

era revista dera Val d'Aran

R. 2498

# AraMau

MARÇ  
2010

Revista Mensual GRATUITA



Suplemento

Madein  
Clichon

## NACE EL PRIMER GRUPO DE GESTIÓN INTEGRAL DEL HOGAR DEL VALLE DE ARAN



### AÑOS DE EXPERIENCIA ACUMULADA

**PARTICULARES / COMUNIDADES / PROMOTORES / ADMINISTRACIÓN**

reformas • obra nueva • mantenimiento integral • programas anuales de conservación • retirada de nieve • gestión proyectos inmobiliarios • estudios de viabilidad • compra-venta propiedades • gestión integral hogar • limpieza hogar • mantenimiento zonas verdes • alquileres turísticos • encendido calefacción • peritaciones judiciales • urgencias del hogar • suministro de leña • gestión integral comunidades

Av. Pas d'Arro, 14 • tel. 973 64 26 25 • VIELHA

**Hogar Integral**



servicios del hogar

SERVICIOS DEL HOGAR

LIMPIEZA HOGARES Y COMUNIDADES

PROGRAMAS ANUALES

Tel. 973 11 93 11 [www.inaran.com](http://www.inaran.com)



## Habitstaran

### DESTACADO DEL MES

#### Casa en CASAU

Casa de estilo tradicional, recién reformada.

Tres dormitorios.

Magníficas vistas.



Av. Pas d'Arro, 14 / tel. 973 64 26 25 / 25530 VIELHA

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



NOUVEAU PYRENEES  
**NIPY**  
la nouvelle grande des Pyrénées

# BIENVENIDO A LA ESTACION DEL FUTURO



**Forfait adultos : 32 €**

**Forfait niños : 27 €**

*(de 6 a menos de 12 años).*

**Forfait familiar : 108 €**

*(2 adultos y 2 niños de 6 a 18 años).*

**PEYRAGUDES**  
AU CŒUR DES PYRÉNÉES

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

# AraNau

era revista dera Val d'Aran



A PUNTO DE PARTIR  
Foto: Montgarrri - Outdoor

Edición:

NAU ARAN S.C.P.

Impresión:

Gráficas B2C

Maquetación y Diseño:

Alèxia Grustan.

Directora Comercial:

M<sup>a</sup> Rosa Puig.

Director de redacción:

Jorge López Pallarés.

Tirada:

7.000 ejemplares

Depósito legal:

1-1145-08

Distribución:

Gratuita

Nau Aran, S.C.P.

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

## SUMARIO

- 6 Sonque Aran
- 10 Actividades de montaña
- 11 Noticias
- 14 Pasa ratos
- 16 Recetario
- 17 Vielha e Mijaran
- 20 Teléfonos de interés
- 22 Trucos varios
- 24 Frutos del bosque
- 26 Era Val de d'auti tempsi
- 28 Una casa en el Valle
- 30 Horarios Autobuses
- 32 Cómic
- 34 Humor
- 38 Pueblos de Aran
- 40 Comminges
- 42 Horoscopo
- 44 Anuncios económicos
- 47 Mi pequeña historia natural
- 48 Medicina y Estética
- 49 Institut d'Aran
- 50 Mascotas
- 51 Pour nos amis
- 52 Temas de asesoría
- 53 Gent d'Aran
- 69 Índice de Anuncjantes

**AraNau**  
era revista dera Val d'Aran

NAU ARAN

c/ Jaime II, 14 Baixos

25530 Vielha

Tel.: 973 64 04 87

[rosa@arannau.com](mailto:rosa@arannau.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



Solamente a 33 Km.  
del Valle de Aran



Centre Commercial

**SUPER U**

Zone Lane Bazert - Avenue de Luchon  
**GOURDAN-POLIGNAN**

*Les nouveaux commerçants*

Abierto de lunes a sabado de 9 h à 19 h 30 **0033 5 61 95 79 79**



**flunch**

Placer  
Intenso.

Abierto todos los días de 8 a 21,30 - Viernes y sábados hasta las 22 horas  
**0033 5 61 88 33 33**

Ofertas para nuestros clientes:  
(estas ofertas son solamente  
válidas para la cena)  
De lunes a jueves: menú para  
niños a 2 € (en lugar de 3,45)  
El menú infantil siempre  
acompañado de un menú  
de adulto.  
50% de descuento en el  
segundo entrecot  
(acompañante)

DEPARTAMENTO DE TV / HI-FI  
ELECTRODOMESTICOS  
TEXTIL, ROPA DE HOGAR  
ALIMENTACION, VINOS, QUESOS,  
CHARCUTERIA, PESCADERIA .....

## Servicios Informáticos

Páginas Web's

Reparación

Mantenimiento



**VIELHA  
COMPUTER**

Software

Consumibles

Audio-Visuales

Venta de equipos

Tel.: 973.64.10.53

[info@vielhacomputer.com](mailto:info@vielhacomputer.com)

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

Av. Castero Nº 15, local 13

25530 Vielha - LLeida

**V<sup>50</sup> Vidres Viola**

[vidresviola@vidresviola.es](mailto:vidresviola@vidresviola.es)

Tel. 973 108 108

Fax 973 108 118

**T&A**

**TOLÓ**  
ASSOCIATS

ASSESSORIA INTEGRAL  
GARANTIA DE QUALITAT

Empresario - Autónomo

Tenemos algo que comunicarte

**¡CONÓCENOS!**

**[www.toloassociats.com](http://www.toloassociats.com)**

NO DUDES EN CONTACTARNOS.  
ENCONTRAMOS SOLUCIONES

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

Tel. 973 64 21 58 · [jose@toloassociats.com](mailto:jose@toloassociats.com) · [www.toloassociats.com](http://www.toloassociats.com)

### Eth Conselh renaúis era flòta de camions entara recuelhuda de residus Balanç positiu deth servici pendent es darrèri mesi

Eth Conselh Generau d'Aran a amiat a tèrme, enes darrèri mesi, era renovacion deth parc mobil deth servici de recuelhuda de lordèdes damb era finalitat de **guanhar eficàcia e viabilitat economica**. Eth Govern aranés a aquerit tres nauí camions damb ua despena totau de **500.000 èuros**.

Atau, s'an incorporat dus camions de granes dimensions. Un ei destinat ara recuelhuda e era premsa, e ei adaptat as **contenedors sosterradi** que volguen plaçar es ajuntaments. Er aute conten un autocompactor destinat ara remassada d'envasi, carton e veire. Eth tresau camion, més petit, prèste servici de neteja enes entorns des punts de recuelhuda e resòl era remassada en casc antic des pòbles e enes pòbles petits.



### Eth Sindic advòque per capvirar era situacion "precària" der aranés Eth Parlament da lum vèrda ara tramitacion dera Lei dera lengua pròpia d'Aran



Eth sindic d'Aran e deputat en Parlament, **Francés Boya**, a advocat per capvirar era situacion "precària" der aranés per miei dera naua Lei qu'a de protegir era lengua pròpia d'Aran, prebotjada peth Govern dera Generalitat. Eth Sindic, qu'a assegurat qu'era norma "aunore" ath Executiu catalan, a instat ara **colaboracion entre es institucions catalanes e araneses** entà desvolopar es politiques de besonh tà garantir eth futur der aranés.

### Jazz en Aran, de hereuèr a març

Era cap de Cultura e Politica Lingüistica, **Maria Vergés**, eth responsable dera Associacion Aran Teatre, **José Ramón Puyol**, e eth responsable dera Associacion culturau Solei, **Lluc Navarro**, an presentat aué era naua programacion culturau "Aran damb Art" deth Conselh Generau entàs mesi de hereuèr e març. Aguesta ei formada per tres concèrts de musica jazz, que compdarà damb actuacions d'artistes de renòm, coma eth saxofonista **Perico Sambeat**, en aguest encastre. Atau madeish, aguesti concèrts s'emmarquen laguens dera colaboracion damb es organizadors deth Festiu de Jazz de Sant Gaudens, que s'amie a tèrme en mes de mai.

Es concèrts son:

**Trio Chikiboom Quintet**, dia 19 de hereuèr, tàs 22'00 en Cine de Vielha.

**Xangoa (Perico Sambeat)**, dia 19 de març, tàs 22'00 ores en Cine de Vielha

**Myriam Swanson**, dia 16 d'abriu, tàs 22'00 ores en

Cine de Vielha.

Era venta d'entrades anticipades se realize enes oficines de torisme.





# Hormatgeries dera Val d'Aran

## Productes dera tèrra



Hormatges Tarrau  
Carrèr dera Hònt, 1  
25598, Bagergue  
Tel. 615 679 918



Hormatgeria dera Irissa  
Çò de Gaion. Camin Reiau s/n  
25551, Era Bordeta  
Tel. 699 977 640  
[www.irissa.cat](http://www.irissa.cat)

Conselh  Generau d'Aran



## Eth Servici Aranés dera Salut renauís era sala d'operacions der Espitau Val d'Aran

Eth Servici Aranés dera Salut (SAS) deth Conselh Generau d'Aran a renauit era sala d'operacions der Espitau Val d'Aran, es installacions dera quau auien demorat plan envielhides enes darrèri ans.

Era actuacion, avalorada en 16.000 èuros, a consistit en adequar es espacis damb era aplicacion de pannèus enes parets interiores, **revestides damb un materiau especiau (trespa)**, que complis es requisits de resisténcia ath huec e isolament acustic, atau coma es més nauti estàndars d'igièna e neteja.



## Eth nau Hons estatau permeterà sosterrar contenedors en Vielha - Mijaran e Naut Aran



Eth nau Hons estatau abilitat peth Govern centrau entath foment dera economia sostenibla (Hons Estatau entath Trabalh e era Sostenibilitat Locau)

permeterà installar moduls damb contenedors sosterradi en airaus especiaument sensibles tar impacte visiau enes municipis de Vielha - Mijaran e Naut Aran. Ua actuacion que suposará ua inversion de més de 160.000 èuros. En Vielha, seràn plaçadi en centre istoric deth pòble, concrètamènt enes carrèrs Major e ena plaça dera Glèisa. En Naut Aran, seràn ubicadi en parcatges publics.

## Eth Sindic desgrane eth sòn projècte per un Aran dubèrt, respectat e fòrt

En ua conferéncia prononciada en otèl Tuca de Betren eth passat 16 de hereuèr, eth sindic d'Aran, Francès Boya, desgranèc eth sòn projècte de país, que vò compartir damb es ciutadans, segontes , en tot advocar per un Aran "dubèrt, respectat e fòrt". Segontes Boya, Aran "ei un pòble de naturalesa optimista, qu'a sabut sortejar tot tipe de desafiaments, en preservar era sua identitat e eth sòn autogovèrn". En tot referir-se ara naua organizacion territoriau catalana, assegurèc qu'eth Parlament "a de respectar era volentat deth pòble aranés" entà administrar es pròpri recorsi e interèssi e preservar era sua singularitat territoriau.

Francès Boya reconeishec que "auem de besonh ua societat fòrta e coesionada", e defenec eth sòn projècte "civic, integrador e transversau".

Tanben refortilhèc eth sòn compromís peth "valor dera participacion" e pera consolidacion dera autonomia per miei d'ua gestion "més eficienta, propèra e transparenta".





# 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](http://www.alti-immobilier.com)

Tel: 00 33 561 79 77 77

Fax: 00 33 561 79 76 05



## Ventas de pisos, Apartamentos y Casas

Viernes y Sábados,  
aperitivo y concierto  
a partir de las 19 horas.

Para fechas conciertos consultar WEB

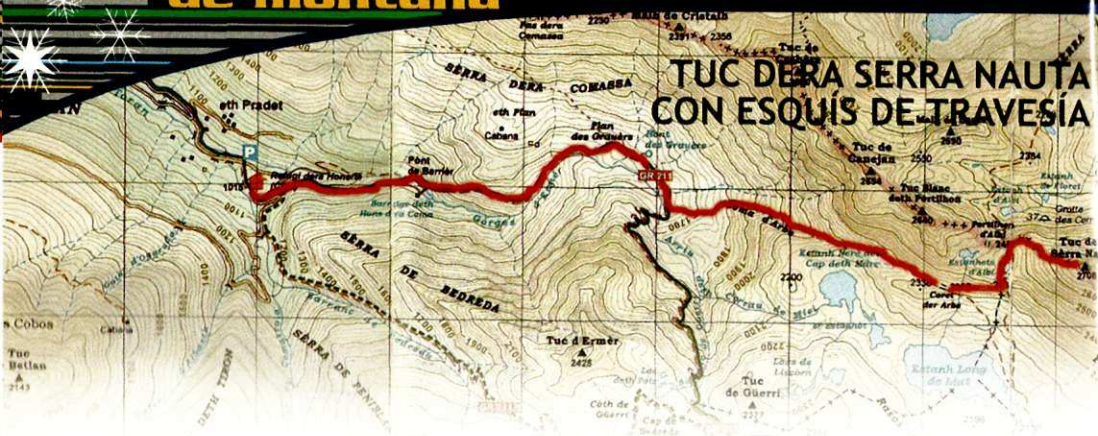
Después del Jazz discoteca  
a partir medianoche

Tel / Reservas: 00 33 561 88 47 06  
[contact@alti-immobilier.com](mailto:contact@alti-immobilier.com)  
[www.larotonde.org](http://www.larotonde.org)

**La Rotonde**  
Bar - Jazz



# actividades de montaña



## TUC DERA SERRA NAUTA CON ESQUIS DE TRAVESÍA

El Tuc dera Serra Nauta (2.708m) se encuentra en la frontera entre el Valle de Aran y Francia. En esta excursión llegaremos, en una larga y difícil travesía, hasta la cima de dicho pico, que es un balcón con vistas impresionantes de los lagos "Estanh Long de Liat" y, el francés, "Estanh d'Aranh".

Como en todas las excursiones recomendamos ir acompañados de un guía si no se tiene experiencia en el esquí de travesía y de informarse del estado de la nieve. Es recomendable visitar la página web [www.lauegi.conselharan.org](http://www.lauegi.conselharan.org) al planificar la excursión.

**ruta:** Para esta excursión podemos alojarnos en el refugio dera Honeria el día anterior y así ahorrarnos un tiempo y un buen madrugón. En caso contrario podemos llegar hasta el refugio en coche (en caso de exceso de nieve llegaremos hasta San Joan de Toran, que se encuentra a 15 minutos caminando del refugio), para ello tomaremos la N-230 en dirección a Francia, y al llegar a Pontaut tomamos una carretera, a la derecha, hacia Canejan. Al poco, nos encontramos un cruce, que nos indica la dirección de Sant Joan de Toran.

Desde el refugio dera Honeria (1.015m) salimos hacia el Este, por el GR-211, en una ligera pero continua subida, entre un bosque. En el cruce señalizado, tomamos la ruta "Les Gorges d'Ermèr". Al llegar a la presa (Barratge deth Hons dera Coma), nos dirigimos hacia la izquierda subiendo, para seguir la pequeña presa en ascenso, todo ello en dirección Este. Un poco más arriba encontramos un pequeño río, con abundantes cascadas, que continuamos en su margen izquierdo, hacia el Plan des Grauèrs, rumbo Norte, que es una gran explanada muy tranquila, debajo de un gran circo, donde veremos muchas bocas mineras. Pasada la fuente, volvemos a tomar rumbo Este, tomando cada vez más rápida altura, y por tanto tendremos que ir haciendo zig-zag continuamente, hacia el collado. Tal como vamos tomamos altura nos podemos recrear la vista con el lago "Estanh Nere deth Cap deth Marc" y al llegar al collado de Coret der Arbe (2.319m) vemos el impresionante lago de "Estanh Long de Liat".

En el collado, tomamos rumbo Norte, sin perder altura, hacia el collado de Portilhon d'Albi (2.457m), que es la frontera natural del Valle de Aran con Francia, en una impresionante cresta donde se encuentran los picos de Tuc de Canejan (2.654m), Tuc Blanc deth Portilhon (2.640m), Tuc de Crahèra (2.630m) y el Tuc dera Serra Nauta.

Al llegar al collado nos dirigimos por la cresta, rumbo Este, hacia el pico, el más alto, llegando así al punto más alto de la excursión, el Tuc dera Serra Nauta (2.708m). Desde aquí podemos disfrutar de las vistas, hacia el Sur el Estanh Long de Liat, el refugio de Liat, el Tuc de Güerri y el Tuc de Maubèrme. Hacia el Norte, Francia, con el Estanh d'Aranh, bajo nosotros. Para volver recomiendo hacerlo por donde se ha vuelto, para llegar al punto de salida, donde tenemos el coche, o también se puede ir en descenso, hacia el Sureste, para llegar a Bagergue, donde podemos haber previsto una combinación de vehículos. También está la posibilidad de descender hasta el Estanh Long de Liat y desde allí ascender hacia el refugio y tomar el GR-211. Justo cuando estemos debajo del Tuc de Güerri, en vez de continuar el GR, tomamos rumbo Oeste hacia el collado de Güerri, por la variante GR-211.3, que nos llevará en descenso hasta el refugio dera Honeria, punto de partida de la excursión.

**SITUACIÓN:** Val de Torán - Baish Aran

**DIFICULTAD:** Alta.

**PUNTO DE PARTIDA:** Parking del refugio de Honeria

**DESNIVEL:** 1.690m. **HORARIO TOTAL:** 8h 30'

**ALTITUD MÁXIMA:** 2.708m

**ÉPOCA RECOMENDADA:** De diciembre a abril.

**INFORMACIÓN:**

- Hay bares-restaurantes en: Refugio de Honeria, Canejan, Pontaut y Les.

- Llevar mapa de la zona, ropa de invierno, material de seguridad (arva, sonda y pala), equipo de esquí de travesía (esquís, pieles y cuchillas) y teléfono móvil.

Artículo facilitado por Jorge López Pallarés



## ESCÒLA SANT RÒC ACTIVITATS EXTRAESCOLARES

Eth cors escolar 2009-2010 era Escòla Sant Ròc de Bossòst amassa damb era associacion de pairs e mairs auem creat era Seccion Esportiuu laguens deth "Pla Català de l'Esport". Er objectiu ei fomentar era practica der espòrt ena mainadèra. Es activitats que s'aufrissen aguest an son:



ACTIVITATS	LÒC	ORA	DIA	DURADA
AERÒBIC BATUKA	Zòna Esportiuu	17:00h- 18:00h	Dimèrcles(P3,P4,P5,1èr) Diuendres(2au,3au,4au,5au,6au)	Tot er an
TEATRE	Zòna Esportiuu	10:00h- 12:00h	Dissabte	1èr. trimesadèr
BÀSQUETBOL	Pòliesportiu	17:30- 18:30h	Deluns (P3,P4,P5,1èr) Dijaus (2au,3au,4au,5au,6au)	2au. trimesadèr
SENDERISME CICLISME	Medi naturau	10:00h- 12:00h	Dissabte	3au. trimesadèr
HÒCKEY	Pòliesportiu	17:30- 18:30h	Dimèrcles	Tot er an



### NOTA DE PRENSA

El pasado día 20 de febrero, 4 jugadores del ARAN PITCH AND PUTT GOLF ARAN, se desplazaron hasta el campo de Golf Aigüesverdes, de Reus, para disputar una de las pruebas del Tarragona Meeting Golf. Además, el día 19 de febrero se disputó la 2ª prueba del Ranking de Cataluña de Pitch and Putt, en el campo de Lleida, a la que también asistieron.

Hay que destacar que el Ranking de Cataluña es uno de los circuitos de esta modalidad de golf, con mayor nivel de juego a nivel mundial. En el mes de agosto, el campo de Salardú, acogerá la 8ª prueba de dicho ranking, donde se espera que jueguen más de 400 jugadores de toda Cataluña y que aportará un gran beneficio turístico al Valle, entre jugadores y acompañantes.

Los 4 jugadores lamentaron la falta de un campo de golf en el Valle de Aran para poder entrenarse con más frecuencia y que atrajera un mayor flujo de turistas, durante todo el año.

