*Pernis apivorus*), mientras que podemos citar como ejemplos de las que optan por prados tranquilos las alondras (*Alauda arvensis*) o las collalbas grises (*Oenanthe oenanthe*). Sobrevolando las laderas a la búsqueda de los primeros ofidios que se solean entre las rocas se desliza el águila culebrera (*Circaetus gallicus*).

Todas las especies que se desplazan a pasar el verano en el valle son migratorias, y crían en estas montañas. En abril se observa ya una gran

actividad de preparación de nidos, marcaje y defensa de territorios y establecimiento de parejas. El tiempo suele ser cambiante, ya que el invierno se resiste a abandonar las zonas más altas, por lo que suele ser más interesante recorrer los prados y bosquetes del medio y bajo Arán, donde podremos avistar en los ríos al mirlo acuático (*Cinclus cinclus*) que ha empezado ya la cría y se afana en llevar alimento a los pollos.

Es un momento de transición, por un lado la primavera ya apunta en el verde de la hierba que empieza a crecer en las zonas más soleadas; por otro la nieve cubre la alta montaña y no permite que asciendan demasiado las aves que necesitan alimentarse de insectos. Pero incluso en esos días donde parece que regresa el mal tiempo invernal la actividad de la naturaleza no se detiene. No hay más que coger unos prismáticos y buscar en los barrancos al caer la tarde los distintos herbívoros que intentan recuperar el peso y energías perdidas en la supervivencia del invierno. Ciervos, corzos, jabalíes y rebecos se reparten el terreno y se afanan en comer las primeras hierbas nacidas al calor de este mes de abril.

El vuelo y canto de las aves migratorias nos anuncia la primavera, por tanto es hora de ir guardando los esquís y pensar en engrasar las botas para disfrutar de las caminatas de los próximos meses.



Artículo escrito por el Sr. Ximo Nieto



RECI 25-25583 DGP 3485



INSTAL·LACIÓ I MANTENIMENT DE:
ALARMS ANTIFURT
VIDEO VIGILANCIA (CCTV)
SISTEMES CONTRA INCENDIS
PROTECCIO PERSONAL I LABORAL
DOMÒTICA
CONTROL D'ACCESOS

PUNT DE SERVEI A LA VAL D'ARAN

XAVIER BORGE

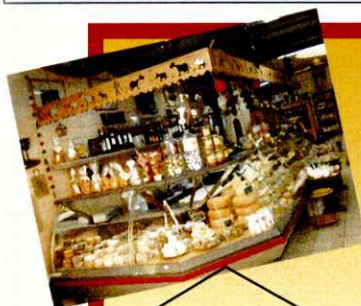
Tel. 605 08 05 15

**Estas cansada de
Planchar?**

Llamanos!

*Te recogemos y te
entregamos la ropa*

Tel. 609 20 88 03



Fromagerie du Vignemale



- Especialidades del Pirineo
- Quesos, patés, vinos y licores
- Biscuits y pastas

Teléfono
00 33 561 79 88 79

22, Allée d'Etigny (Frente al Ayuntamiento) 31110 - LUCHON



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, Betlà, 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

NOUS TE REGRETTERONS

Nous avons perdu un ami. Une sorte de nous-mêmes, qui, sans lui parler nous comprenait, jamais il ne se fâchait avec nous, ni avec les membres de notre famille. Un être toujours content et prêt à faire toujours la fête à tous, petits et grands. C'était notre Chien. Nous l'avions eu minuscule. Et tout de suite dans notre famille, il s'était intégré. Caressé, dorloté, considéré comme un de plus parmi nous. Il avait grandi sans tracas, jamais maltraité, dans ce monde cruel qu'il ignorait. Pendant des années, il avait mangé la même chose que nous, et assisté à toutes nos fêtes et nos repas d'amis, toujours gentil et discret, se laissant caresser par tout le monde, sans jamais montrer les dents à ceux qui lui montraient la main, chose que les hommes ne font pas.

Les années se sont doucement écoulées sur nos épaules à tous, mais pas de la même façon que pour toi, car par 7, les années ont été comptées. Nous n'avons jamais bien su à quelle race tu appartenais, car si à la maison on parlait espagnol, tu nous comprenais, et même une fois où nous avons reçu un anglais, en te parlant, la fête tu lui as fait, de la même façon qu'à nous. Alors, à partir du moment qu'en vieillissant, c'est devenu pénible pour toi, nous t'avons souvent amené à ton docteur. Mis ton lit au chaud près du radiateur et nous t'avons donné les friandises que tu as toujours aimé. On te sortait prendre l'air tout en restant près de toi, de façon à ce que tu ne te sentes pas seul.

Hier, en passant près de toi tu nous as regardés d'une drôle façon. Ta tête plaquée au sol, les yeux entrouverts et tournés vers le ciel. J'ai pris ta

tête, j'ai l'ai caressé et je t'ai parlé en te disant « Mon ami, c'est la fin », et tu peux être sûr que s'il y a un ciel pour les chiens, tu y seras très bien reçu, car tu as toujours été honnête et à tous tu nous a bien aimée. Et si cela peut te faire plaisir, nous t'avons tous aimé très fort. Et de notre famille, à part entière, nous t'avons considéré de par ta gentillesse et ta discrétion. Nous penserons à toi longtemps et nous te regretterons, et nous te remercierons de toutes les nuits tranquilles que nous avons pu dormir car tu vieillais sur nous. J'ai souvent entendu dire à des personnes qu'ils vivaient une vie de chiens. Toi, tu as eu une vie que mérite tout être vivant sur notre planète.

