

era revista dera Val d'Aran

AraNau

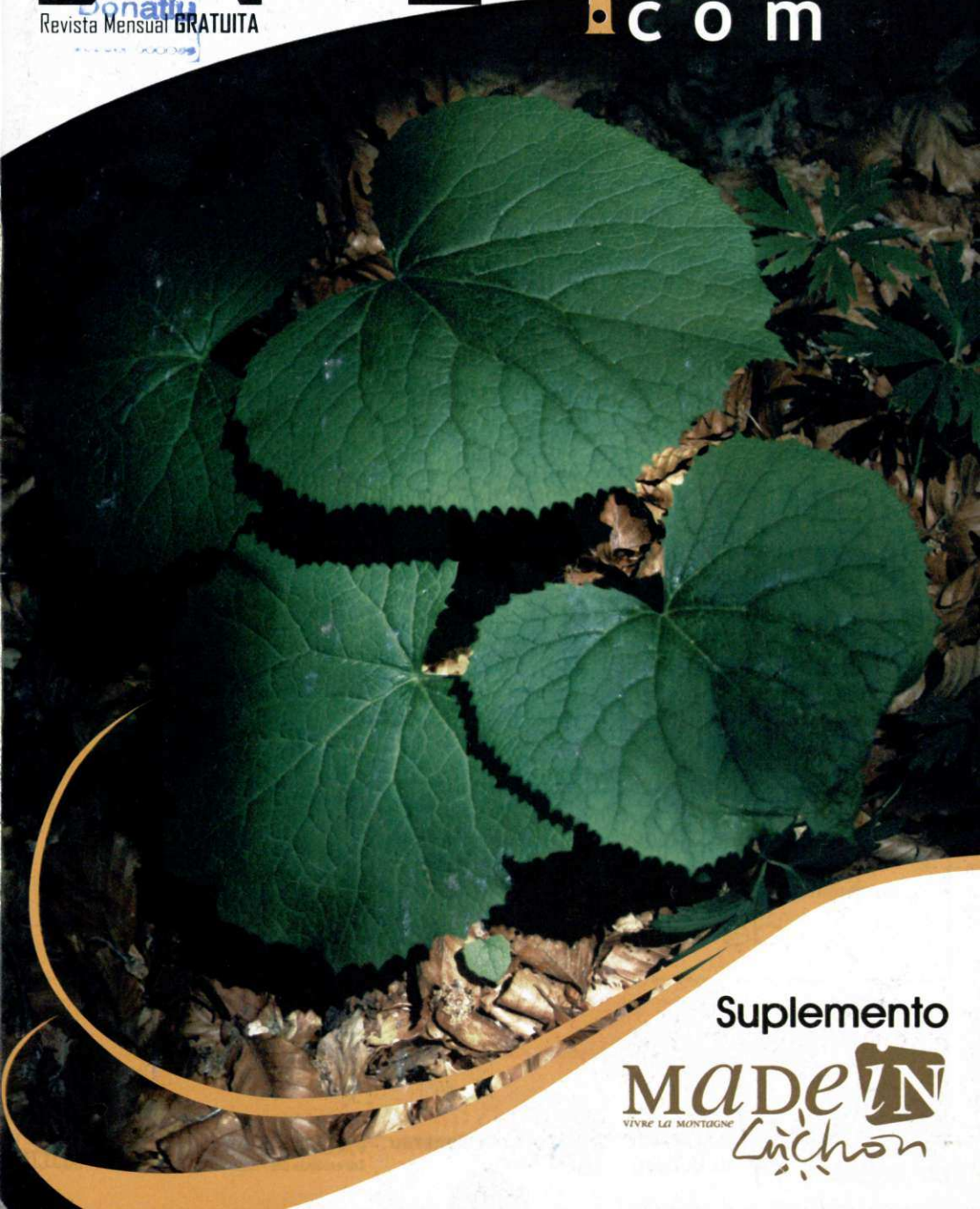
Revista Mensual GRATUITA

com

Nº 38

R. 9498

NOVEME
2011



Suplemento

Made IN
VIVRE LA MONTAGNE
L'ichon



4^{au}
setmana der
andito
B O S S Ò S T
DESEME 2011

Enes restaurants e bars
de Bossòst e dera Val d'Aran



Ajuntament
de Bossòst



Conselh Generau
d'Aran

VAL D'ARAN
Era essència des Pirenèus





Excepcional casa de diseño en Vilamòs 475.000 €



Ático 3 Hab. en Vila Garaje individual 210.000 € IVA 4^{to}



Ático Dúplex en Vielha. 4 hab. 349.000 €

etc Puntet
Immobiliària
 www.puntet.com
 info@puntet.com
 Passeg dera Liberlat 12 Vielha
 973 64 25 31 605 87 98 36