**innovador - dinamico - creativo**



**fotografia publicitaria - social events**

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

tel. 605213820

[gorkamartinez@me.com](mailto:gorkamartinez@me.com)

**Se Alquila  
habitación en  
Vielha.  
Preferible mujer.  
Ambiente familiar.  
Apartamento  
impecable y nuevo.  
Telf. 617 57 32 33**



## BAQUEIRA BERET, LA ESTACIÓN QUE MANTIENE SU GLAMOUR



A pesar de la competencia de estaciones de esquí, el atractivo de la localidad aranesa donde se halla la estación invernal, se mantiene. Son miles las personas que frecuentan la estación del Valle de Aran, además de seguir luciendo el podio de los famosos. Baqueira Beret sigue conservando su glamour, es una de las frases más oídas en la estación Leridana, aunque es obvio que el paso del tiempo produzca inevitables cambios y Baqueira es un claro ejemplo. Quien guardaba cola hasta hace pocos años junto al rey de España, Don Juan Carlos I, ahora lo hace con las infantas y los nietos de nuestros actuales reyes, además de un continuo goteo de personalidades del mundo del deporte, TV, políticos...

Desde hace años y aunque corren tiempos difíciles para la iniciativa privada, dicha estación no deja de sorprender realizando inversiones año tras año y con nuevas metas futuras. En breve se instalará la silla de 6 plazas de Luis Arias que comunicará el parking de Orri con el cap de Baqueira; También existe el estudio de una factible ampliación de pistas hacia el "Tuc deth Saumet" que aportará más kilómetros a la gran extensión que ya existe de 1922 Ha. Reales.

Parecía ser que Formigal con capital público y con gran apoyo de la administración, se hacía líder en forfaits las navidades del 2008, aunque posteriormente todo indicó que a finales de la misma temporada, Baqueira y en un balance global, seguía manteniendo el liderato de forfaits de todo el pirineo.

En la actualidad, Baqueira se ha visto poco a poco transformada ofreciendo una magnífica estación con un terreno de juego óptimo y muy variado, que

permite estar en la élite de las estaciones europeas. Su entorno es especial, es impresionante bajar por la pista del mirador y contemplar la cara norte del Aneto, único pico que mantiene nieves perpetuas de todo el territorio español, o detenerte en la misma y observar los pueblos del Naut Aran con una historia que los diferencian de otras zonas geográficas, cubiertos por el manto de la nieve, seguido por un inmenso valle de valles de perspectivas kilométricas, y rodeado de las montañas más altas del pirineo.

En otro ámbito, se ha pasado de la fiesta nocturna del famoso tiffany's a los pubs de Arties, antiguas casas y bordas aranesas transformadas en acogedores locales adaptados al ocio de la noche. El nuevo complejo de Ruda a pie de pistas el cual integra lujosos hoteles y apartamentos, se complementa de un cómodo parking cubierto con acceso al nuevo telecabina, asegurando así una fantástica estancia para esquiadores VIP. No obstante, el Valle de Aran muestra una amplia variedad de hoteles, extraordinaria restauración, y otros servicios como alquileres de esquí que permiten ajustarse a toda economía. Y que decir de "Era escòla", una amplia asociación de profesores de esquí, snow nórdico... de gran experiencia desde 1964, que te hacen gozar y disfrutar de cualquier modalidad del deporte blanco en pistas.

En fin, por todo ello y mucho más, en Baqueira Beret también últimamente se comenta la frase: "Baqueira siempre será Baqueira".

Juanma Paba  
Era escòla





## FUSTERIA CLAPERS & PIQUE

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

LLÁMENOS O VISÍTENOS EN:

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

Tel/Fax 973 640 539  
claperspique@claperspique.com

## CARMEN CAUBET

DECORACION

Passeig dera Libertat, 18 - 25530 Vielha  
Tel. 973 640 157 - Fax 973 641 758  
carmencaubet@carmencaubet.com



## CARMEN CAUBET

MODA

Anglada, 5 / 25530 Vielha  
Tel. 973 640 585 / Fax 973 641 758  
www.carmencaubet.com



## BARONIA DE LES

CAVIAR COSMETIC

cosmeticos / caviar / val de aran

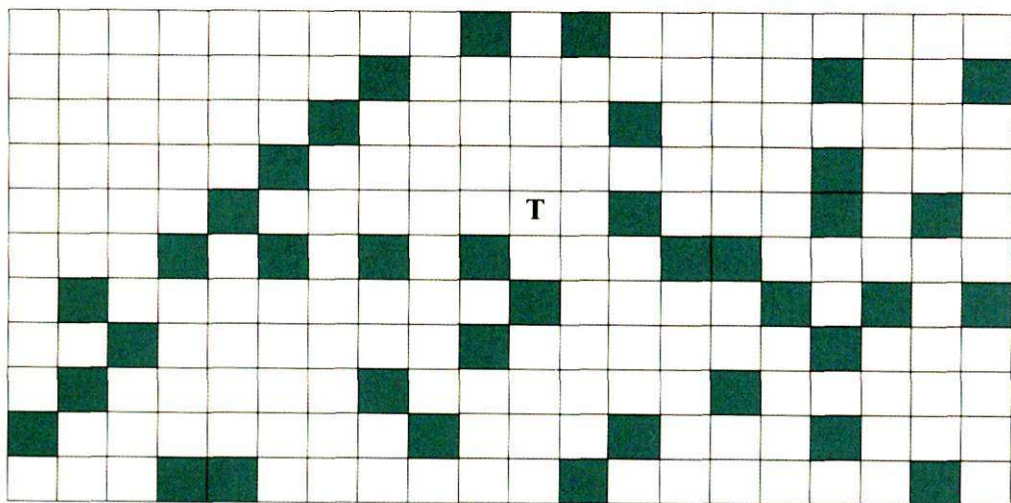
Termas Baronia de Les lanza al mercado una exclusiva y pionera linea de productos cosmeticos con Caviar del Valle de Aran. Un producto destinado a rejuvenecer la piel, aportando altas dosis de acidos grasos esenciales, aminoacidos, sales minerales, vitamina B, zinc y hierro

¡Reseva ya tu Set Cosmetico de Belleza!

**NUEVO  
LANZAMIENTO**  
Edición limitada



Informacion: Tel. +34 973 648 717 • info@caviarbaroniadeles.com • www.caviarbaroniadeles.com



2 letras	3 letras	4 letras	5 letras	6 letras	7 letras	8 letras	9 letras	10 letras
Al	Ada	Amén	Ameno	Alamar	Abanico	Acaparar	Capataces	Aparejador
Ap	Ara	Caro	Ánade	Ararat	Alarido	Aletadas	Cataratas	
Co	Aro	Ciro	Arado	Erales	Llanota	Palatino	Pajareros	
In	Cir	Edil	Arana	Esulas	Monedas	Sabático	Satánicas	
Ir	Epa	Eros	Árida	Irisar	Pamelas			
Le	Era	Nuca	Asado	Maceta				
Ma	Mar	Odas	Ética	Minara				
Pa	Ora	Orar	Íbice	Seroso				
Ru	Por	Rala	Ilota	Tálamo				
Su	Ras	Rosa	Labor	Támara				
	Ros	Saca	Pecad					
	Sar	Tiro	Tirar					
	Tac							

**Modo de Resolverlo:** Inserta las palabras en el gráfico, teniendo en cuenta que éstas deberán colocarse de izquierda a derecha y de arriba abajo.

sudokus

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

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





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

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**

EQUIPAMENTS PER A:  
COMERÇOS  
INDÚSTRIES  
I OFICINES



**Comercial Ramos**  
INSTAL·LACIONS COMERCIALS



**Sant Ruf, 43  
tel./fax 973 240 388**

**Lleida**

**Belén Ramos  
606 53 51 63**

**decoramos@hotmail.com**



**aran**

**Servicios:**

Urgencias 626 70 15 47

Medicina general

Vacunans, microchip,  
pasaporte...

Anàlisis laboratorial

Radiografia,  
ecografia...

Cirurgia general

Hospitalització

Alimentació y  
complementos

**Visitas concertadas:**

**Tel. 973 64 23 61**

**Avda. Garona, 25 - bajos VIELHA**

**www.aranveterinaris.es**

**S.P.F. SAURA**



**FUNERARIA  
SAURA**

**VALLE  
DE ARAN**

*Jorge Belmonte 609 571 098*

*Alberto Castet 619 842 915*

*Jaime Delseny 686 246 090*

*San José!!  
Regala Flores!!*

**Flors  
e  
Floretes**

**VENTA DE LEÑA**

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



**MRW**

30 años generando confianza

**TRANSPORTE URGENTE**

**Nuevas tarifas más  
económicas**

**Avda. Maladeta, 19 Local 1**

**(La Solana) 25530 - VIELHA**

**Tel. 973 64 12 52**

**Servicio exclusivo:**

**WESTERN  
UNION**

**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)**



#### Ingredientes para 4 personas:

Para el escabeche:

- 3 cebollas
- 2 zanahorias
- pimienta negra en grano
- ajo, unos dientes
- 2 hojas laurel
- aceite de oliva
- sal
- vinagre
- agua
- 1 cucharada pimentón molido
- Lechugas variadas
- 4 Perdices

#### Elaboración:

En una poner el aceite, la cebolla cortada en láminas, y la zanahoria en rodajas. Especiamos con el laurel, la pimienta, los ajos, rehogamos y añadimos un vaso de y un vasito de agua.

## ENSALADA DE PERDIZ ESCABECHADA



Dejamos como un cuarto de hora. Al final ponemos en pimentón.

Aparte, freímos las perdices que previamente hemos por harina y las añadimos a la cazuela del

Cocemos unos minutos más y dejamos enfriar. Reservamos.

Ahora ya cogemos lechugas distintas (si disponemos de ellas), o bien cualquier otro tipo de lechuga y preparamos unas hojas, las colocamos en el plato, hacemos unas bolas de melón y unos gajos de naranja y ponemos a un lado, la perdiz escabechada cortada, y aliñamos con una con base de mostaza a la antigua.

Podemos poner unas semillas de amapola para dar un toque de contraste encima de la fruta.

#### Ingredientes para 4 personas:

- 2 ud. faisán
- 36 ud. uva (sin pepitas)
- harina
- 1 ud. cebolla
- 2 ud. puerro
- 2 ud. zanahoria
- 1 ramillete ramillete de hierbas
- 1 dl. brandy
- 2 dl. vino moscatel
- sal y pimienta
- aceite de oliva

#### Elaboración

Limpiar los faisanes de plumas y cortarlos en cuartos. En una cazuela con un poco de aceite, poner al fuego las verduras finamente cortadas y dejar que cojan color. A continuación, añadir el faisán salpimentado y enharinado y el ramillete de hierbas aromáticas.



## FAISÁN GUISADO CON UVAS

Dejar que se haga un poco a fuego lento y flambea con el brandy. Seguidamente, añadir el moscatel y dejar reducir.

Incorporar doce uvas y el caldo de ave (que antes habremos preparado con los huesos y el cuello del faisán), y dejar que el faisán se termine de cocer.

Pelar las 24 uvas restantes y reservarlas. Retirar el faisán y colar la salsa. Meter de nuevo el ave en la salsa, ya colada, con las uvas y dejar cocer 3 ó 4 minutos más. Rectificar el punto de sal y comprobar que la salsa esté suficientemente espesa.

Para servirlo, cortar las pechugas en láminas y colocarlas en el plato de forma vistosa.

Acompañar con el muslo y regar el plato con la salsa y las uvas

## COPA DE ESPUMA DE CREMA CATALANA, COULÍS DE AVELLANAS Y CARAMELO DE NEULES

#### Ingredientes para 4 personas:

El coulis: 100 gr de azúcar, 20 gr de avellanas peladas, 2 cl de Frangelico.

La espuma: 20 cl leche, 20 cl de nata, 4 yemas, 50 gr de azúcar, 20 gr de maizena, vainilla en rama, piel de naranja, rama de canela.

El caramelo: 50 gr de azúcar Isomalt, 10 gr de neules.

#### Elaboración

##### 1 elaboración

El coulis: el azúcar con un poco de agua a de hilo, añadir las avellanas y dejar cocer 10 min, retirar y añadir fuera del fuego el licor Frangelico. Triturar y por fino.

La espuma: cocer la leche, la y los saborizantes, las yemas con el azúcar y la maizena. Añadir un poco de leche a la mezcla de yemas para diluirla y después mezclarlo

todo. Poner al fuego hasta ebullición. Pasar por chino fino y enfriar en abatidor. Rellenar el sifón y cargar con 2 ampollas de gas. Guardar en frío.

El caramelo: cocer el azúcar Isomalt a 116°C y extender en capa fina sobre un Silpat o en su defecto sobre una mesa previamente frotada con aceite de girasol para evitar que se pegue la lámina de caramelo y se rompa al levantarla. Aún en caliente con neules trituradas para que queden adheridas las partículas de neule al caramelo.

##### 2 montaje

En una copa de dry martini verter el coulis de avellanas en el fondo.

Por encima colocar la espuma de catalana Decorar con un trozo de cristal de neules





## Er Ajuntament impolse meliores an Casau deth Jubilat de Vielha

Er Ajuntament de Vielha e Mijaran a signat aué un acòrd de colaboracion damb era Associacion deth Casau deth Jubilat Sant Miquèu de Vielha mejançant eth quau melhorarà era organizacion dera entitat e es actiuetats que s'i aimen entà dauant gracies a ua subvencion anau de 18.275,28€. Entà enguan, er Ajuntament a previst invertir 23.530€ procedenti deth Fondo Estatal entara consolidacion dera bastissa e era adaptacion d'un ascensor exterior entath que se cercaràn nauí hons de finançament.



## Es lliuren cinc habitatges de lloguer al municipi



L'Ajuntament i l'empresa pública Adigsa van lliurar el passat 9 de febrer cinc habitatges amb protecció oficial de lloguer a Vielha e Mijaran. Els pisos que formen part de la promoció Vielha-20 i Eth Solan, corresponen a promocions ja lliurades anteriorment que han quedat lliures. El tinent d'alcalde, Alex Moga, va anunciar que a finals de febrer es podria disposar de les condicions d'accés als 15 habitatges amb opció de compra a un arrendament a 10 anys que corresponen a la nova promoció Eth Solan. En aquest sentit, a finals de maig es podrien lliurar les claus. **Es tracta de la primera operació de lloguer amb opció a compra** que es realitza al municipi de Vielha e Mijaran oberta a tothom en la que ADIGSA oferirà condicions molt beneficioses per la compra dels habitatges.

## Trenta persones s'inscriuen al nou servei de registre d'habitatges en menys d'una setmana

En menys d'una setmana, prop de trenta persones ja s'han inscrit al nou servei municipal de registre de sol·licitants d'habitatges amb protecció oficial posat en marxa el passat 2 de febrer per l'Ajuntament de Vielha e Mijaran. El servei que s'ofereix de dilluns a divendres en horari de 9.00 a 13.00 hores es troba ubicat a les dependències municipals situades al carrer Sarriulera. El registre és imprescindible per a optar a un pis protegit, tant de lloguer com de compra, en el municipi.





## Er Ajuntament de Vielha e Mijaran aufrís un servici gratuít de retirada de veículs

Un totau de 22 veículs abandonadi ena via publica deth municipi de Vielha e Mijaran era majoria de propietaris estrangèrs an estat arremassadi per un camion grua deth depòsit municipau. Er Ajuntament de Vielha e Mijaran aufrís as vesins deth municipi un servici gratuít de retirada de veículs abandonadi ena via publica. Entà demanar aquest servici sonque cau contactar dirèctament damb ser servicis de vigilància municipau e desliurar es documents deth veícul entà tramitar era baisha de manèra estandarizada. Pendent er an 2009, er Ajuntament de Vielha e Mijaran tramitèc 70 expedients de retirada de veículs des quaus sonque 15 se resolèren damb renóncies voluntàries per part

des propietaris. Anuaument eth consistòr comptabilize ua venta d'abandonament de veículs ena via publica. En aquest cas se procedís a tramitar un expedient sancionador.



## El teatro familiar, principal atractivo de la programación cultural del Ayuntamiento



El teatre familiar, principal atractiu de la programació cultural de l'Ajuntament

El regidor de cultura de l'Ajuntament de Vielha e Mijaran, Alex Moga, va inaugurar el cicle de teatre familiar organitzat per l'Ajuntament amb les associacions Cine Forum i Arar Teatre.

El cicle "Cultura en Vielha" és una iniciativa de l'Ajuntament amb l'objectiu de promocionar el teatre familiar amb un cicle d'actuacions que es realitzaran a la capital aranesa.

## L'Ajuntament reforça la vigilància municipal per evitar situacions incíviques

L'Ajuntament de Vielha e Mijaran reforçarà la vigilància ciutadana amb l'ampliació de la plantilla de vigilants municipals. L'objectiu és poder evitar situacions incíviques com ara l'abandonament d'animals de companyia o la no recollida de defecacions a la via pública. Els vigilants municipals tindran la potestat d'aplicar sancions quan detectin una actitud incívica.



## Perdices insisteix a Foment en la cessió d'una zona verda al centre de Vielha per millorar la connexió de vials



L'alcalde de Vielha e Mijaran, Pau Perdices, es va reunir amb el Delegat del Ministeri de Foment a Lleida, Juan Antonio Romero, per insistir en la cessió de 1.000 metres quadrats de zona verda pública, corresponent al xalet d'obres públiques ubicat a l'avinguda Castièro de Vielha. Per l'alcalde, la cessió es fonamental per poder connectar la recent urbanitzada plaça Mossèn Joan Casseny amb l'avinguda Castièro i permetre el pas de vianants d'aquestes zones cèntriques que actualment són un cul de sac. L'alcalde també té va insistir en el compliment de projectes aturats com l'eixamplament i millora de la N230 de la boca nord fins a Vielha i millorar la seguretat de la travessia de Vielha



Vielha e Mijaran



Ajuntament de

# Gala Solidària damb Haiti



**Er Ajuntament de Vielha e Mijaran arregrais  
as entitats e as vesins e vesies era sua  
collaboracion en suport a Haiti.**

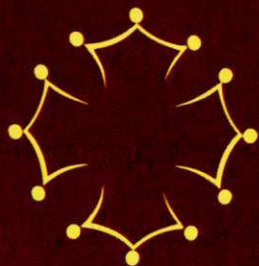
FARMACIA PALÀ (VIELHA)	973 642 585	ESPITAU VAL D'ARAN	973 640 006
FARMACIA CATALÀ (VIELHA)	973 642 346	DISPENSARI ARTIES	973 642 847
FARMACIA ALMANSA (BOSSÒST)	973 648 219	DISPENSARI BOSSÒST	973 648 211
FARMACIA ALMANSA (LES)	973 647 244	DISPENSARI LES	973 648 229
FARMACIOLA PALÀ (ARTIES)	973 644 346	DISPENSARI SALARDÚ	973 644 036
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

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

BOMBEROS (URGÈNCIES)	085
POMPIERS D'ARAN	973 640 080
POMPIERS BOSSÒST	973 648 380
EMERGENCIES Y RESCAT DE MONTANYA	973 640 080
CONSELH GENERAU D'ARAN	973 641 801
AJUNTAMENT VIELHA E MIJARAN	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 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
MUSÈUS DERA VAL D'ARAN	973 641 815

**Inmobiliaria del Valle de Aran y Costa Blanca**



**617 578 854**

**Consulte nuestras interesantes ofertas en:**

**[www.sebasaran.com](http://www.sebasaran.com)**



**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





Trucos facilitados por Tintorería y Lavandería Jonerick de Betren (Vielha)

## CHOCOLATE A PUNTO:

Con el calor, el chocolate se ablanda y, si se guarda dentro de la nevera puede perder su aroma. Conserva el chocolate en papel de aluminio, en una lata metálica cerrada, y en un lugar fresco y seco.