Et nous regrettons que depuis que la vie moderne a accaparé l'homme, nos vieux meurent sans amour ni affection dans des mouiroirs que je considère comme des abattoirs à la chaîne pour riches ou pauvres. Comme si les vieux, c'était des choses qui dérangent, sans penser que demain, ça va leur arriver, à leur tour, mais ça ne fait rien pour les hommes, c'est le présent qui compte, et un présent d'avarice et de laisser aller.

Ce matin en nous levant, nous t'avons trouvé mort et encore chaud. Notre journée à tous a été très triste et sans fin, car nous sentions le vide que tu nous avais laissé. Nous avons décidé de t'enterrer dans un coin de notre jardin, qui sera bien à toi. Et même sans croix, ni pierre tombale, chaque fois que nous passerons devant toi, on aura une petite pensée pour toi. Mais rassures toi, pour nos vieux parents, nous avons fait la même chose. Soignés et aimés jusqu'à leur fin, et enterrés dans un cimetière digne, pour humains. Et comme pour toi, notre mémoire restera pour toujours avec notre amour et gratitude de nous avoir aimés, soignés et dorlotés.

L'AUTOMEDICACIÓ DE MASCOTES

Sovint sentim parlar a metges i farmacèutics sobre els riscos i conseqüències de l'automedicació de les persones. L'ús de medicaments sense la indicació d'un metge pot comportar greus problemes per la nostra salut. En el cas dels animals passa exactament el mateix.

Quan els animals i les persones tenen problemes o malalties similars pot haver la temptació de usar el mateix remei que fariem servir per a nosaltres mateixos sense consultar amb un veterinari. Es pot pensar que si un medicament funciona en les persones, perquè no ho ha de fer en el nostre animal.

Tampoc s'han seguit les recomanacions d'algun conegut que us assegurí l'eficàcia d'un remei. Sovint malalties molt diferents i amb tractaments totalment diferents, poden compartir símptomes molt similars.

Actualment, Internet també pot arribar a ser font de problemes. Existeixen multitud de pàgines amb informació veterinària que us pot arribar a confondre així com a fòrums on la gent hi va deixant informació i sovint recomanant remeis.

Hi ha aspectes del metabolisme i funcionament dels òrgans de les mascotes que poden arribar a ser totalment diferents als dels humans i es per això que es poden produir greus conseqüències de medicar els animals sense els coneixements adequats.

El vostre veterinari és qui coneix els avantatges, conseqüències i dosis adequades per a medicar eficaçment les vostres mascotes. En moltes ocasions es recepten medicacions humanes per a als animals, però en aquests casos, es fa sabent les dosis exactes que cal fer servir i que el remei no és perjudicial.

Una mala administració de les medicacions o no complir les pautes donades pel veterinari, pot generar greus problemes, ja sigui no sent eficaç i no curar l'animal com

provocant altres alteracions i tenir serioses conseqüències.

La sobredosi i la intoxicació són els problemes principals que poden causar les medicacions humanes en les mascotes. Alguns productes molt usats i molt coneguts, com podrien ser l'Aspirina o el Gelocatil, poden fins i tot arribar a causar la mort de la vostra mascota.

En cas d'haver donat alguna medicació sense expressa indicació i que posteriorment l'animal hagi de ser visitat per un veterinari, cal que ho advertiu. Alguns símptomes que pugui tenir la mascota podrien provenir de l'administració d'aquest medicament o bé emmascarar símptomes importants per el diagnòstic.

En alguns casos una medicació donada per vosaltres podria impedir que el veterinari pogués tractar correctament l'animal si existeix alguna contraindicació, ja que hi ha medicaments no poden ser combinats.

De la mateixa manera que em vist que no es pot comparar l'ús i l'eficàcia dels medicaments entre les persones i els animals, tampoc es poden tractar totes les espècies de la mateixa manera o amb els mateixos remeis. Per molt similars que puguin semblar, un gat i un gos poden tenir moltes diferències en la resposta a un medicament. Medicacions que es recepten en gossos poden no ser útils en gats i viceversa.

El mateix pot succeir amb altres espècies com aus, rèptils, conills, fures...

Abans de donar qualsevol remei a les vostres mascotes caldria que demanéssiu consell al vostre veterinari. Ell és qui us pot donar assessorament professional sense risc de perjudicar l'animal.



Infracciones de tráfico

Son infracciones de tráfico o multas de tráfico, las acciones u omisiones contrarias a la Ley de Tráfico o sus Reglamentos. Puede ocurrir, que determinadas infracciones de tráfico constituyan delitos o faltas penales, en cuyo caso, la Administración suspenderá el procedimiento administrativo hasta que exista sentencia judicial firme u otra resolución que ponga fin al procedimiento penal sin declaración de responsabilidad. Ello es así para salvaguardar el principio de "non bis in idem", es decir que no se puede "castigar" por un mismo hecho por dos vías distintas.

PROCEDIMIENTO ADMINISTRATIVO

El hecho de cometer una infracción contra la Ley de Seguridad Vial y que posteriormente dicha infracción se convierta en sanción, debe seguir necesariamente unos trámites de procedimiento administrativo, con arreglo a la Ley de Seguridad Vial, así como a la Ley del procedimiento administrativo Sancionador y a la de Régimen Jurídico de las Administraciones Públicas y del Procedimiento Administrativo Común.

Existen infracciones de tráfico de carácter leve, grave y muy grave y son sancionadas de la siguiente forma: las leves, con multa de hasta 91€, las graves, de 92 a 301€ y las muy graves, de 302 a 602€ además de la suspensión del permiso hasta tres meses.