Casa 4 Hab. Vielha Jardín y terrazas 390.000 €



Casa 5 hab. Unha (Naut Aran) 435.000 €



Estudio en Vielha 90.000 €



PRIMERA CONSULTA GINECOLÒGICA PRIVADA A LA VAL D'ARAN

- Revisions ginecològiques
- Problemes d'esterilitat
- Planificació familiar
- Servei d'ecografia ginecològica

DRA. CRISTINA CABERO RIERA

- Especialista en Ginecologia i Obstetrícia
- Màster en Reproducció Humana per la Universitat Complutense
- Grup d'Investigació en Reproducció Humana. Universitat Autònoma de Barcelona

CABERO RIERA
 ERA CONSULTA GINECOLÒGICA

A partir del 11 de novembre del 2011

Horari: divendres de 4 a 8 de la tarda

Per concertar visita: Tel. 973 64 15 93 / ccaberoaran@sego.es

Apartaments Elurra (al costat de Copos). Betren.

colección otoño-invierno

Tallas especiales (hasta la 64)
 Colección primavera - verano
 Vestidos de ceremonia



de 10 a 12.30 y de 2.30 a 7 h.

Abierto todos los días

Tel. 973 64 72 02

LES (Val d'Aran)

AraNau

era revista dera Val d'Aran



Foto: Tusilago
(planta medicinal de alta montaña)
Foto: ARAN NAU

Edición:

NAU ARAN S.C.P.

Impresión:

Indugraff Offset

Maquetación y Diseño:

Alèxia Grustan.

Directora Comercial:

M^a Rosa Puig.

Director de redacción:

Jorge López Pallarés.

Tirada:

5.000 ejemplares

Depósito legal:

1-1145-08

Distribución:

Gratuita

Nau Aran, S.C.P.

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

SUMARIO

- 6/8/10 Sonque aran
- 12 Teléfonos de interés
- 13 Anuncios económicos
- 16 Trucos
- 17 Consejos de Jardinería
- 18 Masquesqui
- 18 Agenda en aran
- 19 Aran pour nos amis les français
- 20 Horóscopo
- 22 Mascotas
- 23 Pasaratos
- 26/27 Horarios de autobus
- 28 Medicina y estética
- 29 Nuevas Tecnologías
- 30 Una casa en el Valle
- 31 Noticias del comminges
- 32 Noticias de bossòst
- 33 Comic
- 34 Era val d'auti tempsi
- 36 Soluciones pasaratos
- 47 Indice anunciantes

AraNau
era revista dera Val d'Aran

NAU ARAN

c/ Jaime II, 14 Baixos

25530 Vielha

Tel.: 973 64 04 87

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



MAPFRE

Los mejores precios y garantías en seguros de:

- Hogar.
 - Responsabilidad Civil.
 - Comercio.
 - PYMES.
 - Vida.
 - Accidentes.
 - Planes de Pensiones.
 - Comunidades de Propietarios.
 - Decesos.
 - Bajas por Enfermedad.
 - Automóviles.
 - Etc.
- Asistencia en viaje 24h a su servicio.

Avda. Maladeta, 19 bajos
 25530 VIELHA
 Tel / Fax: 973 64 32 32



- Administración de Fincas.
- Servicios de Gestoría.
- Asesoramiento y Asistencia Jurídica.
- Planificación y Gestión Fiscal y Contable.
- Asesoramiento y Tramitación Laboral.
- Asesoramiento y Gestión de Patrimonios.
- Trámites Administrativos.
- Gestión de Documentos de Tráfico.

www.cudos-consultors.com

Avda. Maladeta, 19 bajos
 25530 VIELHA
 Tel. / Fax. 973 64 32 32
 Oficina Balaguer: Tel. 973 45 05 55
 Oficina Lleida: Tel. 973 28 28 18

Servicios Informáticos

Páginas Web's

Reparación

Mantenimiento



VIELHA COMPUTER

Software

Consumibles

Audio-Visuales

Venta de equipos

Tel.: 973.64.10.53

info@vielhacomputer.com

Av. Castiero Nº 15, local 13

25530 Vielha - Lleida

www.vielhacomputer.com

Assessorament



LABORAU
 FISCAU
 COMPTABLE

973 64 20 79

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

Acòrd entre Conselh Generau e Baqueira Beret de reduccion d'un 50% en prètz deth forfait de temporada entà toti es joeni d'Aran.

Dempús de mantier dues amassades, eth sindic d'Aran, Carlos Barrera e es maxims responsables de Baqueira Beret, Sr. Jesús Serra, conselher delegat de Baqueira Beret e Sr. Aureli Bisbe, director generau dera madeisha empresa, an mostrat era sua satisfaccion pes acòrds arthenhuts en çò que tanh as descomptes entà toti es joeni d'Aran a compdar d'aguesta proplèu temporada. Er acòrd des negociacions, se tradusis en hèt que per un biais s'alongarà un an més eth forfait de joeni de 16 a 17 ans e per aute ua reduccion deth 50% deth prètz deth forfait de temporada entà toti es joeni d'Aran d'entre 18 e 25 ans, que complisquen es requisits fixats per Baqueira Beret. Çò que supòse passar de 940.-€ a 470.-€ per persona. Es dues parts coincidiren que damb aguesti acòrds, se da responsa ara totalitat des joeni d'Aran e se mielhore

era demana qu'incipiauments s'auie plantejat. Per un aute biais, era reduccion d'un 50% en forfait intersetmanau pèrd tot interès.