## OLOR A HUMO:

Para eliminar el olor a humo de las cortinas, sumérgelas dos horas en agua templada a la que habrás añadido dos vasos de vinagre blanco. Después, a la lavadora.

## TINTE EL LA ROPA:

Si se te mancha alguna prenda con tinte para el cabello, frota la zona inmediatamente con la mitad de un limón. A continuación, lávala como de costumbre.

## LABIOS XXL:

Para conseguir un aspecto voluptuoso y carnoso en

tus labios, tienes que, antes de maquillarte, humedecerlos con vaselina.

## ADIOS A LA CASPA:

Acabar con la caspa es posible si te aclaras el cabello, una vez a la semana, con el caldo frío resultante de haber cocido un tallo de apio.

## ARROZ COMO RECIÉN HECHO:

Cuando sobra arroz y hay que recalentarlo, se reseca. Para que vuelva a estar comestible, caliéntalo al vapor. Quedará perfecto.

## CRISTAL RALLADO:

Si tu mesa tiene el sobre de cristal y tiene pequeñas ralladuras, aplica sobre ellas pasta dentífrica. Deja secar y pule con un paño seco eliminando las sobras. Las rallas quedarán completamente disimuladas.



Val d'Aran  
Betren - Vielha

# Jonerick

Joana & Erika

COMPLEJO ELURRA  
(AL FINAL DE LA RAMPA)

**LAVANDERÍA - TINTORERÍA**  
**ENTREGA RÁPIDA**  
**NO CERRAMOS AL MEDIODÍA**

**Abierto de 8 h. a 20 H.**

**973 64 09 54 - 609 83 91 99**  
**Fax 973 64 14 81**



# MOBLES

## Comenje

PROJECTES DECORACIÓ



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



# Conjunto Residencial de apartamentos en la Val d'Aran

# VILA

*últimos apartamentos  
a la venta!*



Para más información: Tel. 974 431 123 - 630 970 565

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

Servicio Interflora a domicilio

**Floristeria**



## Florstil

*Recuerde!!!*

*Día 19 de Marzo*

*Día del Padre!!!*

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](mailto:florstil@interflora.es)



## diablillos

puericultura  
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)



## Cerezo

### DATOS

**Nombre Científico:** Prunus Avium

**Familia:** Rosaceae

**Nombre Vulgar:** Cerezo, Cirerer (Catalán), Cerider (Aranés)

**Hábitat:** aparece en estado natural como árbol en muchos bosques europeos de montaña mediana.

**Origen:** nativo de Europa y el occidente asiático.

**Características:** árbol de gran volumen, que puede alcanzar los 30m de altura. Tiene un fuste recto, con la corteza lisa y anillada, de tonalidad rojiza. La copa es amplia, piramidal, más o menos alargada, formada por ramas divergentes. Es caducifolio.

Sus hojas son simples, ovoides a oblongas, con el margen doblemente dentado, ligeramente acuminadas. Miden entre 7 y 12cm de longitud y de 3 a 5cm de ancho. El haz es glabro y el envés liso o pubescente. Se presentan fasciculadas, al extremo de ramillos cortos. El peciolo tiene unos 5cm de longitud, con dos glándulas rojizas en la base del limbo. Las flores aparecen cuando el árbol aún no ha rebrotado, o simultáneamente con las hojas, de abril a mayo. Son blancas, de entre 2 y 3cm de diámetro. Muestran cinco sépalos y otros tantos pétalos blancos ovalados. Los estambres son múltiples. Las flores forman haces formados de 2 a 6 unidades, en cuya base hay una corona de brácteas. No se autopolinizan. La tarea la llevan a cabo abejas y pájaros.

El fruto es una drupa de color rojo negruzco, más o menos claro. Es globosa o ligeramente oblonga. El carozo es esférico y liso. Madura tempranamente en el año. De sabor algo ácido. Muy apreciado fresco y en conserva. La madera del cerezo es densa, dura, pesada y de grano fino.

El carozo (hueso) contiene cianuro de hidrógeno en su interior, por lo cual su semilla es altamente tóxica.

**Otros datos de interés:** El cerezo silvestre era ya conocido por los antiguos romanos. En los montes de Ida parece que ya en tiempos del rey Lisímaco se conocían cerezos dulces injertados. Cuenta Plinio que fue Lúculo, general romano, quien importó el cerezo de Kerasos, en la costa del Ponto, a Italia. El nombre griego Kerassos indica que en aquella región los cerezos se cultivaban en gran escala.

**Simbolos y tradiciones:** Bajo la sombra de los cerezos bailan las *Wilas*, hadas servias que habitan en nubes, bosques y montañas. Pueden ser crueles con quienes las ofenden.

Los japoneses adoran un cerezo llamado "Sakura-no-miya".

La cereza, llamada también fruta del



FÄGELBÄR, PRUNUS AVIUM



paraíso, representa el carácter dulce que proviene de las buenas acciones. En el arte cristiano medieval podría referirse al fruto prohibido.

Para los poetas simboliza la frescura, brillo y juventud. La flor del cerezo es también el símbolo de la pureza, belleza y felicidad y, llevada por el viento, de la muerte ideal para los japoneses.

### Componentes:

- Aceite esencial.
- Genisteína.
- Flavonoides.
- Ácidos: cítrico, málico y cafeico (frutos) y cianhídrico (semillas).
- Taninos.

### PROPIEDADES MEDICINALES

#### Uso interno:

- Antirreumático. Ayuda aliviando en las enfermedades reumáticas.
- Diurético. Estimula la eliminación de orina.
- Aparato circulatorio. Fluidifica la sangre y mejora la circulación.
- Emenagoga. Alivia los dolores menstruales.

**Otros usos:** La madera de cerezo es muy apreciada para grabados y ebanistería.

### RECETARIO

- Para la artritis y la gota prepararemos una decocción hirviendo en un litro de agua 30gr de pedúnculos secos. Filtramos y edulcoramos ligeramente. Beber el líquido durante el día.

- Para el bazo (oclusiones) hervir durante dos minutos 100gr de rabos de cereza en un litro de agua. Beber tres tacitas cada día, lejos de las comidas.

- Como reconstituyente agradable y delicioso y para recuperar las fuerzas, preparar una cocción de cerezas frescas o desecadas en tanto vino como sea necesario para cubririrlas. Después servir la fruta rociada con abundante azúcar.

- Como uso casero podemos preparar un licor de cerezas. Necesitamos 1kg de cerezas frescas, 250gr de azúcar, 2 litros de alcohol de 60°. Quitarle los rabos y ponerlas en un recipiente de cristal. Triturarlas extrayendo la mayor cantidad de zumo posible. Dejarlas reposar a oscuras, durante algunas horas, en un lugar fresco y tapadas. Trasvasarlas a un jarro provisto de tapadera y añadir el azúcar y el alcohol. Cerrar herméticamente el recipiente y dejarlo en reposo durante 40 días. Después de este tiempo, filtrarlo con papel y conservarlo en una botella.

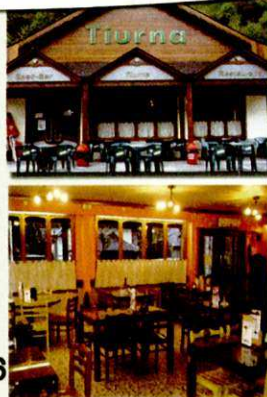
Artículo escrito por Jorge López Pallarés para ARAN NAU



# 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

**ESCOLA MÚSICA VAL D'ARAN**

**Escòla Musiquau 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

**MATRÍCULA ABIERTA**  
CURSO 2009 - 2010

**Pon música en tú vida!! Apúntate Yall!**

Tel. 973 64 32 61 · 636 03 06 22 · c/ Pomarola, 3 (Edificio Copirineo) · VIELHA  
escuelamusicau@hotmail.com

## 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. Euzki - Local 4

Tel. 973 64 32 37 - Fax 973 64 32 38  
www.cupiaran.es cupiaran@cupiaran.es



# era Val de d'auti tempsi

Melhor víuer es sòns sònis que de soniar era  
sua vida

En tot sautar, era sua vida a deishat era riba  
D'ua mainadesa erosa a hèt eth sòn bagatge  
Tot ère bonur mès eth mon ei tan gran  
Que demane lhocaria de víuer mil annades  
Es sues mans volien cuélher er òr des aubes  
Laugères

Coma beròis audèths visitar aguesta tèrra  
Prèner eth vòl sús es ondades, pèrles des oceans  
Pujar enquià eth cèu sus es ales deth vent  
Guardar apròp des uelhs es esteles dera mar  
Apropar- se deth solei amassada de lums que  
Dan vida ara tèrra

Apropar-se des flors de toti es colors enquià gaudir d'ua  
hartèra de gòl dera flaira de toti es sònns perfums  
Cercar enes rebrembes dera vida eth rebrembe dethdivin  
Seguir eth volar des audèths aqueres beròies creatures  
que tamb eth volar elegant diboishen en armonia tamb  
eth cèu un paisatge de sònns , que hèn qu'ei melhor  
víuer es tòns sònns que soniar era tua vida  
Sietada dessús d'ua broma hè un viatge ath torn deth  
mon Conéisher totes es civilisacions e es sues credences  
Volar com un audèth laugèr dessús des oceans des  
montanhes , es lacs es arrius, aqueres estienudes deth  
desert , contemplar era fauna e era flòra  
Non víuer ua vida de sònns mès de hèts encantadors  
Viuer d'encantament en tot viatjar ath torn deth mon

Juanita Santafusta Bossòst  
Gèr 2010





# WWW.FINQUES-SAPLAN.COM

## GESTIÓN INMOBILIARIA

c/ Sant Jaume, 9  
25540 -LES (Val d'Aran)

e.mail: [info@finques-saplan.com](mailto:info@finques-saplan.com)

Tel. 973 64 84 69 - 609 20 88 03

### DISPONEMOS DE PRESUPUESTOS OBRA ACABADA



Precioso COTO. Compuesto por: Casa urbana, con permisos para rehabilitar, borda y terreno de 2.500m2. Acceso con vehículo, agua y luz. A 300 m de la carretera nacional.



Bossòst, piso de 3 hab., cocina cerrada con despensa, comedor con chimenea trastero de 40 m2, ideal para un estudio. 160.000 €



Preciosa casa con 2 dormitorios y 2 suites, comedor con pequeño jardín. 270.000 €



**OPORTUNIDAD!**  
Piso nuevo, amueblado, 2 dorm. 2 baños. Comedor, cocina office. Plaza parking. 180.000 €.



Casa de 150 m2 + 1.775 m2 de jardín), e hab. Lavandería, cocina cerrada de 20 m2. Vistas desde todas las ventanas. 221.500 €



Obra nueva, dúplex de 3 hab. Dobles, una con vestidor. Cocina cerrada. Comedor con gran ventanal. 220.000 €



Triplex de 140 m2. 5 Hab., cocina cerrada con despensa, 2 baños completos, salón-comedor con chimenea. 300.000 €



Piso de 3 hab. , todo exterior, 2 baños, cocina cerrada, plaza parking, Excelentes acabados. Terraza de 50 m2. 225.000 €

**Venta de parcela + proyecto para 6 viviendas. Preparado para construir. Consultar y pasar ofertas**



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



Les. Triplex de 4 hab. 120 m2. Nuevo. 216.000 €



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

**ALQUILERES DE OBRA NUEVA DESDE 480 €/MES. 3 HAB + JARDIN**



## LUTZ - ARAN

Tel.: 609 20 88 03

### SERVICIOS DE LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

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





# una casa en el Valle

## Hielo



Unos metros más arriba del Chalet de Les, caía en el Garona el agua de una fuente desconocida, de poco chorro, que venía por un barranco de la cantera y que nos salvó de la sed al llegar a Les el año de la gran nevada, hasta destaponar el hielo de una tubería.

¡Tres días, en tres coches, de Barcelona a Les! ¡Una hazaña!

Navidad con mis padres, San Esteban con mis suegros, el 27 a Les. Eso era cada año y duró durante muchos años. Aquel año éramos 15: Siete en la Rubia Peugeot (conducida por Montse), cuatro en el Seat 850 especial (conducido por mi), cuatro en el Seat 600 (conducido por Tano). Maletas cubiertas por lonas y esquís encima; bultos, abajo.

Al salir de la Diagonal empezó a nevar (debían ser las 10 de la mañana) pero Montse empujó a seguir, objetivo el Restaurante de La Panadella, si perdíamos contacto. Yo iba el último, ralentizado en Los Bruchs por unos camiones intermedios y por la parada en la subida para poner cadenas, por lo que Montse en La Panadella, al ver que yo tardaba volvió atrás hasta localizarme, echando una mano a un chico de Castellón que había patinado.

Comimos bien. Los coches estaban en un porche abierto, y tuvimos que quemar papeles en las cerraduras para deshelas y abrir puertas. Por la nevada, yo me conformaba en dormir en el Parador de Balaguer. Pero la carretera estaba cubierta de hielo y vimos el autobús de la Alsina medio volcado en un prado, y decidimos invadir el Hotel de Cervera, donde cogimos todas las habitaciones que quedaban, de las que cedimos una a un matrimonio mayor que llegaron después de nosotros, con miedo a seguir y dispuestos a dormir en un sofá del recibidor. No pudimos deshelar las lonas que cubrían las maletas y dormimos con lo puesto, sin pijamas, ni camisones y sin cepillos de dientes, de los que vaciamos a la mañana siguiente la farmacia de la hermana

de mi amiga Ana, farmacéutica de Bossòst en 1947. A una media de 30 Km. / hora, llegamos a Tàrrega, donde comimos, mientras un herrero nos recosía unas cadenas.

Antes de Balaguer, el castillo del Duque de Maqueda me recordó a un antepasado, Virrey de Cataluña, que tuvo relación con la Val d'Aran. Llegamos al Parador de Balaguer, donde parábamos a menudo, acogidos por la amabilidad del personal con su ambiente elegante en las habitaciones y exquisito en el comedor, en vinos y guisos. Al día siguiente, mientras la tribu desayunaba en la cama, otro herrero me arreglaba otra cadena rota. Fumando mi puro vi, comprar la cadena del cuello de un mulo por diez veces su valor, para un coche parado.

La Sra. Carmen nos dio de comer en chiringuito de Arén, como siempre.

De Balaguer a Les sólo nos cruzamos con un coche: José de la Riba en el túnel de la presa del pantano, que me miró aumentando los puntos de mi aranesidad. En la Boca Sur quitamos las cadenas, y en la Boca Norte creí que no nos harían falta, porque en el Valle había menos nieve. Pero antes de Pont d'Arrós un patinazo corregido le hizo sugerir a Gonzalo que quizás deberíamos rezar un Padrenuestro. Merendamos en el "Café con leche".

En el Chalet de Les tuvimos que apisonar la cenefa de nieve de nuestra acera, y hacer cadena con los pequeños para no resbalar en el hielo de los escalones de la entrada.

La calefacción - leña y vapor en armonía - funciona bien.

Artículo escrito por  
D. Melquiades Calzado



**Coquette  
...moi?**

CORSETERIA  
LENERIA

Pas d'arrò 11  
VIELHA

973 64 0872

novetats  
**Codina**

Confeccions  
Moda  
home - dona  
Llenceria

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

RESTAURANTE - LLESQUERIA  
**"EL MOLÍ"**

Carnes, verduras  
Y pescados a la brasa  
"Calçots"

*Lunes y martes mediodía cerrado por descanso*

c/ Sarríulera, 26 - VIELHA - Tel. 973641718

**OSS**  
Obres i Serveis Said

- Trabajos en Altura, Mantenimiento y Repaso de Obra
- Construcción de Cubiertas y Tejados
- Colocación de Velux y Canales
- Colocación de Piedra

**GARANTIZADO**

Tel. 699 035 290

*Nuevas Sensaciones para los Sentidos  
Descubre el Alma del Sake... ¡y Enamorate!*

Reservas  
0034 973 64 45 05

**TAMASHI**

LOUNGE SUSHI REST

www.tamashisushi.com



# horario de autobuses

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

BERET	11:00				17:00				SOLO TEMPORADA DE ESQUI							
TANAU	7:45	11:20			15:50			17:25								
BAQUEIRA	7:47	8:30	9:30	11:30	12:32	13:50	14:30	16:00	17:30	18:30	19:30	20:30	21:30	0:30	4:20	
TREDÒS	7:48	8:33	9:33	11:33	12:33	13:55	14:33	16:03	17:33	18:33	19:33	20:33	21:33	0:33	4:23	
SALARDÚ	7:51	8:36	9:36	11:36	12:36	13:56	14:36	16:06	17:36	18:36	19:36	20:36	21:36	0:36	4:26	
GESSA	7:52	8:37	9:37	11:37	12:37	13:57	14:37	16:07	17:37	18:37	19:37	20:37	21:37	0:37	4:27	
ARTIES	7:55	8:40	9:40	11:40	12:40	14:00	14:40	16:10	17:40	18:40	19:40	20:40	21:40	0:40	4:30	
GARÒS	7:59	8:44	9:44	11:44	12:44	14:04	14:44	16:14	17:44	18:44	19:44	20:44	21:44	0:44	4:34	
CASARILH	8:00	8:45	9:45	11:45	12:45	14:05	14:45	16:15	17:45	18:45	19:45	20:45	21:45	0:45	4:35	
ESCUNHAU	8:02	8:47	9:47	11:47	12:47	14:07	14:47	16:17	17:47	18:47	19:47	20:47	21:47	0:47	4:37	
BETREN	8:04	8:49	9:49	11:49	12:49	14:09	14:49	16:19	17:49	18:49	19:49	20:49	21:49	0:49	4:39	
VIELHA	8:05	8:50	9:50	11:50	12:50	14:10	14:50	16:20	17:50	18:50	19:50	20:50	21:50	0:50	4:42	
VIELHA	08:05	09:00	10:00	11:55	11:55	13:00	14:15	15:15	17:00	18:00	19:00	19:55	21:00	22:00	00:55	4:45
VILAC	8:07	9:02	10:02		11:57	13:02	14:17	15:17	17:02	18:02	19:02	19:57	21:02	22:02	0:57	
BETLAN	8:08	9:03	10:03		11:58	13:03	14:18	15:18	17:03	18:03	19:03	19:58	21:03	22:03	0:58	
AUBÈRT	8:10	9:05	10:05		11:59	13:05	14:20	15:20	17:05	18:05	19:05	19:59	21:05	22:05	1:00	
PONT D'ARRÒS	8:13	9:08	10:08		12:01	13:08	14:23	15:23	17:08	18:08	19:08	20:01	21:08	22:08	1:03	
BENÒS	8:14	9:09	10:09		12:02	13:09	14:24	15:24	17:09	18:09	19:09	20:02	21:09	22:09	1:04	
ES BÒRDES	8:17	9:12	10:12		12:03	13:12	14:27	15:27	17:12	18:12	19:12	20:03	21:12	22:12	1:07	
ARRÒ	8:18	9:13	10:13		12:04	13:13	14:28	15:28	17:13	18:13	19:13	20:04	21:13	22:13	1:08	
ERA BORDETA	8:20	9:15	10:15		12:06	13:15	14:30	15:30	17:15	18:15	19:15	20:06	21:15	22:15	1:10	
BOSSÒST	8:23	9:18	10:18		12:13	13:18	14:33	15:33	17:18	18:18	19:18	20:13	21:18	22:18	1:13	
LES	8:25	9:20	10:20		12:18	13:20	14:35	15:35	17:20	18:20	19:20	20:18	21:20	22:20	1:15	
PONTAUT	8:35						14:40		17:25							