El procedimiento administrativo sancionador comienza por la denuncia de la supuesta infracción. Esta debe contener identificación del vehículo, de la persona denunciada y una relación de los hechos. En el momento en que se notifica la denuncia se abre una fase de alegaciones de quince días en la que el denunciado puede proponer prueba. Examinadas las alegaciones y la prueba, la autoridad competente remitirá una resolución en la que se estima o no si los hechos denunciados son objeto de infracción. Contra esta resolución

cabe recurso (alzada, potestativo, contencioso) en función de si la resolución pone fin o no a la vía administrativa.

Si la sanción finalmente es firme, ésta consistirá en una cantidad económica, retirada de puntos y suspensión del permiso durante el plazo de tiempo correspondiente.

VÍA PENAL.

Determinadas infracciones de tráfico son consideradas delito por su gravedad. Tales como superar los 200 km/h en autovía o autopista, 180 en carretera convencional y los 110 en vía urbana, consumir bajo el efecto de drogas o superar la tasa de alcohol de 0,6 miligramos por litro de aire espirado, conducir sin carne o caducado etc.

Estas infracciones, aunque iniciadas del mismo modo que las anteriores hacen que se abra la vía penal. Este procedimiento de tramitará por vía de juicio rápido. En este caso, se suspende la vía administrativa y el supuesto infractor deberá acudir, en la fecha fijada, ante el Tribunal correspondiente. Deberá acudir acompañado de abogado. También estará el Ministerio Fiscal que es quien propone la pena. Ésta consiste en retirada de carne un mínimo de un año, sanción económica y pena de prisión. Si existe conformidad (culpabilidad) con la petición del Fiscal, se aplica al denunciado una reducción de 1/3 sobre la sanción. (En la vía penal no hay retirada de puntos).

No puede sancionarse la misma infracción por vía penal y administrativa al mismo tiempo, por lo que se tramitará primero por la vía penal y, si el Juez, tras el juicio correspondiente, dicta una sentencia absolutoria, es posible que la Delegación de tráfico inicie los trámites para sancionar la infracción administrativamente.

YOLANDA AMIELL SANGÜESA -ABOGADA
(telf. 973.64.17.22)
GESTORÍA J. TOLO I ASSOCIATS

Mi más sincero agradecimiento personal:

A los delegados de zona de Don Piso que con asiduidad y buena voluntad se desplazaron para formarnos en nuestros comienzos con suma dedicación y paciencia para con nosotros.

GRACIAS Alejandro de Juan y Carlos Córdoba.

Como en una ocasión dijo un franquiciado en términos futbolísticos: Ha sido como jugar en el mejor equipo, no me ha cabido nunca ni la más mínima duda, los más de 20 años de continuidad en el sector, avalan y garantizan la seriedad con la que trabajan y pesar de que como casi todas las grandes empresas del sector, están atravesando algunos malos momentos, estoy segura de que con su profesionalidad y constancia, sabrán salir airosos de ellos.

GRACIAS a los compañeros/as de batalla que he tenido, por su ayuda, paciencia y comprensión. Especialmente: Zuri, Deñe.

Permitanme también darles a todos, gracias, en nombre del equipo de mi empresa IN3. Sin la cual, gracias a su ayuda y consejo, no hubiese sido posible el cierre de muchas de las operaciones que se realizaron con algunos de los inmuebles que en su día Uds. nos confiaron. Gracias sobre todo a su incondicional apoyo y motivación que me brindaron desde el otro lado, (Barcelona y Madrid), pues estuvieron ahí durante todo este tiempo asesorándome siempre con su profesionalidad y vocación de servicio, a la hora de tomar las decisiones más importantes.

GRACIAS Miguel, Tomás, y David, por vuestro esfuerzo, sacrificio, e ilusión.

GRACIAS a los que habéis hecho posible que hayamos estado aquí, durante casi estos 3 años, confiándonos la gestión de venta de vuestros inmuebles, siendo fieles a nuestra política y forma de trabajo, logrando así que cada vez fuésemos más numerosos y de esta forma hayamos podido ofrecer una amplia cartera de buen producto a nuestros clientes compradores.

Algunos ya saben que a estas alturas somos como una familia, pues después de compartir tanto tiempo y confidencias, hemos creado unos bonitos lazos de amistad.

GRACIAS a los que comprasteis 1ª y 2ª residencia con nosotros, dejándoos asesorar, y a los que hemos ayudado a convertir sus anhelos en realidad, y que, en gesto de gratitud nos habéis recompensado, recomendándonos a otros clientes como vosotros, con la misma necesidad.

GRACIAS también a esos PROMOTORES que confiaron desde un principio en el resultado de nuestro esfuerzo, dejándonos comercializar sus promociones de obra nueva, confiando así en nuestra experiencia y modo de trabajo, con los cuales ha sido un verdadero placer compartir ideas, charlas, momentos

de duras negociaciones, ventas, etc.

Les deseamos mucha suerte con sus ventas, la tendrán pues tienen un estupendo producto y lo saben. GRACIAS también a aquellos que, nos encomendaron la más difícil de las tareas: la gestión del alquiler de su vivienda, y como no, a esos inquilinos que confiaron en nosotros a la hora de buscar "temporalmente su hogar".

A esos COLABORADORES que han participado en alguna de nuestras ventas, *anando esfuerzos juntos*, y que comprendieron que en un momento de mercado en el que nos encontramos, es mejor sumar esfuerzos para obtener frutos.

Y que no dudaron en adaptarse a las circunstancias, dejando a un lado y en un 2º plano, la idea de que "éramos competidores" dentro del mismo sector. GRACIAS los que nos apoyaron, y a los que hicieron posible con su esfuerzo económico en un momento tan delicado, el sacar las 2 bonitas ediciones de la revista "INMOARAN" algo muy nuestro.

Les deseamos de corazón que les siga sirviendo de ayuda en la promoción de sus negocios, la podrán seguir viendo hasta fin de temporada en aquellos puntos de interés: hoteles, restaurantes, comercios, oficinas de turismo etc.