Carlos Barrera, sindic d'Aran, entrevistat per Manel Fuentes en *Mati de Catalunya Ràdio*.

Eth sindic d'Aran, Carlos Barrera, a estat entrevistat per Manel Fuentes en *Mati de Catalunya Ràdio*. Pendent era entrevista eth periodista s'a interessat peth posicionament deth Conselh Generau, sus eth recors d'inconstitucionalitat presentat peth Govern Centrau, contra quauqui articles dera lei der Occitan, aranès ena Val d'Aran.

Pendent era convèrsa, eth sindic d'Aran en tot respòner as questions de Manel Fuentes, a agut ocasion de comentar aspèctes relacionats damb era exclusion der Aran deth projècte tecnic dera candidatura des jòcs olímpics d'iuèrn der an 2022, dera situacion actuau dera N-230, e des mielhores der airau cirurgicau der Espitau de Vielha que s'amiaràn a tèrme mejançant un acòrd de legislatura damb era Conselheria de Salut

dera Generalitat de Catalonha e dera presència der os ena la val d'Aran, entre d'auti .



Era conselhera de Torisme, Comèrc e Consum, Anna Díaz, visite eth stand dera Deputacion de Lhèida e participe ena Presentacion de Pirenissim, laguens dera *Fira de Sant Miquel de Lhèida*.

Ena sua visita tara *Fira de Sant Miquel* d'enguan, era conselhera de Torisme, Comèrc e Consum deth Conselh Generau d'Aran visitèc eth stand dera Deputacion de Lhèida acompanyada per Pau Perdices, vicepresident deth Patronat de Promocion Economica dera Diputacion. Toti dus, e laguens deth Salon de Producte dera hèira, participèren ena presentacion deth projècte Pirenissim. Aguest ei un projècte que realizen amassa eth Conselh Generau d'Aran e es conselhs comarcaus dera Alta Ribagorça, Alt Urgell, La Cerdanya, Pallars Jussà e Pallars Sobirà, qu'aguest an a coma objectiu era creacion d'un producte toristic supracomarcu entà palliar era estacionalizacion deth mercat de trabalh. Aguesta marca comuna a de servir entà difòner era riquesa gastronòmica, culturau e paisatgistica d'aguestes comarques pirinenques.





www.maneltamayphoto.com



629 872 709

646 759 074

info@maneltamayphoto.com

www.granaran.com

GRANARAN CONSTRUCTORA

REFORMAS EN GENERAL

Avd. Castiero, 17 2º 5º
25530 VIELHA

Telf. 676 658 639
granaran@granaran.com



Servicios:

- Urgencias 626 70 15 47
- Medicina general
- Vacunas, microchip, pasaporte...
- Análisis laboratorial
- Radiografía, ecografía...
- Cirugía general
- Hospitalización
- Alimentación y complementos

Ahora también
peluquería canina!!!

Visitas concertadas:

Tel. 973 64 23 61

Avda. Garona, 25 - bajos VIELHA
www.aranveterinaris.es



TOLÓ
ASSOCIATS
ASSESSORIA INTEGRAL
GARANTIA DE QUALITAT

Atención telefónica y presencial de 9,00 a 19,00h.
Proximidad. Servicios garantizados

www.toloassociats.com

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

www.yolandaamiell.com

YOLANDA AMIELL SANGÜESA. Abogada
Teléfono 973 64 17 22 · yolanda@aranweb.com



PRADEL HORTICULTURA

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

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

Inauguración deth cors 2011-2012 deth Programa Universitari entara Gent Grana.

Eth passat dia 6 d'octubre s'amièc a tèrme en Conselh Generau d'Aran era inauguración deth cors 2011-2012 deth Programa Universitari entara Gent Grana, damb era presència deth sindic d'Aran, Carlos Barrera, acompanyat deth cap de Cultura e Patrimòni deth Conselh Generau, Jèp Montoya. Er acte compdec damb era presència deth Director academic deth Programa Universitari entara Gent Grana, Xavier Lorente, e era leçon magistrau que tractèc sus resolució de conflictes anèc a cargue deth professor José Maria Rojano, engenhaire industriau. Aguest ei un projecte dera Fundacion Pere Tarrés,

Universitat Ramon Lluç, dera Facultat d'Educacion Sociau e Trabalh Sociau, que compde damb eth suport e finançament deth Conselh Generau d'Aran. Concretaments s'i destinen 11.600€, entà qu'es alumnes d'Aran poguen accedir ath madeish nivèu de formacion e damb eth madeish còst tada eri que tara rèsta d'estudiants de Catalonha. Aguesta quantitat servís tà hèr front as despenes de desplaçaments e diètes deth professorat que ven entà Aran. Era formacion recebuda pes alumnes ei de fòrça qualitat, dat qu'eth professorat ei de prumèr nivèu.