## SABADOS - DOMINGOS - FESTIVOS

BERET	10:40				15:10				17:00				SOLO TEMPORADA DE ESQUI			
TANAU	7:45	10:55			15:20			17:25			21:20					
BAQUEIRA	8:05	9:30	11:05		12:30	14:05	15:30	17:30	19:05				21:30	0:30		
TREDÒS	8:08	9:33	11:08		12:33	14:08	15:33	17:33	19:08				21:33	0:33		
SALARDÚ	8:11	9:36	11:11		12:36	14:11	15:36	17:36	19:11				21:36	0:36		
GESSA	8:12	9:37	11:12		12:37	14:12	15:37	17:37	19:12				21:37	0:37		
ARTIES	8:15	9:40	11:15		12:40	14:15	15:40	17:40	19:15				21:40	0:40		
GARÒS	8:19	9:44	11:19		12:44	14:19	15:44	17:44	19:19				21:44	0:44		
CASARILH	8:20	9:45	11:20		12:45	14:20	15:45	17:45	19:20				21:45	0:45		
ESCUNHAU	8:22	9:47	11:22		12:47	14:22	15:47	17:47	19:22				21:47	0:47		
BETREN	8:24	9:49	11:24		12:49	14:24	15:49	17:49	19:24				21:49	0:49		
VIELHA	8:25	9:50	11:25		12:50	14:25	15:50	17:50	19:25				21:50	0:50		
VIELHA	08:30	10:00		11:55		13:00	14:30	16:00	18:00	19:30	19:55	22:00	00:55			
VILAC	8:32	10:02		11:57		13:02	14:32	16:02	18:02	19:32	19:57	22:02	0:57			
BETLAN	8:33	10:03		11:58		13:03	14:33	16:03	18:03	19:33	19:58	22:03	0:58			
AUBÈRT	8:35	10:05		11:59		13:05	14:35	16:05	18:05	19:35	19:59	22:05	1:00			
PONT D'ARRÒS	8:38	10:08		12:01		13:08	14:38	16:08	18:08	19:38	20:01	22:08	1:03			
BENÒS	8:39	10:09		12:02		13:09	14:39	16:09	18:09	19:39	20:02	22:09	1:04			
ES BÒRDES	8:42	10:12		12:03		13:12	14:42	16:12	18:12	19:42	20:03	22:12	1:07			
ARRÒ	8:43	10:13		12:04		13:13	14:43	16:13	18:13	19:43	20:04	22:13	1:08			
ERA BORDETA	8:45	10:15		12:06		13:15	14:45	16:15	18:15	19:45	20:06	22:15	1:10			
BOSSÒST	8:48	10:18		12:13		13:18	14:48	16:18	18:18	19:48	20:13	22:18	1:13			
LES	8:50	10:20		12:18		13:20	14:50	16:20	18:20	19:50	20:18	22:20	1:15			
PONTAUT																

## SABADOS - DOMINGOS - FESTIVOS

BERET	10:15				15:10				SOLO TEMPORADA DE ESQUI					
TANAU	7:45	10:00			12:00			14:55						
BAQUEIRA	7:40	8:50	9:50	10:20	11:50	13:50	14:50	17:50	19:50	22:20	0:20			
TREDÒS	7:35	8:47	9:47	10:17	11:47	13:47	14:47	17:47	19:47	22:17	0:17			
SALARDÚ	7:32	8:44	9:44	10:14	11:44	13:44	14:44	17:44	19:44	22:14	0:14			
GESSA	7:31	8:43	9:43	10:13	11:43	13:43	14:43	17:43	19:43	22:13	0:13			
ARTIES	7:29	8:40	9:40	10:10	11:40	13:40	14:40	17:40	19:40	22:10	0:10			
GARÒS	7:27	8:36	9:36	10:06	11:36	13:36	14:36	17:36	19:36	22:06	0:06			
CASARILH	7:26	8:35	9:35	10:05	11:35	13:35	14:35	17:35	19:35	22:05	0:05			
ESCUNHAU	7:25	8:33	9:33	10:03	11:33	13:33	14:33	17:33	19:33	22:03	0:03			
BETREN	7:23	8:31	9:31	10:01	11:31	13:31	14:31	17:31	19:31	22:01	0:01			
VIELHA	7:22	8:30	9:30	10:00	11:30	13:30	14:30	17:30	19:30	22:00	0:00			
VIELHA	07:21	08:25	09:25	09:52	11:25	12:55	13:27	14:25	17:25	19:25	21:52	23:52	5:00	5:27
VILAC	7:20	8:20	9:20	9:50	11:20	12:50	13:25	14:20	17:20	19:20	21:50	23:50	4:59	5:25
BETLAN	7:19	8:19	9:19	9:49	11:19	12:49	13:24	14:19	17:19	19:19	21:49	23:49	4:58	5:24
AUBÈRT	7:17	8:17	9:17	9:47	11:17	12:47	13:22	14:17	17:17	19:17	21:47	23:47	4:57	5:22
PONT D'ARRÒS	7:14	8:14	9:14	9:44	11:14	12:44	13:19	14:14	17:14	19:14	21:44	23:44	4:54	5:19
BENÒS	7:13	8:13	9:13	9:43	11:13	12:43	13:18	14:13	17:13	19:13	21:43	23:43	4:53	5:18
ES BÒRDES	7:10	8:10	9:10	9:40	11:10	12:40	13:15	14:10	17:10	19:10	21:40	23:40	4:50	5:15
ARRÒ	7:09	8:09	9:09	9:39	11:09	12:39	13:14	14:09	17:09	19:09	21:39	23:39	4:49	5:14
ERA BORDETA	7:07	8:07	9:07	9:37	11:07	12:37	13:12	14:07	17:07	19:07	21:37	23:37	4:47	5:12
BOSSÒST	7:04	8:04	9:04	9:34	11:04	12:34	13:09	14:04	17:04	19:04	21:34	23:34	4:44	5:09
LES	7:00	8:00	9:00	9:30	11:00	12:30	13:05	14:00	17:00	19:00	21:30	23:30	4:40	5:05
PONTAUT														



# horario de autobuses

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

BERET	10:45			17:00			SOLO TEMPORADA DE ESQUI							
	7:45	10:30	10:30	15:50	16:45	17:25	19:20	20:20	22:20	0:20				
TAÑAU	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
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
SALARDÚ	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
ESCLUNHAU	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
BETRÈN	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
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
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
AUBÈRT	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
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
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
ES BORDÈS	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
ARRÒ	7:09	7:49	8:39	9:39	11:39	13:14	14:59	15:59	16:39	18:39	19:39	21:39	23:39	4:49
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
BOSSÒST	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
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
PONTAUT		7:40	8:30											5:05

### 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	LLEIDA (*)	08.45	16.45	-	
902 422 242	09.45	11.15	19.15	BARCELONA	06.30	14.30	16.00

Información:  
902 422 242

### HORARIO AUTOBÚS NOCTURNO DEL VALLE DE ARAN SÁBADOS Y FESTIVOS

03:35	Pontaut	
03:33	Les	23:30
03:30	Bossòst	23:34
03:30	Era Bordeta	23:37
03:28	Arrò	23:39
03:27	Es Bordes	23:40
03:24	Benòs	23:43
03:23	Pònt d'Arròs	23:44
03:20	Aubert	23:47
03:18	Betlan	23:49
03:17	Vilac	23:50
01:15	Vielha	23:52 02:25
01:10	Vielha	00:00 02:30
01:09	Betrèn	00:01 02:31
01:07	Escunhau	00:03 02:33
01:05	Casarilh	00:05 02:35
01:04	Garòs	00:06 02:36
01:00	Arties	00:10 02:40
00:37	Gessa	00:13 02:43
00:36	Salardú	00:14 02:44
00:33	Tredòs	00:17 02:47
00:30	Baqueira	00:20 02:50
	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	Vielha Rotonda	14:15	17:10
8:55	14:55	Vielha	14:10	17:00

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

(\*) Enlaces directos por autopista con Barcelona.

Los enlaces de los domingos con Lérida, rogamos sean consultados.

## Cortinas Sant Jordi

### Especialidades

- Cortinajes
- Cubrecamas
- Tapizados (Paredes, Sofás...)
- Enmoquetados y otros componentes
- Empapelados de Paredes

### Divisiones

- Hosteleria
- Hogar
- Oficinas

### Taller de Diseño

- Confección e instalación propia

## Tapicerias Sant Jordi Toldos Sant Jordi

Toldos de diseño y alta tecnología

c/ Penedés, 87 · Fx. 973 249 954 · BALÀFIA (Lleida)  
www.cortinessantjordi.com

973 249 950



LA CRISIS DE LOS  
50 GOLPEA A UNOS  
MÁS QUE A OTROS



¡WOW, TÍAS!  
¿QUERÉIS VER  
MI TATU?



¡PARA NADA,  
SEÑOR!



¡LE REPITO QUE LAS  
AYUDAS A LA DEPENDENCIA  
SON SOLO  
PARA PERSONAS!



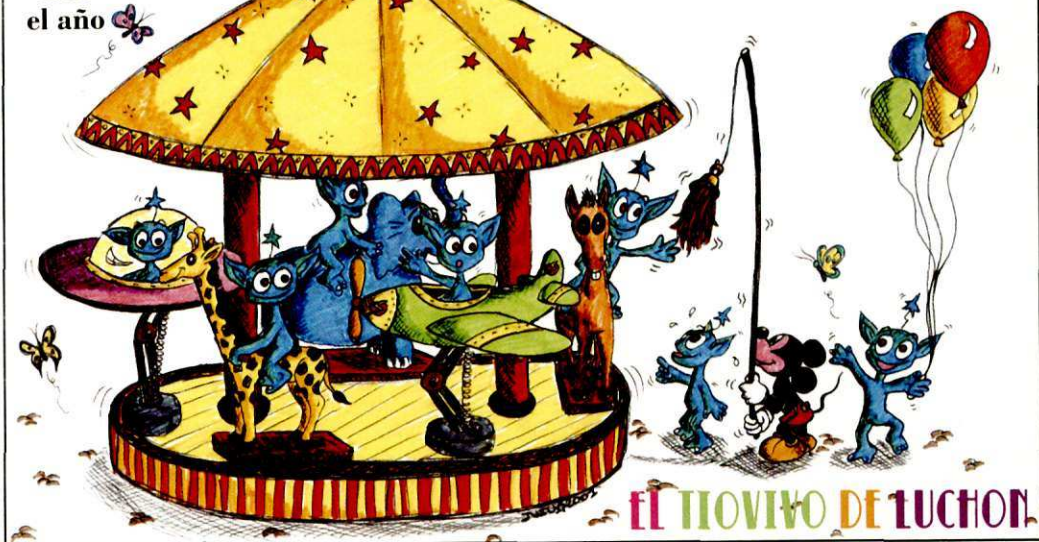
¡ESTO ES  
DISCRIMINACIÓN!



# LOU PITCHOUNET

abierto  
todo  
el año

EN EL PARQUE TERMAL



## 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/ Sobernedo, 8 casa 7 · 25530 VIELHA (Lleida) · Tél. 638 810 555 · 690 069 196  
hermanosjayro@hotmail.com · www.hermanosjayro.vpweb.es



Al juny no només ens agafem vacances nosaltres, se n'agafa més gent. Els mestres de la guarderia, per exemple. I els pares contents, eh? Aplaudint. I entenent-ho, clar que sí: "Que bé, poder disfrutar dels nens totes les hores del dia! No trobeu que, avui en dia, als nens se'ls porta a escola de massa petits? Coi, hi ha clíniques que ja ofereixen el servei directe: el ginecòleg agafa la criatura, la fa plorar, l'ensenya un moment als pares i l'entrega a una mestra, que li posa la bateta i una motxilleta i se l'emporta a ensenyar-li anglès i informàtica. Així aconseguim dues coses: que els nens aprenguin més de pressa, i que no siguin a casa.

És que les guarderies són una meravella. Les guarderies? Uf! D'entrada ja tenen uns noms innocents, com de broma. Es diuen Sol-solet, Ralet-ralet, Tic-tac, Patufet, Carrasclat, Barrufet, Xumet, Pujolet... Ai, no, que aquest és petitet però ja no té edat de guarderia. I els patis? És curiós: als patis de guarderies hi ha toboganets, columpis i pneumàtics, igual que a la gàbia del Floquet de Neu. Una coincidència? Igual com que els nens són tan monos... I porten un plàtan per esmorzar...

I les aules de les guarderies, són tan mones! Tenen cadiretes petiteeeetes, petiteeeetes. I els pares fan reunions a les aules i seuen al lloc del seus fills, que sembla la pel·lícula "*Cariño, he agrandado al niño*". I les tauletes, pissarretes, tisorettes, maquinetes per fer punteta... Tot és petit, menys la factueta. Pots per això a mi no m'hi van portar mai, a la guarderia. I així estic, que tinc problemes en tot el que seria l'intercanvi de fluids humans. I jo crec que ve d'aquí! Perquè en una escola bressol, de fluids humans, els que vulguis! Només cal esmenar una mica. Aquella olor de pixum.. No de pis: de pixum. Que els nens, quan són molt petits, el pis els fa olor de Fritos.

A la porta d'una guarderia descobreixes que al nen petit se li diu "mocós". I que hi ha una gran varietat de colors de mocs, des del transparent - és aigüeta -, fins al verd pistatxo, passant per tota una mena de grocs. El senyor Kleenex pot estar tranquil, que té negoci per anys: els nens cada dia tenen més mocs, són una mica "*Blub, el terror no tiene forma*".

Els nens no tenen manies, són desinhibits, però no dir que són guarros: s'intercanvien els xumets es toquen, es bavegen, s'esgarrapen, es mosseguen i dormen junts amb matalasset a terra. Vaja, són com els de *Gran Hermano* especialment com l'Iñigo. Però això sí: sens perill que l'*Interviú* descobreixi que tenen un passat en un bordell, pobrissos, tan petitets que han de saber de bordells, si no tenen coneixement ni res! Per no tenir, no tenen un passat! Un nen no té passat.

Una cosa curiosa de les guarderies és que els nens no saben parlar, perquè hi ha una edat que els nens no parlen, us ho juro! Només parlen els que fan anuncis de bolquers, que diuen: "Ni gota, ni gota". Però els de veritat no. No parlen, però els papes i les mames utilitzen el nen per parlar amb la mestra. "Pol, digues-li a la mestra què hem fet el cap de setmana. Què vam anar a veure, Pol? Digues "titellees", ah que sí? I et van agradar...! Eh, Pol? Moolt, eh Pol?". I el pobre Pol que va rebent cops a l'esquena de la mare, perquè digui que sí, mentre pensa: "Mama, sóc el Pol, no Doña Rogelia!".

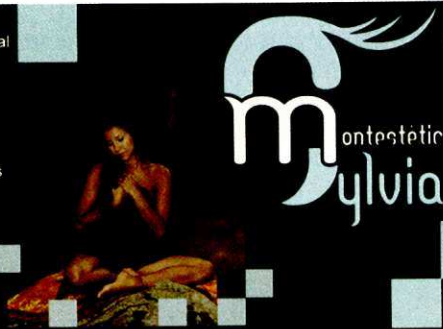
Un altre debat que hi ha a les guarderies és el tema de les malalties. No es poden portar criatures malaltes perquè clar, s'encomana tot. Per tant, què fan els pares? Dopar els nens. Posant-los gotetes als ulls, fent-los beure xarops, maquillant-los els grans de varicel·la... I el nen arriba que sembla la Sara Montiel. Si tenen conjuntivitis, els posen ulleres de sol: "No, és que li agrada molt *Caiga quien Caiga*". A veure si cola, i així t'estalvies deu dies de cangur.

El millor de les escoles bressol és que posen deures. Però als pares, no als nens. I no són fàcils. Quan arriba Pasqua, els pares es troben una noteta: "Heu de portar un ou buit per dintre". Vosaltres sabeu com és de difícil buidar un ou? Costa... Això, costa un ou! I veus la parella, el diumenge a la nit, com a histèrics. Ella: "Va, jo et bufo l'ou i tu vas buidant tot lo de dintre". I els veïns pensant: "Guarros, més que guarros, amb una criatureta tan petita".

Article del llibre *Hem de parlar* de l'Andreu Buenafuente



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

www.sylvia  
montestetic  
.com

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

# 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



(Camión porta-escombros)

**ALQUILER  
DE  
MAQUINARIA**  
**JOAQUÍN CALVO**

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

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

electronica

**M. Perailes**

Instalador oficial  
nº 4191



Distribuidor: DIGITAL\*

Instalación y reparación de antenas individuales y  
relevo

Televisión via satélite

Alquiler maquinaria para eventos

Venta de recordatorios

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

## peluquería

Carmen Sicart

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

**Fontanería**



**Calefacción**

**Instalaciones de gas**

**Energía solar...geotérmica**

**Aire acondicionado**

**Instalaciones para hostelería**

**Cocinas industriales**

C/Carrera, 9 25540 - LES Tel. 973 648 430 Móvil 509 318 804

# BUSQUET S.L.

Colaborador

**REPSOLGAS**





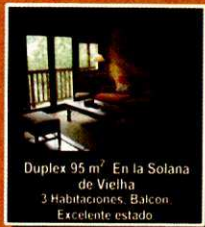
Vila

Pisos y Duplex de 2 y 3 Habitaciones  
Desde 249.000 euros

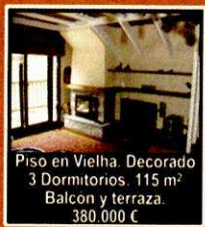
Fincas en  
Vielha para  
construcción  
de chalets  
individuales

Sik  
Inter  
Inmobiliaria

Gestión Integral de Obras y Servicios  
Compra, venta de inmuebles  
Obra Nueva y Segunda Mano  
Alquileres Temporales de S...



Duplex 95 m<sup>2</sup> En la Solana  
de Vielha  
3 Habitaciones, Balcon  
Excelente estado



Piso en Vielha. Decorado  
3 Dormitorios. 115 m<sup>2</sup>  
Balcon y terraza.  
380.000 €



Casa 5 Habitaciones en  
Vielha. Jardin de 500 m<sup>2</sup>  
Oportunidad Unica

[www.puntet.com](http://www.puntet.com)  
[info@puntet.com](mailto:info@puntet.com)

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

**El Acebo**  
*Deguste nuestra cocina  
en el restaurante*

**ETH REFUGI  
D'ARAN  
APARTHOTEL**

**LAS TERMAS  
DEL REFUGI**

*Relájese en las termas*

*Disfrute de su estancia*

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





# INTERMARCHÉ

Les Mousquetaires



**INTERMARCHÉ**  
**ESPECIALISTA**  
**en productos frescos**

**productos**  
**regionales y locales**



**a precios**  
**"Mousquetaires"**



Fotos de Carnet



Limite numérico



Lavandería  
Automática



Distribución de  
Billetes



Gasolinera



Lavado alta  
presión



Alquiler de Camiones y Furgonetas  
20-12-7 m<sup>3</sup>

Les Trètes

MOUSTAJON - 31 110 LUCHON

Tel. 00 33 561 79 24 00

Fax: 00 33 561 79 83 01



**INTERMARCHÉ**

Les Mousquetaires

De Lunes a Sábado de 9 h. a 19,15 h.



**INTERMARCHÉ**  
**PRÓXIMA APERTURA**  
**EN CIERP GAUD**  
**A PARTIR DE JULIO 2010**



# pueblos de Aran

## Montgarri

De la demarcación de Pujòlo, se encuentra a una altura de 1.645m. Pertenece al municipio del Naut Aran, en la zona más Noreste del Valle de Aran.

El Santuario de Montgarri está situado junto al río Noguera Pallaresa, en la vertiente sur de las montañas de "Es Bandolèrs" y de "Eth Trau dera Esca".

Aunque el edificio actual es del siglo XVI, sigue una línea renacentista, pero con poco valor artístico. En la sacristía se conserva un frontal de altar del siglo XVI con la imagen de la Virgen María, y en la parte del baptisterio un muro del edificio primitivo.