Que sepan que como empresa cerramos una puerta pero dejaremos abierta una ventana, para que en un momento más propicio, quien sabe, podamos de nuevo resurgir, y volver con la misma ilusión, entusiasmo y dedicación con la que hasta la fecha le pusimos.

Les deseamos a todos mucha suerte, especialmente a aquellos a los que no encontraron aún comprador para su vivienda.

GRACIAS por vuestro tiempo y confianza, Suerte y salud para todos.

Atte.
Sylvia Siles.
Delegada de
Don Piso Vielha

**Estas pensando en renovar
la imagen corporativa
de tu empresa**



**Tipos
de
papel
S**

Tenemos lo que necesitas!

Luchon
SUPERBAGNÈRES

Suplemento Mensual GRATUITO

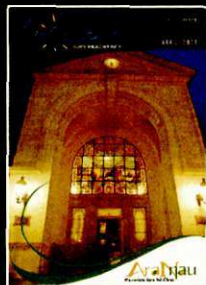
ABRIL 2009



AraNau
era revista dera Val d'Aran

Luchon

SUPERBAGNÈRES



Portada: Termes
Foto: Alain Félix Masai

Edición:

NAU ARAN S.C.P.

c/ Jaime II, 14 Baixos

25530 Vielha · Tel.: 973 64 04 87

nauaran@nauaran.com

Impresión:

Anfigraf S.A.

Maquetación y Diseño:

Publigraf.

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

Luchon	2
Venir a Luchon	4
Vitaline	7
Termalismo	8
UMIH	10
Petites annonces	11
Índice anunciantes	11

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), hamán natural único en Europa.

Los deportes de invierno: con dos estaciones Superbagnères y Peyragudes. Superbagnères está enlazada por un telecable 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

SENDERISMO

Explorar y descubrir las montañas

Siga el guía y recorra los senderos de los Pirineos escogiendo nuestros caminos temáticos.

Sábados por la tarde

Senderismo con guía
Salidas 13h30

Domingos por la mañana

Póngase en forma en las Termas reservando ahora en Sourcia

2 días / 1 noche

a partir de

115 € pers.

en hotel o en habitación de huéspedes en 1/2 pensión en base a 2 personas por habitación



Luchon

SUPERBAGNÈRES



BIENESTAR PARA LA MUJER
BIENESTAR PARA EL HOMBRE

Sábados por la tarde

Vitaline con espacio Vaporarium, Baño, Ducha y masaje a partir de 15h30

Domingos por la mañana

2 días / 1 noche

a partir de

180 € pers.

en hotel o en habitación de huéspedes en 1/2 pensión en base a 2 personas por habitación

Sourcia con Hammam, Piscina con multicharros, aplicaciones de barro, Baño, Cuidados del rostro o del cuerpo

¡Siéntase bien física y mentalmente!

En las Termas, con Luchon Forma y Bienestar, es un lugar ideal para relajarse y sentirse mejor.



www.luchon.com
+33 5 61 79 21 21

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



La Pierre

Décorative

www.lapierredecorative.com

Minerales, Bisutería y Artículos de Regalo
de los Cuatro Continentes

Minéraux, Bijoux et Cadeaux

Apertura de una tienda nueva Mas Grande
Al lado de "La ferme d'Espiau"

Ouverture d'un magasin plus grand à côté de "La Ferme d'Espiau"



Todos los Días de 10 a 19 h

Abierto Todo el Año

Tous les Jours de 10 a 19 h : Ouvert Toute l'année

68 Allée d'Etigny

31110 Luchon

Tél / fax : 05 61 89 26 86

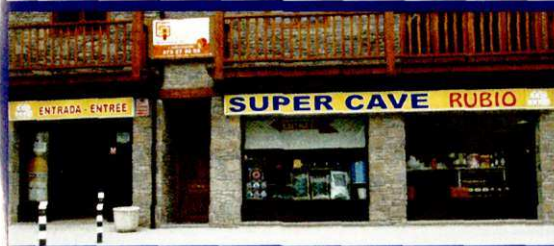
SUPERCAVE RUBIO



 mercastelló s.l.



SUPER GROW SHOP



Parking para
clientes

Gran Cava de Vino y licores
Bodega - Supermercado

c/ deth Lop, 8 · 25550 BOSSÒST · Tel. 973 64 72 31 · Fax 973 64 73 53
mercastello@hotmail.com

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 19
25550 BOSSÒST
tel. +34 973 64 73 33

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
Deux espaces pour votre plaisir
Sourcéa

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



vitaline

espacios para vuestro placer

El «Vaporarium»; Hammam Natural único en Europa

El famoso Vaporarium de Luchon es realmente lo que nos distingue de los otros centros de balneoterapia. Descubierta por los romanos, el Vaporarium es un hammam natural de agua con azufre.

Según los mismos romanos:

« Balneum lixonense post neapolitense primum »

Los baños de Luchon son los primeros después de los de Nápoles. Con estas palabras nos damos cuenta de lo importante que era Luchon en la época de los romanos y de la suerte de poder aprovechar hoy en día este lugar único.

Curiosidades:

La longitud total de sus galerías (150 metros) lo convierten en un lugar único en Europa. Está formado por galerías naturales, pero acondicionadas para proporcionar el confort necesario.

Sus aguas termales, ricas en

azufre y sodio, filtran a través de las paredes de las galerías. Su temperatura natural es de 73°C, pero se crea un ambiente cálido (38-42°C) y húmedo (95%) que favorece:

- El equilibrio ponderal.
- La limpieza de la piel (El azufre limpia la grasa de los poros de la piel).
- La eliminación de toxinas.
- La permeabilidad de las vías respiratorias.