Eth Conselh Generau, mejantçant eth Servici Aranés de Benèster e Salut, a resolut er aprobacion iniciu deth projecte tecnic entara substitució deth pasiment dera urbanizació der Espitau de Vielha. Aguest projecte plantege era rehabilitación totau deth pasiment que conforme era urbanizació dera façana principau der espitau, era Residència Sant Antoni e eth trepadèr entàs vianants deth carrèr Espitau.

Er objectiu ei melhorar era seguretat e ath madeish temps dignificar er espaci qu'en aguesti moments se trape deteriorat, ço que supòse un perill entàs vianants. Tanben s'amplià eth trepadèr e se redusirà era petita zòna verda d'erba entà facilitar eth camin naturau deth carrèr

Ena residència Sant Antoni, s'anullarà era zòna verda, en tot profitat entà plaçar mobiliari urban. Pendent es òbres se collocaràn diuersi hilats de calefacció en pasiment e se revisarà eth gotèr actuau. Ei previst realizar era obra en dues fases, damb era intenció de molestar minimaments eth desenvolupament dera vida quotidiana des ciutadans e ath

madeish temps, permèter er accés de vianants e de veiculs.

Eth valor estimat dera actuación ei de 144.000.-€

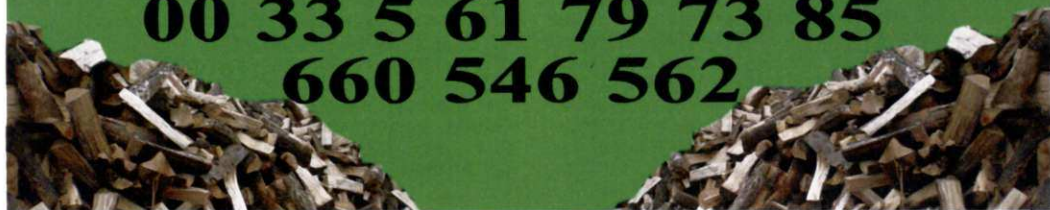


Ets. DENARD André

VENTA DE LEÑA

Entrega a domicilio

00 33 5 61 79 73 85
660 546 562



TALLERES
GARONA

CARROCERIA Y PINTURA DEL AUTOMOVIL
INSTALACION DE LAMINAS DE CONTROL SOLAR
VENTA DE CADENAS / NEUMATICOS
SUSTITUCION DE LUNAS / MECANICA



Políg. Mijaran, Nave 3 / 25530 VIELHA
Tel. 973 64 02 09 / Móvil 619 03 55 71 / talleresgarona@gmail.com

novetats
Codina
Confeccions
Moda
home - dona
Llenceria

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

electrónica

M. Perailes

- Instalación y reparación de antenas individuales y colectivas
- Televisión vía satélite
- Alquiler megafonías para eventos
- Venta de electrodomésticos

Instalador oficial nº 4191

Distribuidor: DIGITAL+

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

Fontanería



Calefacción

BUSQUET S.L.

Instalaciones de gas

Energía solar...
geotérmica

Aire acondicionado

Instalaciones para
hostelería

Cocinas industriales



C/Carrera, 9 25540 - LES

Tel. 973 648 430

Móvil 609 318 804

Amassada deth sindic d'Aran Carlos Barrera, damb er Aunorable Sr. Andreu Mas Colell, conselhèr d'Economia e Coneishement.

Eth sindic d'Aran, Carlos Barrera, mantenguec eth passat dimars, 11 d'octobre, ua amassada de trabalh damb er Aunorable Sr. Andreu Mas Colell, conselhèr d'Economia e Coneishement dera Generalitat de Catalonha, ena sedença deth departament ena Rambla de Catalunya de Barcelona, entara negociacion deth convèni de finançament transitori entre eth Departament d'Economia e Coneishement e eth Conselh Generau d'Aran, enquiara futura aprobacion per part deth Parlament de Catalonha dera naua Lei d'Aran. Pendent era trobada de trabalh, s'a parlat en prumèr lòc deth finançament des traspassi de competències associades as responsabilitats dirèctes deth Conselh Generau d'Aran, entre eres es corresponentes a Sanitat e Benèstar e Família.