La fundación del edificio se remonta a los años 1.117 - 1.119, cuando según cuenta la tradición, encontraron a la Virgen María. La leyenda, explica que la imagen de la Virgen fue descubierta por un pastor que después de haber visto repetidas veces a un buey de su rebaño, arrodillarse en un punto concreto, decidió descubrir el motivo, escondiéndose y observando al buey. Así vio a la Virgen. Rápidamente fue a darlo a conocer a los cónsules de Salardú y Tredòs, y por ese motivo, tras una investigación, se construyó en Montgarri, en ese mismo punto, una capilla que más tarde se convertiría en el actual Santuario de Montgarri. Con el tiempo se fueron construyendo unas pocas viviendas y cabañas para el ganado, que hoy en día se conservan en ruinas. El municipio de Montgarri pertenecía al pueblo de Gessa, que lo vendió al común de Salardú y Tredòs, reservándose la propiedad del santuario. El archipreste de Gessa marcaba al Capellán de Montgarri y el Vicario de Gessa era el administrador.

El antiguo municipio contaba con un hostel (denominado hospital en aquella época) para acoger a los viandantes, iglesia y rectoría, que abrían todos los días del año.

Actualmente, la rectoría se ha convertido en un



refugio donde comer y alojarse. Cerca del Santuario, en lo que antiguamente era el pueblo, queda una casa conservada donde también ofrecen servicio de restaurante. Ambos establecimientos son muy rústicos.

Para acceder a Montgarri, hay que acercarse hasta el parking de Beret donde, si no hay nieve, se puede ir caminando, en una bonita excursión de 1 hora muy fácil caminando o en vehículo, 4x4 recomendado. En invierno, con nieve, hay que hacer la excursión con raquetas de nieve, esquís de fondo o de travesía, o alquilar motos de nieve o paseos en trineos de perros. Todo se puede alquilar en Beret.

El día 2 de julio se celebra la romería del Santo de Montgarri, muy concurrida y arraigada a todos los pueblos del Valle de Aran, del Pallars y del sector occitano francés.

Tiempo atrás, los pastores franceses que traían el ganado a pastar en tierras de Montgarri hacían donación de quesos, que se repartían en la fiesta del 15 de agosto. Los pueblos de Bagergue, Gessa, Unha, Tredòs y Salardú pagaban, cada uno, una carga de vino y otra de pan. Después de la misa, cada capellán bendecía los productos de su pueblo y un representante los repartía entre sus vecinos (el vino se repartía en unas copas de plata denominadas *pitchèrs*, y que todos los pueblos tenían).

Desde Montgarri se pueden realizar diversas excursiones de montaña, tanto con esquís, raquetas, caminando o bicicletas de montaña.

Fecha	Nombre
2 Julio	Romería al Santet de Montgarri
15 Agosto	Fiesta Mayor de Montgarri

Artículo escrito por Jorge López Pallarés para ARAN NAU.



# Ristorante La Boveda Pizzeria

Hasta el 4 de Abril, abiertos  
- los Domingos por la noche.

Menú especial "Día de los enamorados"

14 de febrero San Valentín: 25 €

Menú de mediodía (13€) (bebida e IVA incluido).

Para llevar:

Ensaladas, Carpaccio, Lasaña y Pizzas

Infórmate de nuestras promociones

c/ del Roser, 11

(Frente Instituto de Vielha)

25530 - VIELHA **Tel. 973 64 04 91**



**Premsa**  
**Llibreria**  
**Papeteria**  
**Revistes**  
**Llibreria**  
**Papeteria**  
**Plumie**  
**Regals**

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

**ROGER PULIDOS**  
 mosaicos e ceràfics • respatons e parlatlades • sapons e sabonons • composicions

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.

- CERÀFICS
- ENMALTADOS
- PAVIMENTOS
- REVESTIMIENTOS
- ROSATONES
- TORROSELLES

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

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

## Funeraria 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

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



## Passa-Pòrts 7<sup>au</sup> hestau occitan

MONTREJAU (31) - 19 & 20 de març de 2010  
Organizat peth Ostau Comengés



INSCRIPCIONS  
ABANS ETH 15  
DE MARÇ DE 2010

Tel. 00 33 561 95 12 46



Le 6 février a été inauguré à Marignac le nouveau Centre de Secours du Canton de Saint Bât, en présence de:



M ; Bernard Bahut, Sous Préfet de Saint Gaudens ;  
M. Pierre Izard, Président du Conseil Général de la Haute Garonne ;  
M. Bertrand Auban, Sénateur ;  
M. André Pallas, Président de la Communauté de Communes du Canton de Saint Beat ;  
et de nombreuses autres personnalités.

Une délégation des Pompiers du Val d'Aran a été également invitée à cet événement.

## Midi-Pyrénées et la Délégation Générale du Québec signent un Plan d'action pour renforcer leur coopération

Martin Malvy, président de la Région Midi-Pyrénées, et Wilfrid-Guy Licari, Délégué général du Québec à Paris, ont signé ce vendredi 29 janvier, à l'Hôtel de Région, un nouveau Plan d'action qui précise les objectifs et les orientations de coopération jusque 2011. La signature a eu lieu en présence de Laurent Lessard, ministre québécois des Affaires municipales, des Régions et de l'Occupation du Territoire qui était en mission en France et Philippe Guérin, vice-président de la Région Midi-Pyrénées en charge de la coopération décentralisée.

Ce deuxième plan d'action vise à renforcer les échanges déjà engagés depuis 2006, notamment dans les domaines de l'économie et la recherche, de l'éducation et l'enseignement supérieur ainsi que de la culture.

Service de Presse. Thierry Charmasson







SPORTS **Yeti** S.L.

VENDA - TALLER - LLOGUER

TEL. 973 64 18 86

PAS D'ARRO, 48  
25530 VIELHA

# PIZZERIA MONTGARRI

Comidas - Menú - Cenas - Carta

Edificio Campalías baixos  
BAQUEIRA 1500 (Val d'Aran)

Haga su reserva al  
Tel. 973 64 50 55  
ABIERTO TODO EL AÑO



# 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

## LIMPIEZA DE CHIMENEAS

### EXTRACTORES DE RESTAURANTES

Tel.

973 621 065

661 606 260

michellarrue@hotmail.com

## Xarcuteria Deth Passeig

Productos de  
charcutería de  
alta calidad.

Jamones  
extremeños.

Quesos y  
yogures del  
Valle de Aran.

Passeig dera Llibertat, 15 Vielha - Lleida (25530) Tel. 973 64 23 14

## CONSTRUCCIONES



# ANPEMA 2001 S.L.

PERFECTO BREA

C/ dera Closa, 18  
25550 - BOSSÒST

Tel. 973 64 73 21  
Móvil 679 43 96 55



www.construccionesanpema.es  
anpema2001@aranweb.com



## ARIES

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



## TAURO

Estarás un poco bajo de ánimos a pesar de que la llegada de la primavera siempre ha supuesto para ti un motivo de alegría de despertar de nuevas inquietudes. Eso será a causa de algún problema de salud al que quizás no das importancia pero que te está restando energía paulatinamente. Tienes que pensar más en ti ya que, empiezas a estar un poco desahogado.



## GEMINIS

Si no tienes pareja este mes conocerás a la persona ideal para compartir tu vida a partir de ahora. Puede que al principio no te des cuenta pero con el paso del tiempo llegará a ser una presencia importante y muy positiva en tu vida. En el trabajo todo irá bien, también con algunas novedades, pero no de gran importancia.



## CANCER

Conseguirás, por fin, la armonía que tanto anhelas en tu vida personal. Eso hará que te crezcas y que veas las cosas desde otro punto de vista. Te sucederán algunas cosas sorprendentes, varias casualidades que, en principio, te extrañarán pero que finalmente tomarás como algo positivo.



## LEO

Empezarás a tener pequeños problemas en el amor. Debes solucionarlos cuanto antes y no dejarlos de lado, pues de lo contrario pueden convertirse en grandes problemas. Debes aprender a afrontar las cosas desde el principio, pues tienes a dejarlo todo para el final y quizás llegue un momento en que sea demasiado tarde.



## VIRGO

Has prestado tu ayuda a un amigo y no te has sentido lo suficientemente recompensado. Sin embargo debes entender que las ayudas a tus seres queridos no necesitan ser recompensadas. Este mes, en el trabajo, habrá hechos que alteren la rutina habitual y te afectarán directamente así que, mantente tranquilo.



## LIBRA

Te abrirás al amor y si tienes una relación estable, dejarás atrás la frialdad del mes anterior y te centrarás en ser más detallista con tu pareja y demostrarle tu amor. Date la oportunidad de profundizar con tu pareja o salir a buscar una nueva relación.



## ESCORPIO

Escorpio es un líder por naturaleza y, por eso, a pesar de estar un poco bajo de ánimo y mantenerse en un segundo plano durante este mes, se va a sentir muy arropado e incluso deseará estar solo en algunos momentos. Tus proyectos económicos van viento en popa, no los descuides.



## SAGITARIO

Has empezado a encontrar tu sitio y emplearás toda tu fuerza y energía en algo que al principio te parecía absurdo. Le encontrarás el sentido a todo lo que estás haciendo y además tu pareja, si es que la tienes, te apoyará en todo lo que hagas, pues se ha dado cuenta de que es lo que tiene que hacer si no quiere perderse.



## CAPRICORNIO

Sentirás que te has equivocado y además, la gente hará que no puedas olvidarte de ello ni un instante. Debes empezar a pensar un poco más en ti y no dejar que ciertos comentarios te afecten, pues mayoritariamente salen de gente que ni siquiera te conoce ni conoce tu historia.



## ACUARIO

Disfrutarás de un tiempo de descanso, que te permitirá hacer algunas cosas a las que no estás acostumbrado. Estarás muy animado y emocionalmente exaltado. Contagiarás tu energía y tus ganas de hacer cosas a tu pareja, si es que la tienes, y en el amor todo irá sobre ruedas.



## PISCIS

Un conjunto de acontecimientos sorprendentes y atípicos provocarán un ligero desorden en tu vida y harán que debas volver a reorganizarte sino quieres perder el control. Si tienes pareja, ten cuidado porque puedes llevarte una sorpresa desagradable. Deberías hablar más con ella.





## TROFEO CIUTAT DE TERRASSA

Durante los días 30 y 31 de enero se celebró el XIX Trofeo Ciutat de Terrassa, en la estación de esquí de la Masella. Esta prueba constituía la II Fase de los Campeonatos de Catalunya Infantiles.

El corredor del CEVA, Iñigo Larriu, continúa intratable en todas las mangas, ganando las dos del gigante y una del slalom, lamentando el abandono en una del slalom. El corredor está demostrando un gran estado de forma con una técnica muy depurada. No obstante, no fue seleccionado para la prueba internacional de Borrufa debido a los criterios de selección de la RFEDI que, usando criterios aleatorios, dejaron fuera al corredor.

Por otra parte, Ana Esteve tuvo un fin de semana irregular al conseguir mangas destacables pero no en la clasificación general. Cabe recordar que el viernes

## 1ª FASE CAMPEONATOS ESPAÑA INFANTILES II

Los días 23 y 24 de enero se celebró en la estación andaluza de Sierra Nevada la Primera Fase de los Campeonatos de España en la categoría Infantiles II. El sábado se celebró el slalom gigante, donde Iker Gastaminza consiguió la tercera posición gracias a una buena segunda manga. El domingo se realizó el slalom especial donde hubo muchas caídas y abandonos, provocado por un trazado muy exigente y un rápido deterioro de la pista. Alvaro Iglesias consiguió la primera posición tras ganar la segunda

## 2º TROFEO GER ALEVINES

El sábado 23 de enero la estación de Boi Tauli acogió la prueba de alevines 2º Trofeo GER.

Nuevamente el CEVA obtuvo destacados resultados en las dos categorías. Lisa Vallcorba volvió a conseguir la primera posición en la categoría alevines I damas mientras que Carla Barata se situó en tercera posición. En alevines I hombres el aranés Lluc Montes se alzó con la segunda plaza siendo corredor de primer año. Por lo que respecta a la categoría Alevines II fue muy destacable la segunda posición conseguida por Daniel Larriu siendo también de primer año. Samuel Bennett

## 2ª FASE CAMPEONATOS ESPAÑA INFANTILES I

El 13 y 14 de febrero la estación de Boi Tauli acogió la segunda fase de los Campeonatos de España Infantiles I. Del CEVA estaban seleccionados 6 corredores que disputaron las pruebas de slalom y slalom gigante. En el slalom gigante Iñigo Larriu ganó en las dos mangas de una manera clara. En la categoría de damas Ana Esteve obtuvo la cuarta plaza. En el slalom Iñigo Larriu, tras una primera manga en la que quedó descalificado, volvió a imponerse en la segunda manga consiguiendo 100 puntos que le colocan en la cuarta posición de la clasificación de los Campeonatos de España Infantil I. Hay que decir que Iñigo ha ganado todas las mangas en las que ha conseguido llegar a meta. No obstante, peligró su

en la Borrufa Ana Esteve se clasificó en quinta posición.

Finalizada esta segunda fase del Campeonato de Catalunya, han sido 6 los corredores seleccionados del CEVA para representar a la Federación Catalana en la segunda fase de los Campeonatos de España Infantiles que se celebrarán en la estación de Pajares el 13 y 14 de febrero: Iñigo Larriu, Gonzalo Olaso, Oriol Oliva, Ana Esteve, Ana Iriondo y Carla Albert.



manga. Tanto Iker Gastaminza como Álvaro Iglesias han sido seleccionados para participar en la prueba internacional "Borrufa".



ocupó la quinta plaza. En alevines II damas Alexandra Rufin consiguió la sexta posición siendo también corredora de primer año.



participación en la prueba internacional Topolino habiendo sido el mejor corredor infantil de España, cosa que sería muy injusta y decisión equivocada. Por su parte, Ana Esteve, tras una primera manga en la que consiguió la tercera posición, acabó cuarta, lo que le coloca en la segunda posición en los Campeonatos de España Infantil I





## ARIES

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



## TAURO

Estarás un poco bajo de ánimos a pesar de que la llegada de la primavera siempre ha supuesto para ti un motivo de alegría de despertar de nuevas inquietudes. Eso será a causa de algún problema de salud al que quizás no das importancia pero que te está restando energía paulatinamente. Tienes que pensar más en ti ya que, empiezas a estar un poco descuidado.



## GEMINIS

Si no tienes pareja este mes conocerás a la persona ideal para compartir tu vida a partir de ahora. Puede que al principio no te des cuenta pero con el paso del tiempo llegará a ser una presencia importante y muy positiva en tu vida. En el trabajo todo irá bien, también con algunas novedades, pero no de gran importancia.



## CANCER

Conseguirás, por fin, la armonía que tanto anhelas en tu vida personal. Eso hará que te crezcas y que veas las cosas desde otro punto de vista. Te sucederán algunas cosas sorprendentes, varias casualidades que, en principio, te extrañarán pero que finalmente tomarás como algo positivo.



## LEO

Empezarás a tener pequeños problemas en el amor. Debes solucionarlos cuanto antes y no dejarlos de lado, pues de lo contrario pueden convertirse en grandes problemas. Debes aprender a afrontar las cosas desde el principio, pues tiendes a dejarlo todo para el final y quizás llegue un momento en que sea demasiado tarde.



## VIRGO

Has prestado tu ayuda a un amigo y no te has sentido lo suficientemente recompensado. Sin embargo debes entender que las ayudas a tus seres queridos no necesitan ser recompensadas. Este mes, en el trabajo, habrá hechos que alteren la rutina habitual y te afectarán directamente así que, mantente tranquilo.



## LIBRA

Te abrirás al amor y si tienes una relación estable, dejarás atrás la frialdad del mes anterior y te centrarás en ser más detallista con tu pareja y demostrarle tu amor. Date la oportunidad de profundizar con tu pareja o salir a buscar una nueva relación.



## ESCORPIO

Escorpio es un líder por naturaleza y, por eso, a pesar de estar un poco bajo de ánimo y mantenerse en un segundo plano durante este mes, se va a sentir muy arropado e incluso deseará estar solo en algunos momentos. Tus proyectos económicos van viento en popa, no los descuides.



## SAGITARIO

Has empezado a encontrar tu sitio y emplearás toda tu fuerza y energía en algo que al principio te parecía absurdo. Le encontrarás el sentido a todo lo que estás haciendo y además tu pareja, si es que la tienes, te apoyará en todo lo que hagas, pues se ha dado cuenta de que es lo que tiene que hacer si no quiere perderte.



## CAPRICORNIO

Sentirás que te has equivocado y además, la gente hará que no puedas olvidarte de ello ni un instante. Debes empezar a pensar un poco más en ti y no dejar que ciertos comentarios te afecten, pues mayoritariamente salen de gente que ni siquiera te conoce ni conoce tu historia.



## ACUARIO

Disfrutarás de un tiempo de descanso, que te permitirá hacer algunas cosas a las que no estás acostumbrado. Estarás muy animado y emocionalmente exaltado. Contagiarás tu energía y tus ganas de hacer cosas a tu pareja, si es que la tienes, y en el amor todo irá sobre ruedas.



## PISCIS

Un conjunto de acontecimientos sorprendentes y atípicos provocarán un ligero desorden en tu vida y harán que debas volver a reorganizarte sino quieres perder el control. Si tienes pareja, ten cuidado porque puedes llevarte una sorpresa desagradable. Deberías hablar más con ella.





## TROFEO CIUTAT DE TERRASSA

Durante los días 30 y 31 de enero se celebró el XIX Trofeo Ciutat de Terrassa, en la estación de esquí de La Masella. Esta prueba constituía la II Fase de los Campeonatos de Catalunya Infantiles.

El corredor del CEVA, Iñigo Larri, continúa intratable en todas las mangas, ganando las dos del gigante y una del slalom, lamentando el abandono en una del slalom. El corredor está demostrando un gran estado de forma con una técnica muy depurada. No obstante, no fue seleccionado para la prueba internacional la Borrufa debido a los criterios de selección de la RFEDI que, usando criterios aleatorios, dejaron fuera al corredor.

Por otra parte, Ana Esteve tuvo un fin de semana irregular al conseguir mangas destacables pero no en la clasificación general. Cabe recordar que el viernes

en la Borrufa Ana Esteve se clasificó en quinta posición.

Finalizada esta segunda fase del Campeonato de Catalunya, han sido 6 los corredores seleccionados del CEVA para representar a la Federación Catalana en la segunda fase de los Campeonatos de España Infantiles que se celebrarán en la estación de Pajares el 13 y 14 de febrero: Iñigo Larri, Gonzalo Olaso, Oriol Oliva, Ana Esteve, Ana Iriondo y Carla Albert.

## 1ª FASE CAMPEONATOS ESPAÑA INFANTILES II

Los días 23 y 24 de enero se celebró en la estación andaluza de Sierra Nevada la Primera Fase de los Campeonatos de España en la categoría Infantiles II. El sábado se celebró el slalom gigante, donde Iker Gastaminza consiguió la tercera posición gracias a una buena segunda manga. El domingo se realizó el slalom especial donde hubo muchas caídas y abandonos, provocado por un trazado muy exigente y un rápido deterioro de la pista. Alvaro Iglesias consiguió la primera posición tras ganar la segunda



manga. Tanto Iker Gastaminza como Álvaro Iglesias han sido seleccionados para participar en la prueba internacional "Borrufa".



## 2º TROFEO GER ALEVINES

El sábado 23 de enero la estación de Boi Tauli acogió la prueba de alevines 2º Trofeo GER.

Nuevamente el CEVA obtuvo destacados resultados en las dos categorías. Lisa Vallcorba volvió a conseguir la primera posición en la categoría alevines I damas mientras que Carla Barata se situó en tercera posición. En alevines I hombres el aranés Lluç Montes se alzó con la segunda plaza siendo corredor de primer año. Por lo que respecta a la categoría Alevines II fue muy destacable la segunda posición conseguida por Daniel Larri siendo también de primer año. Samuel Bannett

ocupó la quinta plaza. En alevines II damas Alexandra Rufin consiguió la sexta posición siendo también corredora de primer año.