Hacer una sesión normal:

- 1° - De 10 a 15 minutos de paseo, seguido de un reposo, sentado, en el interior de las galerías (Donde se anuncia la hora cada 5 minutos).
- 2° - Se realiza una ducha obligatoria y un baño de 10 a 15 minutos en la piscina de agua caliente (33°C)
- 3° - Después de repetir el paso 1 y 2 del programa, hay un periodo de 15 minutos de relajación en las tumbonas que rodean la piscina.

Para un mejor bienestar común, se recomienda guardar el mayor silencio posible en el Vaporarium.

Termalismo en Luchon

“Balneum Illixonense Neapolitense Primum”

Los Baños de Luchon son los primeros después de los de Nápoles

Los romanos fueron los primeros seducidos por la calidad de las aguas termales de Illixon y mandaron construir unas termas, muy frecuentadas por los patricios de la Galia romana.

Más tarde, en el Siglo XVIII, Jacques Barrau, Médico rural de los Baños, con la ayuda del Barón d’Etigny, intendente de Gascuña, da un nuevo impulso a la ciudad y a su Centro Termal.

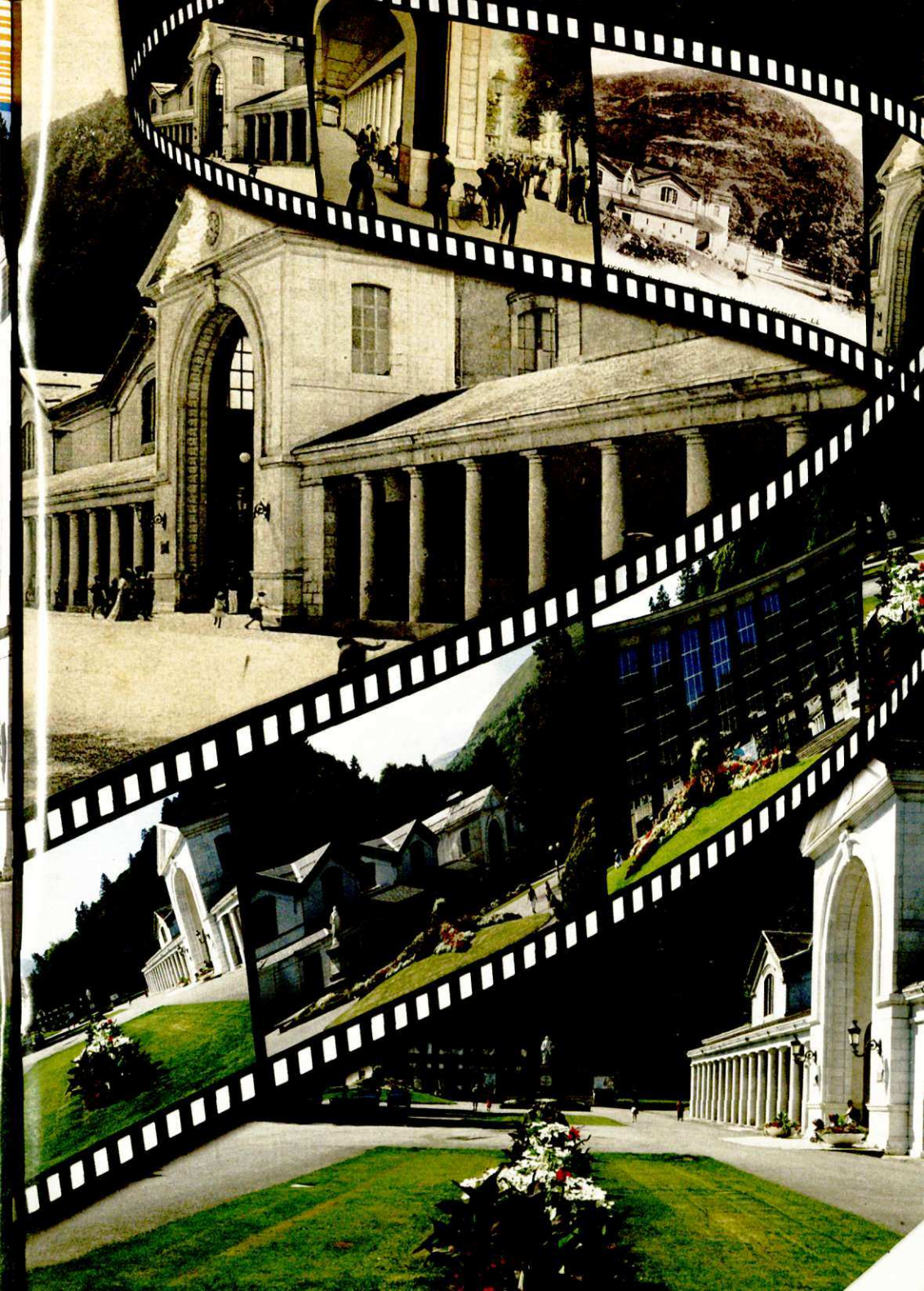
A finales de siglo XVIII y principios del XIX, gran cantidad de nobles y miembros eminentes de la alta sociedad europea y mundial fueron sucediéndose en la ciudad de Luchon. Contribuyendo a su esplendor, y haciéndola merecedora de la denominación de “Reina de los Pirineos”.

Tres edificios, erigidos uno al lado del otro, y que se comunican entre si, fueron construidos y han sido frecuentemente remodelados y modernizados.