Un aute des aspèctes qu'a meritad era atencion tant deth sindic d'Aran coma deth conselhèr d'Economia, a estat eth finançament deth convèni existent, entre eth C.G.A. e eth Departament d'Economia, destinat tà inversions en equipaments e infrastructures. En aguest ambit, eth sindic d'Aran, Carlos Barrera, a plantejat es ajusti de besonh en aguesta partida, en tot entèner que, era partida pressupostària de traspassi de competències, ei ajustada tà toti es servicis que son responsabilitat deth Conselh Generau d'Aran.

Pendent era amassada, s'a acordat endegar ua comissió de trabalh de forma immedata, damb er objectiu de poder barrar aguest procés çò més lèu possible, entà qu'es acòrds economicos entre eth Departament d'Economia e eth Conselh Generau d'Aran, demoren recuelhudi ena prepausa de pressupòsti dera Generalitat de Catalunya entar an 2012, qu'eth conselhèr Mas Colell presentarà en Parlament de Catalonha, e atau, estructures tanben es pressupòsti deth Conselh Generau d'Aran entar exercici 2012.



Clausura dera "XII Mòstra Gastronómica deth Lit" ena Val d'Aran

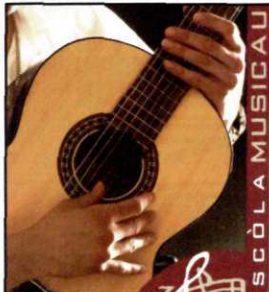
Eth dijaus, 20 d'octobre, se clausurèc era edicion d'enguan dera Mòstra Gastronómica deth Lit. En aguest acte i participèren es responsables e propietaris des restaurants qu'an aufrít es sues prepauses gastronomiques ena mòstra, atau coma tanben es representants deth Parador de Vielha, acompanyats pera conselhèra de Torisme, Comèrc e Consum deth Conselh Generau d'Aran, Anna Diaz, e de Luis Carlos Medina, conselhèr d'Administracion Publica, Finances e Coneishement.

En moment de hèr balanç era conselhèra volec arregrair er esfòrc e era dedicacion des restauradors en un moment dificil, en çò que tanh ara situacion economica que vivim e, sustot, tanben er entusiasme e era creativitat damb era quau an presentat es sòns plats en aguesta edicion, atau coma era participacion deth public en generau, qu'a estat fòrça variada pr'amor qu'an vengut enquiara Val d'Aran, gents d'arreu entà tastar es plats deth Lit.

Dera sua part eth conselhèr Luis Carlos Medina, volèc remarcar era importància qu'an es petites e mejanes empreses, en aguest cas de restauracion, respècte ara creacion de lòcs de trabalh e ara preservacion e promocion des productes identificatius d'un territòri com Aran.

En moment de hèr avaloracions, s'auancèc qu'eth Conselh Generau d'Aran, a trauèrs de Torisme Val d'Aran, invertirà es sòns esfòrci en potenciar es convencions e es congressi, atau coma tanben era presència damb un "Corner" de Torisme Val d'Aran ena pròpleu edicion dera Fira Alimentària.



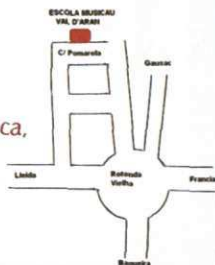


ESCOLA MÚSICAU VAL D'ARAN

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

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

BANDA MUSICAL Y BATUCADA INFANTIL



TARIFAS ESPECIALES

PARA QUE TODOS PODÁIS APRENDER MUSICA

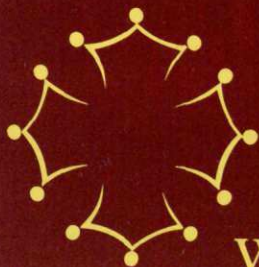
A totes les especialitats que fan : GRABACIÓN Y EDICIÓN DE AUDIO-DIGITAL

MATRÍCULA ABIERTA CURSO 2011- 2012

Reserva tu plaza para el próximo curso

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

Inmobiliaria del Valle de Aran y Costa Blanca



617 578 854

Consulte nuestras
interesantes ofertas en:

www.sebasaran.com

registre d'agents immobiliaris
de Catalunya n.º 4316



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

FARMACIA PALÀ (VIELHA)	973 642 585	ESPIEAU 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	973 644 030
FARMACIA PALÀ (BAQUEIRA)	973 644 462		
FARMACIOLA CATALÀ (SALARDÚ)	973 644 225		

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

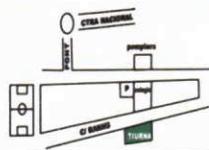
ALSA. OFICINA EN VIELHA	902 422 242
SALÓN DEL REINO TESTIGOS JEHOVÁ	618 613320
CORREUS - OFICINA VIELHA	973 640 912
GREMI D'OSTALARIA DERA VAL D'ARAN	973 640 601
ESCOLA D'OSTALARIA DE LES	973 647 242
ESTAT DEL TRANSIT DE CATALUNYA	900 647 242
PARROQUIA DE VIELHA	973 640 021
PARROQUIA DE BOSSÒST e LES	973 648 253
PARROQUIA DE SALARDÚ	629 791 095
FUNERARIA BORRAS (VAL D'ARAN)	973 258 023
	622 811 981
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
MUSEUS DERA VAL D'ARAN	973 641 815