## 2ª FASE CAMPEONATOS ESPAÑA INFANTILES I

El 13 y 14 de febrero la estación de Boi Tauli acogió la segunda fase de los Campeonatos de España Infantiles I. Del CEVA estaban seleccionados 6 corredores que disputaron las pruebas de slalom y slalom gigante. En el slalom gigante Iñigo Larri ganó en las dos mangas de una manera clara. En la categoría de damas Ana Esteve obtuvo la cuarta plaza. En el slalom Iñigo Larri, tras una primera manga en la que quedó descalificado, volvió a imponerse en la segunda manga consiguiendo 100 puntos que le colocan en la cuarta posición de la clasificación de los Campeonatos de España Infantil I. Hay que decir que Iñigo ha ganado todas las mangas en las que ha conseguido llegar a meta. No obstante, pelagra su

participación en la prueba internacional Topolino habiendo sido el mejor corredor infantil de España, cosa que sería muy injusta y decisión equivocada. Por su parte, Ana Esteve, tras una primera manga en la que consiguió la tercera posición, acabó cuarta, lo que le coloca en la segunda posición en los Campeonatos de España Infantil I







Vendo local comercial en Vielha, 71m<sup>2</sup>, con gran vidriera, aseo y suelo con baldosado. Grandes facilidades de pago. Sin hipoteca. Tel. 620.860.243

**Se alquilan trasteros en Vielha.**  
Tel. 973.64.26.25

**Se dan clases particulares de inglés y francés a domicilio.**  
Tel. 973.64.25.81

En venta: camión abierto, Citroen Jumper, 100CV. 80.000km. Todas las revisiones. En perfecto estado. 4 años. DNN. 10.000€. En circulación por el Valle. Tel. 665.280.938



**COMPRO PISO.** Mínimo 3 habitaciones. Máximo 210.000€. Preferible en Vielha. Tel. 696.452.564



**Cesión de negocio en activo,** en el paseo de Bossòst. Sin traspaso. Solo mobiliario y existencias. Tel. 973.64.74.69



**Se vende apartamento seminuevo en Betren.** 2 hab., 2 wc, Parking. Trastero. Precio 250.000€. Tel. 617.578.854



Se regalan cachorros machos y hembras. Preciosos. Tel. 973.64.26.02

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



**Se alquila habitación en Bossòst,** casa grande y soleada. Con derecho a todos los servicios. Jardín. Ambiente agradable. 300€ al mes todo incluido. Tel. 669.756.677



**Se alquila habitación triple abuhardillada,** soleada, con vistas. Semanas completas o fines de semana. Tel. 669.756.677



**BUSCO UN HOGAR PARA QUE ME CUIDEN ME HAN ABANDONADO**

**AHORA ESTOY EN ARAN VETERINARIS (Tel. 973 6423 61)**

Tengo dos años de edad, peso 20 Kg. Estoy operada, o sea que no entraré en celo. Soy muy tranquila y cariñosa. Me encontraron perdida por Bossòst. Espero que alguien me adopte. Gracias.





El CEVA, el Club con más años de experiencia, ha preparado para este invierno un programa repleto de actividades elaborado a tu medida.

Galerias Palau de Gau.  
Avda. Garona, 33, Local 9.  
25530 VIELHA (Lleida)  
Tel. + 34 973 64 02 15  
Fax + 34 973 64 28 19  
secretaria@clubceva.org  
http://www.clubceva.es

## Hazte socio del CEVA y participa de sus actividades

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



**RIDERS TEAM CEVA**  
Escuela de Esquí

raidersteam@clubceva.org  
Tel. + 34 973 64 02 15




## Restaurante Racó d'Escunhau

Cocina aranesa  
Ternera del Valle

Menú calçotada: 35€

c/ Sant Pere, 16 - ESCUNHAU

Tel. 973 64 15 20

**EXPOSICIÓN Y  
VENTA DE  
FOTOGRAFÍA  
EL RACÓ D'ESCUNHAU**

**CAMISETAS · POLOS  
SUDADERAS · PANTALONES**



**NOVEDAD:  
Pulseras Equilibrium**



**EL NIÑO-Vielha**  
C/ Eth Roser, 11 · 25539 -BETREN-  
Telf. 973 64 13 06 · info@elninovieilha.com

**TEXTIL Y  
HOGAR**

MODA Y COMPLEMENTOS  
Y ROPA DE HOGAR



c/ deth Lup, 4  
(JUNTO PARKING)  
**BOSSOST**  
TEL. 973642823

**RECORTANDO Y PRESENTANDO  
ESTE COUPON  
20%  
DE DESCUENTO**

NOS HEMOS TRASLADADO A BOSSOST. VISITE NUESTRA NUEVA TIENDA



# tu tienda "El Niño"

y...equilibrium

El Secreto del Mar es el nombre de la compañía que realiza el diseño, la producción y la comercialización de EL NIÑO, una marca nacida en 1998 en Tarifa (Cádiz) que ha pasado de ser un símbolo surfero a un símbolo de moda en toda la península. El origen de la marca El Niño está en un dibujo que representa a un pequeño fantasma y que hoy se ha convertido en un auténtico icono entre los jóvenes.

La juventud y el inconformismo que pretende transmitir la marca se plasman en prendas especialmente originales y de gran calidad. La enseña está especializada en confección y accesorios (gafas, gorras, toallas, relojes, bisutería...) de surfwear, sport y casualwear, tanto masculinos como femeninos e infantiles.

El Niño cuenta con aproximadamente 800 puntos de venta entre España y Europa, entre tiendas propias y franquicias. El acuerdo de distribución firmado con los grandes almacenes El Corte Inglés garantiza la presencia de las colecciones de la enseña en 12 corners en todo el país.

La marca surfera participó en la feria ISPO 2004 de Munich, y en la actualidad está inmersa en un ambicioso plan de expansión internacional que incluye el contacto comercial con distribuidores de la Unión Europea y la inauguración de unas nuevas instalaciones en Oporto (Portugal).

La tienda oficial de VIELHA se inauguró en el 2004 y desde entonces se trabaja con el compromiso de ofrecer siempre sus colecciones a una muy buena relación calidad-precio. Cada colección verano/invierno es desarrollada partiendo de parámetros altamente exigentes con el propósito de alcanzar con éxito las necesidades de los clientes más exigentes.

Ven a visitarnos y aprovecha el **2X1 PERMANENTE** en camisetas, camisas, sudaderas, pantalones... También encontrarás complementos como cinturones, carteras, mochilas, estuches, gorros, gorras, ropa interior y por supuesto nuestro variado surtido de gafas Oakley.

Estamos en la calle Eth Roser, 11, justo en frente del instituto de Vielha, al lado del Restaurante La Boveda.

Ven y comprueba tu mismo la calidad de nuestras propuestas y sus originales diseños.

Arantxa



Como **NOVEDAD** os presento los hologramas **EQUILIBRIUM**, los más eficaces del mercado. No hay competencia, compruébalo tú mismo. Estos hologramas tanto en pulsera, tarjeta o adhesivo aumentarán tu rendimiento al nivel más alto y son los **ÚNICOS** que están registrados por la CE.

El cuerpo humano está rodeado de capas de electricidad y una áurea que rodea todo. Todo ser vivo posee estas capas que actúan inteligentemente. Este holograma conectado a través del áurea, hace que el cerebro limpie todos los campos eléctricos consiguiendo que el cuerpo funcione en su nivel más óptimo aislando a cada célula viva de los factores externos que le impiden funcionar al 100% de sus capacidades. Los hologramas están codificados con frecuencias que restauran el equilibrio electromagnético ayudando al cuerpo a sentirse más fuerte, estable y preciso; aumentan la elasticidad, el equilibrio y la fuerza.

Si te gusta practicar deporte al más alto nivel **EQUILIBRIUM** te ayudará a sentirte más enérgico y equilibrado, alcanzando mejores niveles de concentración desarrollando al mismo tiempo.





# mi pequeña historia

## Las currucas vuelven al valle

Cuando los días se alargan y el ambiente comienza a transmitir la cercanía de la primavera, los aficionados a las aves empiezan a escrutar los jardines, ribazos y márgenes de campos a la búsqueda de los primeros ejemplares de currucas.

Estos pajarillos, que se alimentan fundamentalmente de insectos durante el verano, pero también consumen frutos, pertenecen a la familia de los Silvidos, una de las que componen el orden de los Paseriformes, probablemente el de más éxito evolutivo en el Viejo Mundo.

Son aves pequeñas de colores poco vistosos y muy similares entre ellas, lo que dificulta su identificación. También el canto es parecido, lo que complica más las cosas. Acostumbran a moverse en los estratos más bajos de la vegetación, por ello se denominan a veces los Silvidos de los matorrales.

En el valle de Aran se pueden observar tres especies de esta familia con cierta regularidad a partir de finales del mes de marzo. Quizás la más fácil de identificar y a la vez frecuente en jardines y cercana a las casas y pueblos es la **curruca capirotada** (*Sylvia atricapilla*), que lleva una "boina" negra en los machos y de color castaño en las hembras. Cuando se mueve entre la vegetación emite un "chec" duro, lo que permite localizarla. El canto de los machos es musical y fluido, frecuentemente escuchado desde las copas de los árboles de hoja caduca.

La segunda especie, mucho menos frecuente y que pasa desapercibida con frecuencia, es la **curruca mosquitera** (*Sylvia borin*). Algunas guías de identificación indican que el mejor rasgo para

distinguirlo es precisamente la carencia de rasgos distintivos... Es un pajarillo con aspecto redondeado, sin marcas especiales y de un color grisáceo. Recuerda a la especie anterior pero sin la "boina". El reclamo es asimismo definido como un "chec" menos duro que en la capirotada y el canto es también musical, los expertos lo definen como más rápido y musical.

Y finalmente tenemos la **curruca zarcera** (*Sylvia communis*), de la que llama la atención, cuando la podemos observar bien, la garganta blanca y una parte superior del ala de marcado color rojizo. El macho tiene la cabeza de color gris durante el verano y la hembra la tiene de un color miel como el dorso. Tiene distintos reclamos, los más frecuentes son un "charr" y también un "uit uit uit" emitido muchas veces desde el interior de un zarzal o un seto bien tupido.

Durante las próximas semanas será posible descubrir las avanzadillas de estas aves que retornan de sus zonas de invernada para establecer sus territorios y reproducirse durante la primavera. Es un ejercicio que requiere paciencia y capacidad de observación, pero que permite descubrir el ir y venir de estos pajarillos a la búsqueda de insectos sin necesidad de desplazarse mucho de nuestras casas.

Artículo Escrito por el Sr. Ximo Nieto





## HÁBITOS SEDENTARIOS Y ESTUDIOS SOBRE LA OBESIDAD (II)

En los próximos años aumentará espectacularmente la obesidad en España

El laboratorio de Genómica y Nutrición de la Universidad de Tufts en Boston (EE.UU.) y el Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares (CNIC) han advertido de que, en España, en los próximos años se va a producir un aumento "espectacular" de la obesidad y de sus secuelas (diabetes, hipertensión, cáncer, etc.), lo que traerá en consecuencia graves costes sociales y económicos al país.

"Hay que pensar en ello para que no se dispare el gasto sanitario; esto se puede prevenir, hay que educar y entender lo que ocurre", ha declarado el director del CNIC, fomentando el estudio de la nutrigenética y nutrigenómica, ya que "conocer las bases genéticas nos llevará a saber cómo reparar y cómo prevenir enfermedades que tienen que ver con la alimentación".

Para poder cambiar esta situación, según explicó hay que saber qué la produce. En este sentido, explicó que, además de por la predisposición genética, hay que tener en cuenta los hábitos alimentarios y el desajuste de los horarios, --el 'genoma ahorrador' y el 'genoma reloj', respectivamente-- que se han ido modificando, "desajustando", en lo que se conoce como biología evolutiva.

El 'ahorrador', es aquel producido por la situación ambiental de la población, así cada etnia tiene unas costumbres ambientales y nutricionales, que les predispone a ser en mayor o menor medida obesos, aunque esta situación se da sobre todo aquellas que han sobrevivido con una alimentación escasa.

En definitiva, "los genes se han ido amoldando para en el caso de carestía absorber lo máximo del medioambiente", pero cuando cambian

de hábitat, y, por tanto de alimentación, "los genes acostumbrados a sacar el máximo partido de cualquier alimento no saben amoldarse y se engorda". Esto es lo que podría producir el aumento de obesidad en España, donde la emigración es mayoritariamente de Centroamérica y África que, hasta hace poco, "han estado en unas condiciones pobres".

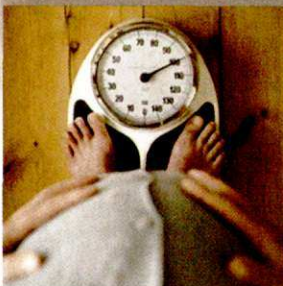
Por otra parte, el 'reloj', es producto de los hábitos de día y noche, que han impuesto en "generaciones y generaciones unos horarios para comer y dormir. "Todo lo que hacemos está controlado por relojes codificados por nuestros genes", así según Ordovás, se ha podido observar que "la pérdida o el desorden de estos horarios favorecen la aparición de enfermedades metabólicas".

Por este motivo, es fundamental seguir investigando los genomas, ya que "podremos estudiar en cada uno de nosotros millones de polimorfismos, que ayudarán a definir si seremos más obesos, cómo afecta el alcohol o cuánto café podemos tomar". Es decir, descubrir los factores de riesgo, para saber la predisposición de los individuos, de modo que se pueda evitar, o retrasarlo por 20 ó 30 años.

Para los expertos, es importante mantener unas pautas horarias y alimentarias diferentes en cada individuo dependiendo de su genética, la cual está dispuesta por su etnia, sus hábitos, y sus antecedentes familiares.

Por otra parte, es importante mantener una dieta desde pequeños, ya que, "no se trata de una dieta estricta, sino mantener aquellos alimentos que han sido usados unas generaciones atrás; en el caso de España mantener una dieta mediterránea".

**Dra. María José Cutando Longas**  
Médico colegiada nº 12.011



**MEDICINA  
NATURALISTA Y  
ESTÉTICA**

**Dra. M<sup>a</sup>. José Cutando Longas**

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

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

Tel. 661 68 64 84

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

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

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

**INFORMACIÓN  
GRATUITA  
PREVIA CITA**





# Institut d'Aran

ESTRATÈGIA I FUTUR.

Estem desenvolupant el Pla estratègic del centre. Un pla que ens ha de permetre millorar com a organització i arribar a fites importants en un mig termini.

hem establert cinc pilars on construir el futur projecte Educatiu del Centre. Aquests pilars són: Les noves tecnologies en el procés de l'ensenyament aprenentatge.

La salut i l'esport

La diversitat lingüística i cultural del territori.

El medi ambient i la sostenibilitat

L'atenció a la diversitat

Aquests pilars han sortit després de cercar i analitzar en diferents fonts d'informació: famílies, institucions, professorat,... amb l'interès de conèixer les diferents inquietuds de tota la comunitat educativa.

Els aspectes que s'han manifestat com aspectes forts de l'institut, aquells en que destaquem, han estat els

següents:

- Els bons resultats acadèmics en totes les etapes educatives.

- El bon ús que es realitza al centre respecte als recursos i estratègies pel tractament de la diversitat.

- Les activitats extraescolars desenvolupades al centre (AEE IES Aran).

- Els diferents programes d'innovació que s'han engegat des del centre, i l'alt número de participació del professorat.

- La bona relació amb les famílies.

- Les expectatives d'evolució positiva del centre.

- L'entorn natural que ens envolta.

- La proximitat amb França.

- La diversitat lingüística i cultural del territori.

Tot aquest procés ens incentiva i ens motiva molt com a organització. Detectem que estem establint diferents ponts amb la societat, i que estem donant resposta als diferents problemes que hi ha en el context educatiu i formatiu.

**99.5 FM COMMINGES - WWW.RVFFM.COM**

**ECOUTEZ !  
ESCOTATZ !  
ESCUCHAD !**

**RADIO  
VAL  
PIRENEOS**

**Tel. 0033 562 00 53 17**



¿Se acuerdan de lo que hablábamos el mes pasado? Aquello de la gente que no tiene cabeza y compran perros como quien compra churros... Pues miren por donde les comento un caso.

El otro día vinieron unas niñas a la clínica: que mira qué perrito nos hemos encontrado abandonado, que pobrecito, que nosotros no nos lo podemos quedar, que mi mamá no nos deja porque ya tenemos uno... Bueno, ya estamos como siempre: venga..., vale..., dejadlo aquí, a ver si aparece el dueño. Porque, por supuesto, el perro no tiene microchip, ni collar, ni identificación, ni nada de nada (para variar).

Y aquí, Cristina Holmes, en dos patadas, revuelve medio valle para localizar al propietario y ¡sorpresa! ¿Quién creen ustedes que acaba siendo el dueño? Pues la familia de las niñas, que al parecer tiene problemas para dar la cara y reconocer que el regalito de Navidad les viene grande, que como ya no es tan mono y además se come los muebles del salón, pues que mejor se libran de él. Y qué mejor manera que colocárselo a las de la clínica veterinaria, total como les gustan tanto los animalitos...

Pues mire usted, a las de la clínica veterinaria nos gustan mucho los animalitos, pero lo que no nos hace ninguna gracia es que nos tomen por tontas y nos mientan.

Y ahora que ya me he quedado descansada vamos a tener unas palabritas acerca del tema. Verán ustedes: nadie les obliga a tener un perro o un gato o una boa constrictor; a lo que sí les obliga la ley (Ley de Protección Animal de la C.A. de Cataluña 22/2003 de 4 de Julio) es a mantenerlos en buenas condiciones higiénico sanitarias (Título I, Capítulo II, art. 4) y a

identificarlos con microchip (Título II, capítulo I, artículo 15) y les prohíbe expresamente maltratarlos o abandonarlos (Título II, capítulo II, art. 5). Concretamente, abandonar un animal en circunstancias que puedan ocasionarle daños graves (o sea, dejarlo tirado en medio de la carretera) se considera falta muy grave que puede conllevar sanciones de entre 2.001 y 20.000 €; y abandonar un animal en condiciones que no supongan riesgo alguno para su salud (o sea, llevarlo a la clínica veterinaria a ver si cuela), se considera falta grave y puede costarle entre 401 y 2.000 €. Tal y como está la vida, tampoco es que salga muy caro abandonar al perro, pero, bueno, igual alguno se lo replantea.

A ver, que todos sabemos que la vida de uno puede sufrir muchos cambios, y que determinadas circunstancias familiares, económicas o del tipo que sean pueden hacer que, en un determinado momento, nos sea imposible mantener con nosotros al perro o gato que en su día acogimos. Y no duden que si llega ese momento van a encontrar quien les eche una mano: los centros veterinarios, las protectoras de animales, las perreras municipales pueden ayudarles a buscar un buen hogar para su mascota...pero sólo eso, ayudarles; la responsabilidad final, esa de la que hablábamos el otro día, sigue siendo suya.

Pero bueno, una, que es de natural pesimista, ya supone que el género humano, capaz de dejar abuelos abandonados en las gasolineras, no va a portarse mejor con los animales...

Por cierto, que el perrito abandonado que les comentaba al principio, ya tiene nuevo hogar (y estamos seguras de que lo cuidarán muy bien).

Y si alguien se ha sentido ofendido por el contenido de este artículo, pues ya sabe: quien se pica...

Eva Deza de  
ARAN VETERINARIAS.





# pour nos amis

Si je savais écrire.....



Milles fois j'ai essayé de t'écrire, sans y arriver. Mais encore une fois, et pris de court, je vais recommencer. Mais devant moi, un papier semble me narguer.... Je vais essayer de t'écrire, que je t'aime bien plus que hier. Les cadeaux, les fêtes, tout ça je peux l'oublier, sans savoir écrire, pour me le rappeler. Mais te dire que je t'aime, cela ne peut pas m'arriver. Si devant tout le monde, je devais te dire ce que tu vas lire dans ce papier cela ne me serait pas possible, mais le lisant avec plein de fautes et sans le regarder, je veux te dire une fois encore que je t'aime plus que hier....