- El arquitecto Chambert hizo construir las Termas con columnatas de 1.848 a 1.855, sobre los antiguos restos de las Termas romanas. En sus orígenes, constaban de servicio de baños en bañeras, y de baños en piscina y baños turcos en galerías. Las salas de vapor y aspiración se crearon en 1.860. Las nebulizaciones y aerosoles no aparecieron hasta después de la Segunda Guerra Mundial. Este espacio está reservado a cuidados de otorrinolaringología y actualmente comprende una sala de primera clase que se utiliza por las tardes para el tratamiento de puesta en forma de Sourcéa.

- El Pabellón del Príncipe Imperial fue inaugurado en 1954 por M. Bacon, Ministro de Seguridad Social. En la actualidad acoge la Fuente del Prado, así como las cabinas de cuidados impartidos por médicos.

- En 1.969 tuvo lugar la construcción del Vaporarium, llevada a cabo por el Arquitecto Paul de Noyers. Actualmente alberga las salas dedicadas a los cuidados reumáticos, salas de reposo y la galería del Vaporarium. Todas las tardes permanece en funcionamiento para los tratamientos de Puesta en Forma de Vitaline.



Los Hoteles, Restaurantes y Braserías de la ciudad de Luchon, miembros del Gremio de Hostelería, les desean la bienvenida a su acogedora ciudad, y a su estación de esquí de Superbagnères. Luchon situada en el corazón de los Pirineos Franceses está a 10 minutos de la estación de Peyragudes y a 40 minutos de Baqueira Beret.



UMIH
Union Métiers
Industrie
Hôtellerie

BP-23F-3110 luchon
www.luchon.eu.com

**BIENVENIDOS Y DISFRUTEN DE
NUESTRAS INSTALACIONES**

Els Hotels, Restaurants i Braseries de la ciutat de Luchon, membres del Gremi de Hosteleria els hi desitgen la benvinguda a la seva acollidora ciutat, i a la seva estació d'esquí de Superbagnères. Luchon situada al bell mig dels Pirineus Francesos, està a 10 minuts de l'Estació d'Esquí de Peyragudes i a 40 minuts de l'Estació de Baqueira Beret.

**BENVINGUTS I GAUDEIXIN DE
LES NOSTRES INSTAL·LACIONS**

HÔTELS

Apsis Luchon****

19 Allées d' Etigny
Tel. 05.61.79.56.97
luchon@apsishotels.com

Aquitaine *

23 Cours des Quinconces
05.61.79.02.14
contact@hotelaquitaine.fr

Bellevue **

3 Allées d' Etigny
05.61.79.01.65
contact@hotel-luchon.com

Bon Accueil **

1 Place Joffre
05.61.79.02.20
hotelbonaccueil.luchon@wanadoo.fr

Castel de la Pique **

31 Cours des quinconces
05.62.00.17.84
contact@castel-pique.fr

Concorde **

12 Allées d' Etigny
05.61.79.00.69
ortega.leconcorde@orange.fr

Corneille ***

5 av. Alexandre Dumas
05.61.79.36.22
reservations.luchon@cityblue.fr

Etigny **

3 av. Paul Bonnemaïson
05.61.79.01.42
Etigny@aol.com

Faisan Doré

Place du Comminges
05.61.79.05.10
blandet@free.fr

Lamartine **

rue Lamartine
05.61.79.02.68

Le Lutin*

36, av. Jean Jaurès
05.61.89.70.86
info@le-lutin.com

Majestic***

Bd Amédée Fontan
05.62.00.75.70
resa-luchon@monalisahotels.com

Métropole

40 Allées d' Etigny
05 61 79 38 00
metropolehotel@wanadoo.fr

Panoramic**

6 av Carnot
05.61.79.30.90
hotel.panoramic@wanadoo.fr

Paris **

9 Cours des Quinconces
05.61.79.13.70
paris@luchon.net

Petite Auberge *

15 Rue Lamartine
05.61.79.02.88
hotelpetiteauberge@orange.fr

Rencluse **

4 av. de Gascogne St Mamet
05.61.79.02.81
resa@hotel-larencluse.com

Royal **

1 Cours des Quinconces
05.61.79.00.62

Sapin Fleuri **

Bourg d' Oueil
05.61.79.21.90
contact@hotel-sapin-fleuri.com

Spijeoles

Village d'Oô
05.61.79.06.05
auberge.lesspijeoles@wanadoo.fr

Le Yeti - Peyragudes

31110 Gouaux de Larboust
05.61.79.07.13

RESTAURANTS

Arbesquens

47 Allées d' Etigny 05.61.79.33.69
arbesquens@aol.com

Caprices d'Etigny

30, Allées d'Etigny 05.61.94.31.05

Crémaillère

30 Allées d' Etigny 05.61.945.945

Ferme d' Espiau

Billière 05.61.79.69.69

Le Glacier

4 Allées d'Etigny 05.61.95.37.30

L'Heptaméron des Gourmets

3, bd Charles de Gaulle
05.61.79.78.55
lheptamerondessgourmets@orange.fr

BRASSERIES, BARS & CLUBS

Bellevue "Chez Manu"

1-3, Allées d' Etigny
05.61.79.03.93

Billy's

Allées d' Etigny 05.61.79.05.14

Le Bosquet

68, Allées d' Etigny 05.61.79.23.73

Ilixon

Impasse Lafayette

Maeva

22 Allées d' Etigny 05.61.79.04.04

La Paix

76 Allées d' Etigny

DISCOTHÈQUES

La Rotonde

29 Allées d' Etigny

índice anunciantes

ATRACCIONES <i>Le Petit Train Luchonnais (Luchon)</i>	11
BOLSOS-COMPLEMENTOS-REGALOS <i>Era Primavera (Bossòst)</i>	5
DECORACION - REGALOS -JUGUETES <i>Coloquinte (Luchon)</i>	11
HOTELES <i>Lista de Hoteles de Luchon</i>	10
MINERALES y BISUTERIA FINA <i>La Pierre Decorative (Luchon)</i>	4
MODA y COMPLEMENTOS INFANTILES <i>Botiga Peremarti (Bossòst)</i>	11
PERFUMERIAS Y ESTETICA <i>Danielle Perfumerie (Luchon)</i>	2
RESTAURANTES <i>La Cremaillère (Luchon)</i>	5
SUPERMERCADOS VINOS <i>Supermercado Asun (Bossòst)</i> <i>Supermercado Rubio (Bossòst)</i>	5 5
TERMAS <i>Vitaline- Surcea (Luchon)</i>	6