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

LIMPIEZA DE CHIMENEAS
EXTRACTORES DE RESTAURANTES

Tel.
973 621 065
661 606 260

michellarrue@hotmail.com



OPORTUNIDAD: Vendo piso en Les, de 5 años y poco uso, en zona tranquila. 2 hab., 2 baños, 2 terrazas y jardín. Salón con chimenea y cocina americana. Amueblado. Párking. Mejor visitarlo. Información. Tel. 628.157.538

Se busca comercial bilingüe francés/español para trabajar en el Valle de Aran.
Tel. 973 64 04 87
- 628 157 538

Vendo una escalera de caracol de madera nueva a estrenar. 50 m2 parquet de LANDES muy seco 15 años almacenados. 10 vigas de roble 14x14x2,40 largo Tel. 973.64.02.20 - 620.860.243



Clases de pintura sobre porcelana, todos los miércoles por la tarde, en la Oficina de Turismo de Les. Para más información Myriam Sáez. Telef. 669.753.088

Busco pequeño local en alquiler en Les o Bossòst, económico, para instalar despacho comercial. Urge
Tel. 973 64 04 87
- 628 157 538



Alquiler con opción compra. Local 77m2, cerca de la guardería infantil de Vielha, sin columnas, con esplendidos ventanales, suelo de gres y un baño.
Tel. 973.64.02.20 - 620.860.243

Se vende estudio en Vielha.
80.000€
Tel. 617.578.854

Alquilo apartamentos todo el año y temporadas
Tel. 617.578.854



Se alquila restaurante-brasería totalmente equipado en Bossòst. Situado junto al parking. Muchas posibilidades.
Teléfono de contacto 670 444 424

Arties, se vende casa de 80m2.
Tel. 618.920.742

Radio VAL PIRINEOS

Novedades

Una temática tranfronteriza
una nueva programación,
una nueva voz,
unos nuevos voluntarios europeos,

* **Temática de la temporada 2011/2012 "Música e informaciones tranfronterizas"** (en gascon) Mas informaciones del Comminges y de la Val d'Aran, y mas música en frances, castellano, catalan, occitano.... y US !

* **Nueva programación**
Cada día de la semana difundimos desde el 19 de septiembre :
A partir del 19 de septiembre difundimos diariamente :

3 boletines de noticias en frances (9h00 - 13h00 - 18h00)

2 resúmenes de la prensa europea, en español(13h45 et 15h45)

6 boletines meteo "Alta montaña - Francia / España" (06h45 - 07h45 - 08h45 - 12h45 - 18h45 - 19h45)

5 boletines meteo "Comminges / Val d'Aran" (06h15 - 07h15 - 08h15 - 18h15 - 19h15)

2 boletines "Tráfico de carretera - Francia / España" (08h30 - 12h15)

Y tambien programas de cine, ofertas de empleo, mercados de Comminges y de la Val d'Aran.....

* **Nueva voz**

Marilou viene de Bourgogne, una comarca de buen vino... y que reside en Comminges desde hace unos meses. Toca percusiones en el duo "Xavier y Marilou", conocido en Comminges y tambien en Bossost !

Marilou presenta un programa cada día, de las 17h00 a las 19h00, y tambien la crónica Cine a las 09h45 y 16h45.

* **Nuevos voluntarios europeos**

El DJ español "DJ Yan's", de Bossost (Val d'Aran), nos ofrece

su programación de música electrónica en "El Baül Electrónico", todos los jueves a las 20h00 (redifusión el sábado a las 21h00)

El inglés Tom Lawless y el alemán Markus Bausch presentan, cada dos domingos a las 20h30, un magazine de informaciones alternativas (ciencias, nueva economía, sociedad... tambien en su web)

Pronto, un nuevo sitio internet y un nuevo equipo de difusión para un mejor sonido en FM, en internet, en i-tunes y en la red 3G "Live Radio" de Orange...