Cent fois je peux te dire que je t'aime, et en m'écoutes parler, tu peux un jour l'oublier, mais écrit dans un papier, rien peut l'effacer, et tu pourras la lire milles fois avec le même bonheur. Quand on ne sait pas écrire, quelle malchance c'est de ne pouvoir à un papier confier milles choses qui en parlant ne seraient difficiles à dire. J'aurais tant aimé, avec mon cœur les écrire, pour que tu puisses milles fois la lire.

Quand j'entends dire de quelqu'un qui ne sait pas écrire, et que beaucoup de fautes fait, quel bonheur cela serait pour moi de pouvoir t'écrire et même avec plein de faute te dire que je suis fou de toi, que tu puisses lire ma lettre, et mes fautes corriger. Dan le monde des milliers de lettres d'amour ont été retrouvées. Juliette, Cléopâtre, Marianne, encore de nos jours on peut les apprécier. Mais les paroles et promesses ont toutes disparues, emportées par le temps qui les a effacées. Si demain en te regardant, je te dis que je t'aime toujours pareil, cela te va faire rire, et à moi d'émotion bégayer....

Si je pouvais te l'écrire, cent fois tu me lirais, mais je ne sais pas écrire, alors comment Je fais ?

De t'avoir dit mille fois je t'aime pendant de longues années, j'ai bien peur que tu les as oubliées... Si j'avais su les écrire sur un papier, que tu aurais gardé, les mots seraient restés, et tout le long de ta vie, tu aurais pu les regarder ....

Quand j'étais long de toi, tous les jours, à toi sans arrêt je pensai.

Mais devant un papier sans savoir écrire, comment m'exprimer ?

Alors, j'écrivais toujours au risque de te fatiguer, les mêmes mots que je savais... je t'aime, je t'aime tu sais...

Quand j'ai mal au corps, et que je peux te parler, je peux te le dire, et l'endroit te montrer, mais pour te dire que j'ai mal au cœur de ne pas savoir écrire, j'ai des grandes chances de te faire rire, et mal me faire écouter.

Si pour pouvoir apprendre à écrire je t'aime à l'école je pouvais aller, j'irais le jour, la nuit, dimanches et jours fériés. La personne qui m'écrit cette lettre, je commence à la fatiguer.....

Alors je te promets d'apprendre à écrire, et bientôt, moi-même t'écrire, et ma lettre te porter, que devant moi tu puisses la lire et mes fautes corriger....

Écrit pour M. Jo Tarin (pour ma femme, après 55 ans de mariage)



The background of the page is a photograph of several stacks of gold coins of varying heights, arranged in a row. The lighting is dramatic, highlighting the texture and metallic sheen of the coins. The stacks are positioned in the upper half of the page, behind the main title and sub-header.

## Quieren garantizar nuestras pensiones de jubilación, (empecemos a temblar)

Pacto de Toledo, envejecimiento de la población, aumento de la esperanza de vida, insuficiencia en el número de cotizantes, prejubilaciones a los 50 años, desempleo del 40 % entre la población más joven en disposición de trabajar; ¿Qué pasará con nuestra jubilación dentro de 20 o 30 años?.

La maniobra de despiste que llevan a cabo los 2 partidos mayoritarios a nivel estatal es clara, ya que el problema no radica en la relación número de jubilados/número de jóvenes, sino en número de jubilados/NUMERO DE TRABAJADORES ACTIVOS, y está demostrado que cuando los puestos de trabajo no se cubren con población autóctona lo hacen con población inmigrante, con una preparación adecuada al puesto de trabajo que se le ofrece, sin los costes previos de infancia y formación hasta la edad laboral para el Estado, además de dejar a favor de la Seguridad Social sus cotizaciones de años en algunos casos en que emigran posteriormente a otro Estado fuera de la Unión Europea antes de generar el derecho a percibir su pensión por insuficiencia de período de cotización.

En el fondo hay implícito el reconocimiento de la imposibilidad de crear el empleo necesario para la supervivencia del sistema de pensiones, (ni a corto, ni a medio, ni a largo plazo).

Solo se podrá emplear la mano de obra que sea necesaria para producir los bienes y servicios que el mercado demande, por muchas medidas que se adopten para favorecer el empleo, que por otro lado pueden llevarnos a un empleo subvencionado e improductivo.

Me permito proponer unas reflexiones sobre:  
· Como se puede producir el relevo de los trabajadores mayores por otros jóvenes mejor preparados en nuevas tecnologías si los primeros no se jubilan hasta los 67 o más años, dificultando así la mejora de competitividad de las empresas.

· Como se consigue dar oportunidades de trabajo a los jóvenes si los escasos puestos ya están ocupados, con lo que accederán al mercado de trabajo en edades medias de 30 o 35 años.

· Como se pueden recuperar los niveles de consumo

con los salarios reales a la baja, nuevas pensiones a la baja, (lo que ya está sucediendo), y los cientos de miles de desempleados que irán agotando sus prestaciones en los próximos meses.

· Como se pueden crear puestos de trabajo si no aumenta el consumo ni la competitividad cara a la exportación y el turismo.

· En lo que concierne a la competitividad; Como se puede hacer competitivo un país en el que coinciden:

a) Servicios de las grandes infra-estructuras caros en relación a la renta: autopistas, aeropuertos, energía, ferrocarriles, comunicaciones, medicina privada, Etc.  
b) Servicios públicos ineficientes e insuficientes: justicia, sanidad, enseñanza, Etc.

c) Agotamiento de los fondos y del endeudamiento posible para impulsar el consumo y el crecimiento, con un resultado mediocre en la economía y nulos en el empleo, de las cantidades ingentes ya empleadas hasta el momento, que han propiciado las subidas de las bolsas por inversiones especulativas y los famosos "brotes verdes" que pueden languidecer si no se siguen regando con ríos de dinero público.

d) Obligación de emprender el camino de vuelta, para pagar la deuda de las diferentes administraciones públicas, en un entorno de disminución de ingresos y posible subida de la inflación y de los intereses cuando convenga a los países adelantados e la recuperación.

La tarea de los gobernantes es y será difícil, pero creo que hacen todo lo que pueden hacer a partir de la situación que vive el mundo.

Solo nos garantizará una vejez digna el esfuerzo que hagamos en elegir el mejor sistema de previsión, (privado, por supuesto), que sea seguro, que conserve su valor real como mínimo, si es rentable mejor, y que tenga todas las garantías posibles. Es momento de tomar decisiones en ese sentido.

Más información en nuestra página "web"  
Artículo facilitado por JOSEP TOLO I PALLAS  
J. TOLO I ASSOCIATS, S. L.  
[www.toloassociats.com](http://www.toloassociats.com), Tel. 973 642158  
Av. Castiero, 17-B, Ent. 1, 25530-Vielha





Graduado Social ejerciente en la Asesoría Cadion. Nació en Vielha en un época, en la que según nos explica debían ser unos 1.000 habitantes. Entonces se vivía de la agricultura, ganadería y sobre todo de la empresa hidroeléctrica. El túnel ya estaba acabado.

### ¿Qué recuerdas de tu infancia?

Íbamos a comprar con los envases, ya que sino teníamos que pagarlos. Comprábamos todo a granel, las legumbres, el azúcar, la sopa el café, incluso la colonia que la adquiríamos en casa Nadalet. Los espacios para los niños eran grandes: el paseo, el huerto, el río...y los veranos interminables. En el huerto después de lavarlas en la acequia, nos comíamos las zanahorias como si fueran chucherías y aprendimos a comernos los huevos crudos del corral, haciendo agujeros en los polos opuestos de su cáscara.

### ¿Cómo eran los inviernos?

El invierno era duro, los niños llevábamos unas botas marca "El Gorila", nos gustaba estrenarlas porque en la caja venían con una pelotita verde. Cuando volvíamos del colegio, mi madre nos quitaba las botas, abría la puerta del horno de la cocina de leña, y nos ponía los pies para calentarnos, mientras ella pasaba rápidamente por la bota un ascua de leña ardiendo. Aún puedo sentir el placer al volver a calzar aquella bota caliente. Pasar la infancia en un lugar como el Valle te marca para siempre.

**Eres una persona muy activa y polifacética. ¿Formas parte y colaboras en diversas Asociaciones, deportivas humanitarias, explicanos cuáles?**

La Asociación **Gigant Mandronius**, que se inició para llamar la atención sobre un patrimonio que estaba en peligro de desaparecer. Anteriormente los amigos Jordi Gavaldá y Ricard Novell ya habían escrito un libro de rutas en bicicleta por estos caminos a menudo intransitables. Ahora las Instituciones ya se ocupan de que los senderos entre los pueblos se mantengan en perfectas condiciones y sean muy utilizados por las

personas que nos visitan y los que vivimos aquí. Después vino la organización de la "**Corsa e caminada des 15 pòbles**", que este año cumple 14 años y está muy consolidada. A partir de ahora la organizará otra asociación.

También soy voluntaria de **Caritas Parroquial**, muy bien coordinada por Montserrat Moga, persona eficaz y práctica quien puede dar más datos que yo sobre esta Institución. La crisis económica actual ha hecho que Caritas tenga un papel fundamental en canalizar las ayudas a las víctimas de esta situación. Siempre en colaboración con los servicios sociales, es la primera vez en la historia del Valle que es necesario repartir tantos alimentos, últimamente a unas 200 familias.

### ¿Cómo ves esta crisis?

Esta crisis nos ha hecho ver con claridad que poner todo nuestro anhelo en lo material no tiene sentido. Siempre pensando en invertir por si viene mal dadas y vienen mal dadas, y/ o te lo quita el Banco o no se puede vender porque no tiene ningún valor en el mercado.

No volverá a ser lo mismo. Para mantenerse, el sistema económico de nuestra sociedad sigue unos ciclos. Los que tenemos una edad, los hemos vivido y los recordamos. La crisis actual tiene unas características diferentes. Primero su globalización que hace que todos los países desarrollados la sufran arrastrando y empeorando las condiciones de los países subdesarrollados. Y en segundo lugar va acompañada de otra crisis medio-ambiental a la que no se quiere dar una solución, por parte de los países implicados por miedo a que ven peligrar aún más su economía.

**Gracias, Carmen, lamento no tener más espacio porque ya sé que tienes muchas y enriquecedoras experiencias que contar. En otra ocasión seguiremos hablando.**

*Entrevista realizada por M<sup>a</sup> Rosa Puig para Aran Nau*





Última portada



Bienvenidos

Desde la redacción de **Aran Nau** os damos la bienvenida a nuestra revista **Aran Nau Digital**.

Con esta página web queremos acercar a todos nuestros lectores, anunciantes, suscriptores y colaboradores nuestra revista a través de internet e ir informando de la actualidad en el Valle de Aran.

Deseamos que os guste, ya que tratamos de realizarla con gusto, cariño y respeto hacia todos.

Cada día 15 del mes publicaremos la revista impresa en formato PDF para que desde cualquier parte del mundo se la puedan descargar y leer.

Los tiempos avanzan y se modernizan y nosotros no queremos ser menos.

Un saludo a todos,

La Redacción de **Aran Nau**



Menú principal

- [Inicio](#)
- [Anunciate](#)
- [Suscripciones](#)
- [Donde estamos..](#)
- [El Tiempo](#)
- [Horario Autobuses](#)

 **Conseil Generau d'Aran**

 **Torisme Val d'Aran**

**MADEin**  
L'ajuntament

 **Ajuntament de VIELHA e MIJARAN**

# Visítanos!

Aran Nau, Powered by Joomla!, Joomla! templates by SiteGround email hosting provided by SiteGround, valid xhtml valid css

**VISITA LA WEB [www.arannau.com](http://www.arannau.com) PARA**

- Mantenerte informado de las noticias del Valle de Aran.
- Leer los artículos publicados en la revista.
- Conocer los horarios de autobuses y museos.
- Informarte del tiempo actual.
- Para anunciarte o suscribirte.
- Conocer los establecimientos anunciados.
- Y muchas cosas más.

Todos los anunciantes de la revista tendrán un link directo a su página web; **GRATUITO.**



# MADeIN

*L'ichon*

Suplemento Mensual GRATUITO

MARZO  
2010



**AraMau**  
era revista dera Val d'Aran



# Made in Luchon



RAQUETAS

Foto: Herranz/ pyrenées.com

Edición:

NAU ARAN S.C.P.

Impresión:

Gráficas B2C

Maquetación y Diseño:

Alexia Grustan.

Directora Comercial:

M<sup>o</sup> Rosa Puig.

Director de redacción:

Jorge López Pallarés.

Tirada:

7.000 ejemplares

Depósito legal:

1-1145-08

Distribución:

Gratuita

Nau Aran, S.C.P.

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

SUMARIO	Luchon	2
	Venir a Luchon	4
	Luchon Forme et Bien-Être	6
	Vitaline	7
	Índice anunciantes	13

# Luchon

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

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

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

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

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

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

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

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

Parfumerie



Passion

Esthétique

Beauté

Parfumerie Esthétique

**Danièle**

24 allés d'éigny - 31110 - LUCHON

05 61 79 11 68



# Pista de hielo



- del sábado 19 de diciembre al domingo 3 de enero  
abierta cada día de las 15 h à las 20 h
- del lunes 4 de enero al viernes 5 de febrero  
cerrada los lunes y martes  
abierta de los miércoles a los domingos de las 15 h à las 20 h
- del sábado 6 de febrero al domingo 7 de marzo  
abierta cada día de las 15 h à las 20 h  
y de noche los miércoles y los sábados hasta las 22 h

**Luchon**

# M<sup>Golf</sup> Municipal de Luchon

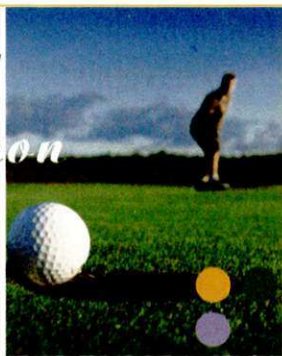
**APERTURA INVERNAL**  
DESDE EL 9 DE NOVIEMBRE HASTA EL 31 DE MARZO

**DURANTE EL INVIERNO,  
EL CAMPO PERMANECERÀ ABIERTO**

(en caso de hielo, no se pueden utilizar los greens).

**LA SECRETARIA PERMANECERÀ ABIERTA  
DESDE LAS 10 H 30 HASTA LAS 15 H 30**

- desde el miércoles 3 hasta el domingo 7 de diciembre
  - desde el sábado 20 de diciembre hasta el domingo 4 de Enero
- (excepto el día 25 de diciembre y el 1º de enero)
  - desde el sábado 7 de febrero hasta el domingo 8 de marzo
  - los fines de semana siguientes el 10 y 11 de enero / el 17 y 19 de enero el 24 y 25 de enero / el 31 de enero y 1 de febrero los 1º y 5 de marzo



**FUERA DE ESTOS PERIODOS,**

SE PUEDEN COMPRAR LOS GREEN FEES O LA CARTA DE ABONO PARA EL INVIERNO ( de noviembre a marzo)

En la OFICINA DE TURISMO, 18 Allées d'Etigny 31110 LUCHON tel 05 61 79 21 21

Abierta todos los días desde las 9 hasta las 12 h 30 y de las 13 h 30 hasta las 18 h.

(excepto el domingo durante el mes de noviembre).

**DURANTE LA TEMPORADA INVERNAL,**

**SI VO NO ES SOCIO PUEDE JUGAR**

- Con la carta de abono roja pegada a la bolsa (cf modelo) precio : 90 €
- Con un billete amarillo de green fee con la fecha del día (cf modelo) precio : 10 €
- Comprobaciones regulares a lo largo de la temporada de invierno.



# venir a Luchon

## En coche:

Desde Barcelona

(via, Lleida, Vielha) 350 Km

Desde Madrid

(via Lleida, Vielha) 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](http://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 à 19 h; Ouvert toute l'année

68 Allée d'Etigny  
31110 Luchon

Tél/fax : 05 61 89 26 86







Con un gran éxito de público se celebró el pasado 4 febrero en el acogedor Pub La Rotonde de Luchon el concierto de Jazz a cargo de Lydie y el Trio 31, quienes amenizaron la agradable velada que estuvo acompañada de vinos y bocaditos. La sesión que estuvo organizada por la Asociación Clap de Jazz en Comminges, gozó de un ambiente agradable con la asistencia de numerosos amigos de este género musical.



Martin Malvy, président de la Région Midi-Pyrénées, a inauguré mercredi 3 février 2010, le Vaporarium de Bagnères-de-Luchon en présence de Dominique Bur, préfet de Région, Pierre zard, président du Conseil général de la Haute-Garonne, Bertrand Auban, sénateur, Jean-Louis Idiart, député, et Louis Ferré, maire de Bagnères de Luchon.

Service de presse : Laurianne Périé  
crédit photo : Emmanuel Grimault



## Peyragudes représentée aux Jeux Olympiques !!!

Trois jeunes champions membres du Ski club de Peyragudes sont officiellement sélectionnées pour les Jeux Olympiques de Vancouver : Anne Sophie Barthet et Peter Scott en ski alpin et Solène Jambaqué en Handiski catégorie ski alpin debout.

Anne Sophie Barthet : qualifiée pour les épreuves de ski alpin féminin.

Solène Jambaqué : qualifiée pour les jeux paralympiques.

La station de Peyragudes soutient ses championnes et leur souhaite bonne chance pour Vancouver De plus, Peyragudes apporte tout son soutien à Peter Scott, moniteur de ski de Peyragudes et membre de l'équipe d'Afrique du Sud.

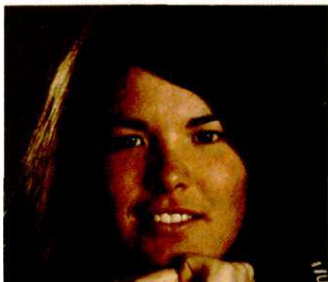
**CONTACTS PRESSE :**

Thibaut DESERGES - Directeur

Sylvie LE BAIL-NEYMOZ Assistante de direction



Anne Sophie Barthet Visage



Solène Jambaqué



Peter scott



Vaporarium único

# Luchon

natural de Europa

FORME & BIEN-ÊTRE



Foto: Alain F...

Espacio dedicado a puesta en forma y bienestar,  
con sus nuevas y magnificas instalaciones.

**Piscina de agua termal / Hydro jets / Cama de burbujas**

Vengan a descubrir este lugar mágico dotado de 150 metros de  
galerías subterráneas, bajo la montaña.

**Solamente a dos pasos de la Val d'Aran**

Luchon Forme et Bien-Être

Cours des Quinconces,

31110 Bagnères de Luchon - FRANCIA

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

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

Presentando este  
cupon le aplicaremos  
una tarifa de 13 €, precio  
especial para los lectores  
de Aran Nau, en lugar del  
precio normal que es de 15€



## 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.





# Luchon Superbagnères

apertura  
19 de diciembre

Un dominio esquiable único y muy cercano, que permite combinar esquí y termalismo. De fácil acceso desde el centro del pueblo con un telecabina que conecta con el corazón de las pistas en menos de 10 minutos. 32 km de pistas para todos los niveles: zonas temáticas, Snowpark, Kidpark y pistas de trineo.

¡En poco tiempo por el túnel de Vielha!

## Forfaits

Fechas apertura: del 19 de diciembre 2009 al 5 de abril 2010

	Tarifa normal 12 a 64 años incluidos	Tarifa reducida 13 a 17 años y seniors 65 - 74 años
1 DÍA INICIACIÓN	18 €	15 €
1/2 DÍA	23 €	20 €
1 DÍA	27 €	23 €
2 DÍAS	54 €	46 €
3 DÍAS	81 €	69 €
<b>novedad</b> 4/7 DÍAS	108 €	92 €
5 DÍAS	122 €	103 €
6 DÍAS	135 €	115 €
7 DÍAS	150 €	126 €
DÍA ADICIONAL	15 €	11 €
TEMPORADA	390 €	300 €

\* de 19h30 a 17h vereda y partir de las 12h.  
\*\* forfait flexible 4 días a consumir en un periodo de 7 días a partir del primer día de esquí.  
Forfaits gratuitos para los niños menores de 5 años y los seniors a partir de 75 años.