Voulez vous acheter, vendre, louer etc..... Mettez votre petite annonce dans le supplément de ARAN NAU, et beaucoup du monde va le lire (7.000 exemplaires) sont distribués chaque mois. Téléphonez au 00 34 973 64 04 87

On demande commercial pour vendre publicité à la région du Comminges

Vous pouvez contacter au téléphone 0034 973 64 04 87 ou envoyer un e-mail a nararan@nauran.com

Botiga
Peremarti



Complements Infantils

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

Tren Turístico
Luchon



Abierto:
Miércoles - Sábado - Domingo
Salida del Parque Termal
Del 1 de Abril al 1 de Noviembre
Visitas comentadas
Tel. 00 33 615 06 39 61
www.luchon.net

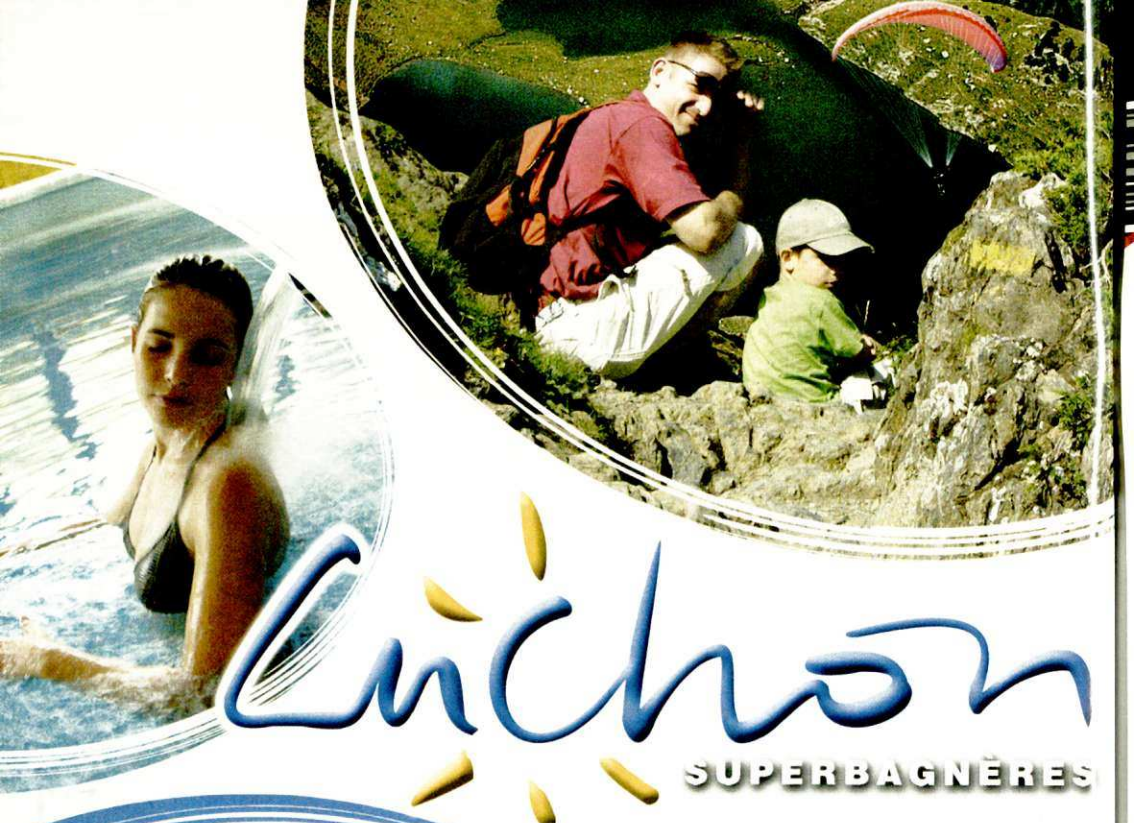


Abierto todos los días

COLOQUINTE
JOUPI
CRISTAL EN SOURCES D'ARTÈS

Jeux · Jouets · Pédiciculture
Décs intérieur · Ameublement · Tissus
de lunes a domingo
de 9,30 a 12,30 - 14,30 a 19,30
20, allés d'Etigny 31110 LUCHON
Tél. 05 62 00 12 29