*music and informations that crosses all borders

www.rvpfm.net 99.5 fm Comminges



iTunes

Orange 3G

LIVERADIO



alquiler y venta de maquinaria **JOAQUÍN CALVO**



**VIBRADORES / MARTILLOS ELÉCTRICOS / CARRETILLAS / RODILLOS /
COMPRESORES / GRUPOS ELECTRÓGENOS / DUMPERS / HORMIGONERAS / ...**

Ctra. de Francia s/n
25530 **VIELHA**
Tel./Fax 973 64 25 44

ALQ.JCR@vallesaranribagorza.com

Ctra. Nacional 230 Km 124.2
25520 **EL PONT DE SUERT**
Tel./Fax 973 69 10 27

Jairo José Piñero Hurtado

Servicios de mantenimiento y jardinería

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



VIELHA · Tél. 638 810 555 · hermanosjayro@hotmail.com · www.hermanosjayro.com

Cortinas Sant Jordi

Especialidades

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

Divisiones

- Hostelería
- Hogar
- Oficinas

Taller de Diseño

- Confección e instalación propia

Tapicerías 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 📞

Todos los Santos



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

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

LECHUGA FRESCA:

¿Quieres conservar la lechuga siempre fresca? Lávala, córtala y guárdala en un trapo limpio en la parte baja de la nevera. Evita introducirla en bolsas de plástico, ya que las lechugas se pudren fácilmente.

CONSERVAR LOS GARBANZOS:

¿Sabías que la mejor manera de conservar los garbanzos es mantenerlos alejados de la luz? Por eso son ideales los tarros herméticos de cristal coloreado. Y, siempre que sea posible, guárdalos en un lugar fresco y seco.

LOMBRICES:

Si tu hijo está afectado por lombrices intestinales, un buen método para lograr que desaparezcan y dejen de causarle molestias es hacerle mascar semillas de girasol tostadas y saladas.

ABSCESOS:

Si tienes un absceso en la parte interna del oído, prueba un sencillo remedio: introduce suavemente un algodón impregnado en zumo de cebolla, y mantenlo así el mayor tiempo posible. Puedes repetir esta operación varias veces.

DIGESTIONES PESADAS:

Conseguir una mejor digestión te será muy fácil si sigues nuestro consejo. Después de comer, acostúmbrate a tomar de postre pomelo. Si te parece un poco ácido, puedes exprimirlo y añadirle una cucharadita de miel.

GATOS DESGANADOS:

A los gatos les encanta la levadura de cerveza. Si tu gato pasa por una época de inapetencia, prueba a espolvorear su comida con un poco de levadura. Verás cómo no deja nada en su plato.



Val d'Aran
Betrèn - Vielha

Jonerik

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



EN VENTA: Magnífica casa en Bossòst. 4 hab. 2 baños. Salón con chimenea. Cocina independiente. Jardín y garaje propios. En zona soleada y tranquila. Precio 350.000€ · Tel. 669.75.66.77

consejos de jardinería

El crisantemo



Plenamente extendido por todo el mundo, el crisantemo es una flor hermosa y agradecida, cargada de simbolismo. En Occidente, donde también es conocido como San Vicente, es tradición utilizarlo como ofrenda floral en el Día de Difuntos, aunque no por ello deja de llenar con profusión y alegría los hogares como planta ornamental, tanto de interior como de exterior. En Asia representa la longevidad, por eso también es una flor ritual muy frecuente en determinadas ceremonias.

Los crisantemos ofrecen numerosas variedades aptas para todos los gustos. Sus inflorescencias son tan diversas que nos permiten elegir entre un gran surtido de colores y formas, así como plantear innumerables diseños para los arriates o bonitos ramos de flor cortada.

En general, esta herbácea se caracteriza por ser resistente y muy fácil de cultivar, y, aunque prefiere la luz de los exteriores, también se deja mimar si la cultivamos dentro de casa. Además, no necesita excesivos cuidados para conservar sus flores durante bastante tiempo.

Consejos de mantenimiento

Coloca la maceta en un lugar claro y bien ventilado, pero sin corrientes.

Cuidado con el calor: no resisten mucho tiempo en estancias calurosas.

Si ves que las flores no se abren es por falta de luz.

Debes mantener siempre el cepellón algo húmedo. Las flores se marchitan en cuanto les falta agua, pero ten cuidado con los encharcamientos.

Cuando las flores estén marchitas, elimínalas. De esta manera conseguirás que las nuevas duren más tiempo.

Pulveriza frecuentemente con agua tibia. Lograrás que las hojas y las flores estén frescas, principalmente si se encuentran en sitios con calefacción.

A mediados de la primavera puedes sacarla al exterior y tenerla prácticamente hasta el mes de octubre.

Con las atenciones adecuadas, conseguirás mantener la planta florida por lo menos diez semanas seguidas. Y si el lugar en el que se encuentra tiene temperaturas suaves, aun se prolongará su permanencia durante más tiempo.

Otros cuidados

La luz es fundamental para el correcto desarrollo de los crisantemos, pero cuidado con la exposición solar directa: puede acabar quemando la planta. Asimismo, el calor y el frío son enemigos de esta especie. Necesita temperaturas medias entre 13 y 18° C.

Con la llegada del verano, es necesario incrementar la frecuencia de riego y abonar. Además, si la tienes en el exterior, no es raro que crezca mucho en altura, por lo que es buena idea podar de vez en cuando. Por ejemplo, corta las flores más altas y úsalas para decorar el interior de tu vivienda.