## Forfaits PROMO

Del 9 al 29 de enero 2010,  
del 20 de marzo al 5 de abril 2010

	Tarifa normal 12 a 64 años incluidos	Tarifa reducida 13 a 17 años, estudiantes y seniors 65 - 74 años
6 DÍAS	120 €	100 €

## Precio del seguro

Precio por día y persona 2,80 €

Consulte las condiciones generales de venta en las tarjetas, en la guía altiscope o en la web: [www.altiservice.com](http://www.altiservice.com)

## packs familia



## Packs familia

válido para todos los menores de 18 años

Adulto + niño	Fin de semana	6 días
1 adulto + 1 niño	128€	360€
1 adulto + 2 niños	132€	380€
1 adulto + 3 niños	163€	475€
2 adultos + 1 niño	200€	570€
2 adultos + 2 niños	238€	675€

## especial estudiantes\*



6 días  
promo estudiante  
100€

4 días  
no consecutivos  
66€

pack día  
4 estudiantes  
16€ / persona

día estudiante  
21€

\* Menores de 28 años (mediante presentación de la tarjeta de estudiante vigente, oferta nominativa).

Novedad 2009/2010



para más información:  
[myaltiski.com](http://myaltiski.com)

5€  
temporada

de 5  
a 50%  
de descuento

Sin  
pasar  
por las  
cajas

esquí más  
paga menos!





# Luchon Superbagnères

¡En poco tiempo por el túnel de Vielha!

Un dominio esquiable único y muy cercano, que permite combinar esquí y termalismo. De fácil acceso desde el centro del pueblo con un telecabina que conecta con el corazón de las pistas en menos de 10 minutos.

32 km de pistas para todos los niveles: zonas temáticas, Snowpark, Kidpark y pistas de trineo.

Fin de semana  
2 días

163 €



4 días  
no consecutivos

108 €

en tarifa normal

4 días  
no consecutivos

92 €

en tarifa reducida

Luchon  
SUPERBAGNÈRES



# LUCHON : EVENTOS MES DE MARZO



## ➤ *Jueves 4 de marzo*

14.00 h – En el Pabellón Normando (junto al Casino)

**Loto** Organizado por el Club des aines

17.30h en la Plaza del Ayuntamiento

**Presentación de las actividades** que se realizan en las estaciones de Luchon Superbagnères y Peyragudes

Gran cantidad de regalos en la Tómbola y “**vin caud**”

## ➤ *Viernes 5 de marzo*

21.00 h. En el Pabellón Normando ( junto al Casino)

**Concurso de belote** (juego de naipes)

Organizado por el Comité de Fiestas

## ➤ *Lunes 8 de marzo*

**Día Internacional de la Mujer**

« **Las mujeres y el trabajo** »

A las 17,30 h. en el Museo del Pais de Luchon,

**debate del tema con la participación del público**

**Invitada de honor : Silvia Cazeneuve** cantante lírica

Clausura de este importante evento con una cena-aperitivo

Precio 5 €, que incluye un sorteo de la tómbola

## ➤ *Martes 16 de marzo*

21.00h – Teatro del Casino

**espectaculo de variedades**

Organizado por el Comité de Fiestas

## ➤ *Jueves 18 de marzo*

De las 15.00h a las 19.00h - Dancing del casino

**tarde de baile**

Entrada : 3€

## ➤ *Viernes 26 de marzo*

21.00 h. En el Pabellón Normando ( junto al Casino)

**Concurso de belote** (juego de naipes)

Organizado por el Comité de Fiestas



# CUBIERTAS Y PIZARRAS ARAN S.L.



- Venta y montaje de casas en madera.
- Construcción de techos en tejas
- Alquiler de grúas telescópicas y aparatos de lavado.

*Le prix on l'oublie,  
c'est la qualité  
qui prévaut*



- Venta de tejas de primera calidad



- Demandez-nous un devis sans engagement de votre part.
- La garantie de 24 ans d'expérience dans la construction.
- Des nombreuses œuvres réalisées en France.

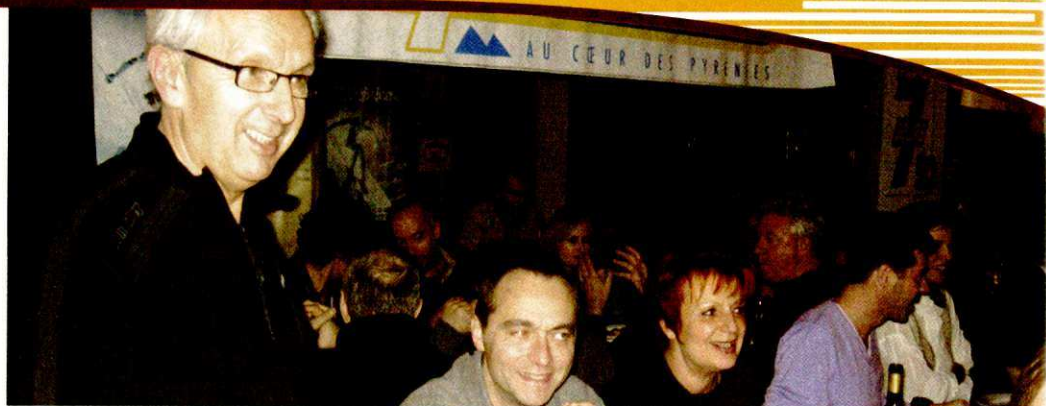


Centro Comercial Elburra  
Edif. Euzki - Local 4

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

[www.cupiaran.es](http://www.cupiaran.es) cupiaran@cupiaran.es





## « Peyragudes fête les 50 ans de télé 7 jours ! »

A l'occasion du Festival des créations télévisuelles de Luchon 2010, et pour célébrer les 50 ans du magazine « Télé 7 jours », la station de Peyragudes a organisé un dîner au restaurant d'altitude « LE CABANOUE » le jeudi 4 février 2010.

Les 136 invités, parmi lesquels Claude Chabrol, Smaïn, Anne Parrillaud, Serge Moati, ont été accueillis en pied de pistes autour d'un vin chaud dans une ambiance très conviviale. Ensuite, le ballet des motos neige et des dameuses ont commencé, permettant l'accès au restaurant le Cabanou. Après un repas montagnard près de la cheminée, à 1950m d'altitude, tout le monde s'est rapproché d'un magnifique gâteau afin de célébrer comme il se devait les 50 ans de « Télé 7 jours », en présence de Michel Pélieu, Président de la station de Peyragudes et de Louis Ferré, Maire de Luchon.

C'est à partir d'une heure du matin que, ravis de leur soirée en altitude, les nombreux invités sont redescendus toujours en motos neige et dameuses.

## EL WINTERFISE vuelve a Peyragudes

Después del éxito de la edición del Winterfise el invierno pasado, se repite el evento esta temporada, los días 25 y 26 de febrero.

### ¿Qué es el Winterfise?

Son competiciones y shows de Freestyle con Snowboards, Esquises, Esnowscouts, Speed Riding y Motos de Nieve.

Una competición para aficionados y profesionales que tendrá lugar estos dos días en Esqui Freestyle, en Esnowscout (bmx de nieve) y en Snowboard en un BIG AIR. Este contest de Snowboard será la única prueba Big Air del PST (Pyrénées Snowboard Tour).

Se puede ganar en las pruebas de aficionados de Esqui Freestyle, de Esnowscout y de Snowboard, 3 salidas de heliski con Planète Freeride y numerosos premios. Los premios de las competiciones de profesionales serán "price money".

Los mejores riders (atletas) tales como Daniel Bodin se han apuntado para ofrecer un show y dejarte boquiabierto con figuras y acrobacias diversas a cada cual más espectacular



era primavera

Bolsos

Cinturones

Complementos

Artículos de viaje



**VAL PIRENEOS**  
**99.5 FM**  
[WWW.RVPFM.COM](http://WWW.RVPFM.COM)

ESCOTATZ Tanben en Internet [www.rvpfm.com](http://www.rvpfm.com)



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.lacremaillere.fr](http://www.lacremaillere.fr)



HÔTEL \*\*\*  
**LE MAJESTIC**

**60.00€\***

Boulevard Amédée Fontan

31110 Luchon

tel : + 33 (0)5 62 00 75 70

[Resa-majestic@monalisahotels.com](mailto:Resa-majestic@monalisahotels.com)

\* habitación doble (2 personas),  
reserva según disponibilidad,  
presentando este anuncio

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

Visitenos!

## índice anunciantes

<b>BOLSOS-COMPLEMENTOS-REGALOS</b> <i>Era Primavera (Bossòst)</i>	13
<b>CONSTRUCTORES</b> <i>Cubiertas y Pizarras de Aran (Vielha)</i>	11
<b>ESTACIONES DE ESQUI</b> <i>Superbagnères (Luchon)</i>	8
<b>HOTELES</b> <i>Le Majestic (Luchon)</i>	13
<b>MINERALES Y BISUTERIA FINA</b> <i>La Pierre Decorative (Luchon)</i>	4
<b>MODA Y COMPLEMENTOS</b> <i>Botiga Peremarti ( Bossost)</i>	13
<b>PERFUMERIAS Y ESTETICA</b> <i>Danielle Perfumerie (Luchon)</i>	2
<b>RESTAURANTES</b> <i>La Cremaillère ( Luchon)</i>	13
<b>TERMAS</b> <i>Vitaline- Surcea (Luchon)</i>	6

*Botiga*  
**Peremartí**



*Complementos Infantils*

c/ Pietat,2

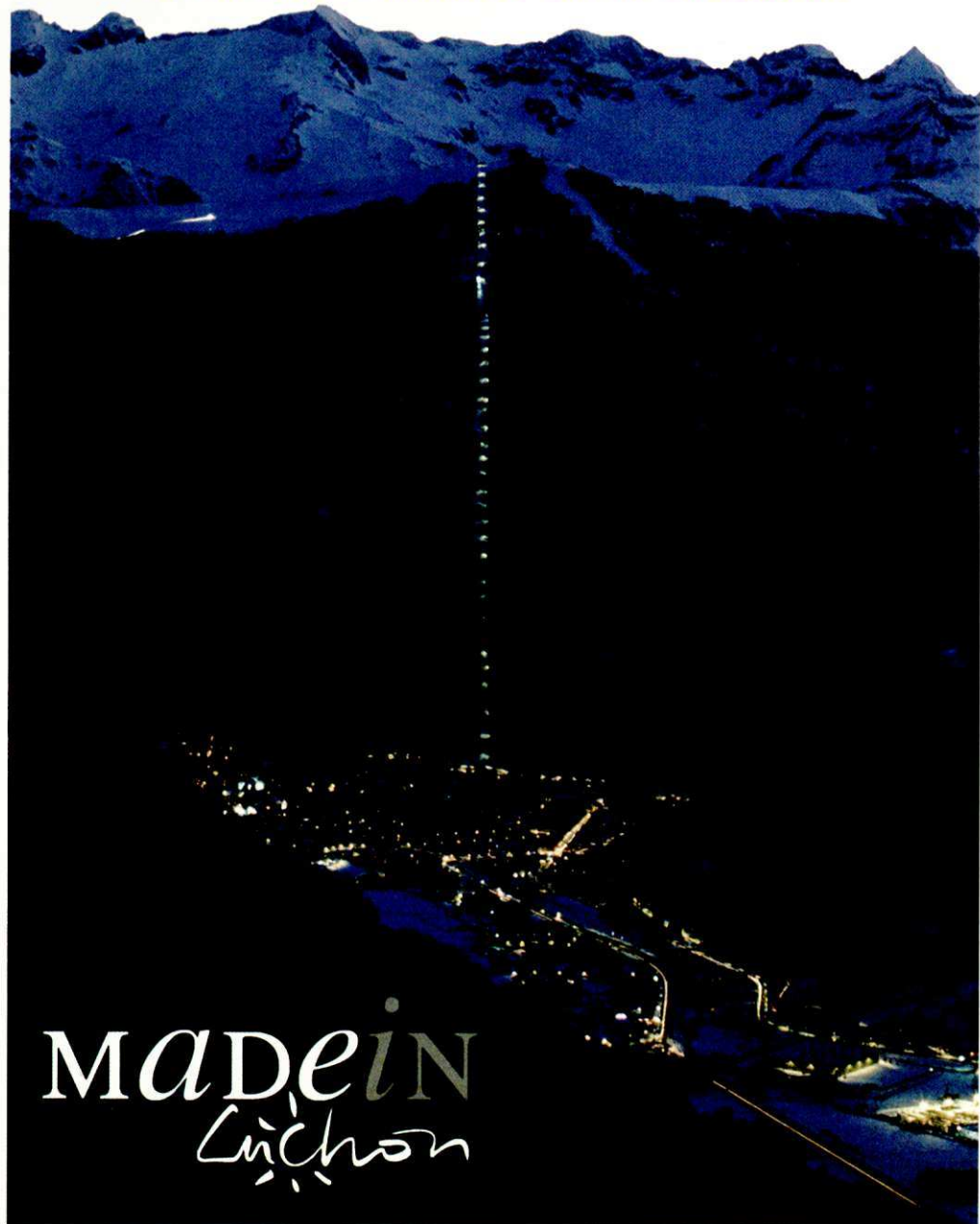
Tel. 973 64 82 43

BOSSÒST (Val d'Aran)



# LUCHON SUPERBAGNÈRES: City Ski

¡Desde el corazón de la ciudad de Luchon hasta las pistas de esquí de Superbagnères en tan solo 8 minutos con la telecabina!



MADÉIN  
Luchon



# índice anunciantes

## ALIMENTACION Y DIETETICA

- Aleu Quate Locs (Bausen)* 21  
*Charcuteria Eth Passeg (Vielha)* 41  
*Super U (Gourdan Polignan)* 5  
*Intermarché (Luchon)* 37

## ALQUILER MAQUINARIA

- Calvo (Vielha)* 35

## ASESORIAS - GESTORIAS

- Cadion (Vielha)* 23  
*J Toló i Associats* 5

## ATRACCIONES

- Lou Pitchounet (Luchon)* 33

## BALNEARIOS - TERMAS

- Termas Baronia de Les (Les)* 13  
*Las Termas del Refugi (Vielha)* 36

## BARES - PUBS

- La Rotonde (Luchon)* 9

## CARPINTERIAS - MADERAS

- Cabau, Ramirez (Era Bordeta)* 15  
*Fusteria Clapers Piqué (Vielha)* 13

## CARPINTERIA ALUMINIO-PVC - CRISTALES

- Vidres Viola (LLeida)* 5

## CONSTRUCCIONES

- Anpema 2001 (Bossóst)* 41

- Cubiertas y Pizarras de Arán (Vielha)*  
*Promociones y Permutas Mateo (Binéfar)*  
*Said Azzouzi (Sort)*

## DISEÑO GRAFICO

- Publigraf (Vielha)*  
**CORTINAS y TAPICERIAS**  
*Magatzems Sant Jordi (Lérida)*

## DECORACION y MUEBLES

- Carmen Caubet (Vielha)* 13  
*Mobles Comenje* 22  
*Floc de Nheu (Vielha)* 21

## ELECTRODOMESTICOS

- Electrónica M. Perailes* 35  
*Super U (Gourdan-Polignan)* 5

## ESCUELAS

- Era Escola D'Esqui dera Val d'Aran (Salardú)* 25  
*Escola Musicau Val d'Aran (Vielha)* 25  
*CEVA (Vielha)* 45

## ESTACIONES DE ESQUI

- Le Mourtis (Saint Beat)* 71  
*Peyragudes (Peyragudes-Luchon)* 3

## FLORISTERIAS y JARDINERIA

- Flors e Floretes (Vielha)* 15  
*Jairo José Piñero (Vielha)* 33  
*Florstil (Vielha)* 23

## FONTANERIA-ELECTRICIDAD

- Fontanería Busquet (Les)* 35

## FOTOGRAFIA

- Aran Color (Vielha)* 35  
*Gorka Martínez (Vilac)* 11

## HOTELES

- Eth Refugi d'Aran (Vielha)* 36

## INFORMATICA

- Cintelcom (Vielha)* 15  
*Vielha Computer (Vielha)* 5

## INTERIORISMO

- Comercial Ramos (LLeida)* 15

## INMOBILIARIAS - PROMOTORES

- Sebasaran (Vielha)* 20  
*Eth Puntet (Vielha)* 36  
*Fincas Saplan (Les)* 27  
*Alti Inmo (Luchon)* 9  
*Promociones y Permuta Mateo (Binéfar)* 23  
*Habitat Aran (Vielha)* 2

## LAVANDERIAS-TINTORERIAS

- Jonerick* 22

## SERVICIOS - MANTENIMIENTO-LIMPIEZA

- Jairo José Piñero (Vielha)* 33  
*Lutz Aran (Les)* 27  
*Habitat Aran (Vielha)* 2



# índice anunciantes

## LIBRERIAS y PAPELERIAS

*Eth Plumier (Vielha)* 39

## LIMPIEZA DE CHIMENEAS

*Limpiezas de Chimeneas (Sort)* 41

## MATERIAL DE CONSTRUCCION

*Roger (Castellon)* 39

## MEDICINA. ESTETICA

*Dra. M<sup>a</sup> José Cutando (Vielha)* 48

*Montestetic Silvia (Vielha)* 35

## MODA - LENCERIA

*Coquette moi? Vielha* 29

*Novetats Codina (Bossòst)* 29

*Carmen Caubet (Vielha)* 13

*Textil y Hogar (Bossòst)* 45

*El Niño (Vielha)* 45

## PINTORES

*Pinturas Nassare (Bossòst)* 20

*Jairo José Piñero (Vielha)* 33

## PELUQUERIAS

*Carmen Sicart (Vielha)* 35

## POMPAS FUNEBRES

*Funeraria Borrás (Vielha)* 39

*Funeraria Saura (Vielha)* 15

## REGALOS

**-COMPLEMENTOS**

*Carmen Caubet (Vielha)* 13

## RESTAURANTES

*El Acebo (Vielha)* 36

*Sal i Pebre (Bossòst)* 15

*Era Tiurna (Les)* 25

*Pizzeria Montgarri (Baqueira)* 41

*Racó d'Escunhau (Escunhau)* 45

*Tamashi (Arties)* 29

*El Molí (Vielha)* 29

*La Bóveda (Vielha)* 39

## ROPA LABORAL ROPA DE HOGAR

*Textil y Hogar (Bossòst)* 45

## ROPA INFANTIL

*Diablillos (Vielha)* 23

## TALLERES AUTOMOVILES

*Talleres Garona (Vielha)* 41

*Talleres Philippe (Bossòst)* 21

## TRANSPORTES

*M R W (Vielha)* 15

## TELEFONIA

*Cintelcom (Vielha)* 15

*Electrónica Perailes (Vielha)* 35

## TIENDAS DE DEPORTE

*Yeti Sports (Vielha)* 41

## VETERINARIOS

*Aran Veterinaris (Vielha)* 15





La naturaleza  
en la estación de esquí

Temporada baja  
tarifa única **15€**

# mourtis

TARIFA TEMPORADA ALTA	MEDIO DÍA	DÍA COMPLETO
Niños (de 6 años - 12 años y debutantes)	<b>13€</b>	<b>15€</b>
Jóvenes (de 13 años - 25 años)	<b>15€</b>	<b>18€</b>
Adultos	<b>18€</b>	<b>21€</b>

▶ Los niños menores de 6 años y los adultos mayores de 70 años tienen el **FORFAIT GRATIS**

▶ **mourtis duo**  
2 adultos **38€**

▶ **mourtis family**  
2 adultos + 2 jóvenes o 2 niños **66€**



Para más información :

**Estación Le Mourtis & Oficina de Turismo**

31440 BOUTX LE MOURTIS

Tel. + 33 (0)561794479 - 33 (0) 561794598

[www.mourtis.fr](http://www.mourtis.fr)