Luchon

SUPERBAGNÈRES

4 estaciones
de felicidad



www.luchon.com

www.luchon.com - C. López - C. López

Índice anunciantes

ALQUILER MAQUINARIA <i>Calvo (Vielha)</i>	29	ELECTRODOMESTICOS <i>Electrónica M. Perailes (Vielha)</i>	25
ABOGADOS <i>Yolanda Amiell Sangüesa</i>	5	ESCUELAS <i>Escola d'Esqui Val d'Aran (Baqueira)</i>	76
ASESORIAS - GESTORIAS <i>Cadion (Vielha)</i>	17	<i>The English Planet (Vielha)</i>	51
<i>Toló& Asociados (Vielha)</i>	5	<i>Escola Musicau Val d'Aran (Vileha)</i>	41
<i>Eth Bureu (Vielha)</i>	31	<i>CE VA (Vielha)</i>	13
ATRACCIONES <i>Lou Pitchounet (Tiovivo)(Luchon)</i>	45	<i>Escola d'Ostaleria Val d'Aran (Les)</i>	15
BALNEARIOS -TERMAS <i>Termas Baronia de Les (Les)</i>	18	FLORISTERIAS y JARDINERIA <i>Flors e Floretes (Vielha)</i>	18
<i>Las Termas del Refugi (Vielha)</i>	38	<i>Florstil (Vielha)</i>	17
BAIRES - PUBS <i>La Rotonde (Luchon)</i>	75	<i>Espais Verds d'Aran (Bossòst)</i>	21
<i>Easteret (Vielha)</i>	31	<i>Jairo José Piñero (Vielha)</i>	45
<i>Urtau (Bossòst, Arties, Vielha)</i>	3	<i>El Jardinero Fiel (Arties)</i>	37
CARPINTERIAS -MADERAS <i>Cabau. Ramirez (Era Bordeta)</i>	25	<i>Pradel Horticulture (Luchon)</i>	41
<i>Plasteria Clapers Piqué (Vielha)</i>	10	FONTANERIA- ELECTRICIDAD <i>Xavi Vicente (Les)</i>	29
CARPINTERIA ALUMINIO- PVC -CRISTALES <i>Vidres Viola (LLeida)</i>	3	<i>Fontaneria Busquet (Les)</i>	25
CONSTRUCCIONES <i>Anpema 2001 (Bossòst)</i>	25	FOTOGRAFIA <i>Aran Color (Vielha)</i>	17
<i>Cubiertas y Pizarras de Arán (Vielha)</i>	18	HOTELES <i>Eth Refugi d'Aran (Vielha)</i>	38
<i>Const. José Rodriguez (Gausac)</i>	29	INFORMATICA <i>Cintelcom (Vielha)</i>	31
<i>Const. Peón Camino (Vielha)</i>	29	<i>Esigual (Vielha)</i>	40
DECORACION y MUEBLES <i>Carmen Caubet (Vielha)</i>	21	<i>Vielha Computer (Vielha)</i>	5
<i>Mobles Comenje</i>	40	INMOBILIARIAS -PROMOTORES <i>Eth Puntet (Vielha)</i>	38
<i>Mobleart Aran (Vielha)</i>	29	<i>Fincas Saplan (Les)</i>	49
DELICATESSEN <i>Le Vignemale (Luchon)</i>	55	<i>Aran Casa (Vielha)</i>	43
DISSENY GRÀFIC <i>Publigráf. Alèxia Grustan(Vielha)</i>	45	<i>Alti Inmo (Luchon)</i>	75
		<i>Sebasaran (Vielha)</i>	3
		<i>Promotora Capiera</i>	3
		INGENIERIAS <i>Farré Comercial</i>	41
		LAVANDERIAS- TINTORERIAS <i>Jonerick</i>	36

LIBRERIAS

Eth Plumier (Vielha) 21

SERVICIOS -MANTENIMIENTO-LIMPIEZA

Lutz Aran (Les) 49

Espais Nets d'Aran (Bossòst) 29

Jairo José Piñero (Vielha) 45

IN Servicios del Hogar (Vielha) 35

LIMPIEZA DE CHIMENEAS

Limpiezas de Chimeneas (Sort) 25

MATERIAL CONSTRUCCIÓN

Pulidos Roger (Castellón) 37

MEDICINA. ESTETICA- OSTEOPATIA

Dra. M^a José Cutando (Vielha) 14

César Suela (Vielha) 17

Montestetic Silvia (Vielha) 31

Masajes Lidia (Vielha) 9

MODA - LENCERIA

El Niño (Vielha) 21

Novetats Codina (Bossòst) 31

Era Mainadera (Les) 41

PINTORES

Pinturas Nassare (Bossòst) 50

Jairo José Piñero (Vielha) 45

PELUQUERIAS

Carmen Sicart (Vielha) 29

POMPAS FUNEBRES

Funeraria Borrás (Vielha) 55

Funeraria Saura (Vielha) 21

REGALOS -COMPLEMENTOS

Carmen Caubet(Vielha) 21

Mobleart Aran (Vielha) 29

El Almacén de La Tarteria (Arties) 18

CORTINAS y TAPICERIAS

Magatzems Sant Jordi (Lérida) 19

RESTAURANTES

Basteret (Vielha) 31

Chef a domicilio (Vielha) 23

El Acebo (VIELHA) 38

La Boveda (Vielha) 25

Eth Racó d'Escunhau 19

Sal i Pebre (Bossòst) 31

Era Tiurna (Les) 19

La Tarteria (Garós) 18

La Fogata (Bossòst) 17

Urtau (Bossòst, Arties, Vielha) 3

ROPA INFANTIL

Diablillos (Vielha) 17

Era Mainadera (Les) 41

SISTEMAS DE SEGURIDAD

Seguridad S&M (Alcarrás) 55

TALLERES AUTOMOVILES

Talleres Garona (Vielha) 21

TRANSPORTES

M R W (Vielha) 21

TELEFONIA

Cintelcom (Vielha) 31

Electrónica Perailes (Vielha) 25

YOIGO (Vielha) 37

VETERINARIOS

Aran Veterinaris (Vielha) 25

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.

SOCIÉTÉ
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



ERA ESCOLA
BAQUEIRA - BERET



**Escola Esquí
Valls d'Àneu**

Tel. 902 218 228 info@eraescola.com

www.eraescola.com

**vive
el deporte
blanco!**

...co Te
... alpino
... dico Telem
... nowboard E
... mark Esquí al
... ui nórdico Te
... jino Snowbo
... telemark Es
... nowboard E
... rk Es

ERA ESCOLA BAQUEIRA BERET