Se reproduce por división de mata o esquejes cuando comience a despuntar la primavera. Separa las matas y siembra las plantas individualmente, regando con moderación. Generalmente suelen enraizar sin problemas.

Artículo facilitado por Antonia Bergé de Eth Jardinet



Eth Jardinet

Decoración Florau e Jardineria

c./deth Roser, 13

25530 VIELHA (Lleida)

Tel. 973 64 03 48

Actividades en Aran

Noviembre 2011

Día 11: FIESTA MAYOR DE SANT MARTÍ EN AUBÈRT Y GAUSAC. Diversas actividades diurnas y nocturnas.

Día 27: IV ANDITADA. En la Plaça dera Hònt de Bossòst. A las 11:00 Actuación del grupo de danza "Es Sautarets de Bossòst", seguido de degustación y venta de anditos (embutido típico y propio de Bossòst), feria de productos artesanales, y actuación musical.

Del 27 al 8: ERA IV SETMANA DER ANDITO. Muestra gastronómica en la que participan restaurantes y bares del pueblo de Bossòst, que cocinarán un plato con "andito", embutido típico y propio de Bossòst, hecho artesanalmente por los carniceros de este

pueblo, sobretodo en invierno. Organiza: Associación de Comercants e Empresaris de Bossòst. Tel. 973 64 80 98

Día 30: FIESTA MAYOR DE SANT ANDREU EN SALARDÚ. Diversas actividades diurnas y nocturnas
-Todos los miércoles del mes, MERCADO, en Bossòst. En el Paseo Eduard Aunós.

-Todos los jueves del mes, MERCADO, en Vielha. En la Avenida Pas d'Arrò.

Si quiere anunciar alguna actividad social, deportiva y/o cultural que se vaya a celebrar en el Valle de Aran próximamente, puede enviarnos la información a jorge@arannau.com para que sea publicada.

masquesquí

PITCH & PUTT:

El pasado domingo 16 de octubre se disputó en el golf de Salardú el I TORNEO CAFÉ NUEVO - RTE. COTO MARZO, con un tiempo ideal para desarrollarlo y con una gran participación de jugadores, ya que asistieron a jugar cerca de 40 golfistas, venidos mayoritariamente del Valle, pero también de Pont de Suert, Lleida y Barcelona.

El torneo se disputó en la modalidad de Stableford individual y el ganador en categoría scratch fue **Carlos Nart** y en categoría hándicap **Angel Melgosa**, de Lleida. Además hubo premios de aproximación de todos los hoyos, gracias a todos los sponsors que tuvieron los organizadores y una welcome pack a todos los asistentes.

Al finalizar el torneo todos los jugadores asistieron en Vielha a una gran comida ofrecida por el Restaurante Coto Marzo y el Café Nuevo y a la entrega de premios, donde asistieron el Sindic de Aran, Carlos Barrera, el Alcalde de Vielha, Alex Moga y el Alcalde de Pont de Suert y Delegado del Gobierno del Alto Pirineo. Acto seguido se celebró el "Urban Golf", que consistió en

un puttín green y una zona de tiro con más de 30m de longitud que hizo las delicias de mayores y pequeños que asistieron a verlo, ya que estuvo abierto al público en general.

Desde esta redacción felicitamos a los organizadores: Montse Urbano, Ismael Cuenca y Tito Pérez por esta gran iniciativa y por esta apuesta por el golf.



BALONCESTO:

Las actividades extraescolares del IES d'Aran ya han comenzado, y el pasado 6 de octubre comenzó a entrenar el equipo de baloncesto, que este año cuenta con nuevas promesas aranesas. Otra novedad es la presencia de 5 chicas.

Los entrenamientos, que se realizan en el Pabellón de Deportes de Vielha, todos los miércoles y viernes, de 16 a 17h, están abiertos para cualquier alumno del IES que desee practicar dicho deporte.

Aran pour nos amis les français

INTÉGRATION : Mode d'emploi (1^{er}. Partie)

Ma passion c'est d'écrire sur tout et n'importe quoi. Mais toujours sur des coups de cœur ou bien des faits qui à mon avis ne sont pas normaux. Depuis quelques temps, j'avais arrêté d'écrire, enfin c'est vite dit. J'avais arrêté mes écrits, car je croyais que tout n'allait pas si mal que ça pour nous, car nous étions pour le moment épargnés par les tremblements de terre, les tsunamis, ou quelques volcans, enfin, de tout ce qui peut nous arriver un bon matin. Toute de même, j'ai une toute seule petite appréhension, toute petite qui m'assaille chaque fois que je vais vers ma boîte à lettres, car elle me réserve presque toujours des nouvelles désagréables.

Aujourd'hui, la nouvelle désagréable m'est venu en lisant un magazine que je lis très souvent, dans lequel un journaliste donnait un mode d'emploi aux émigrés pour bien réussir son intégration dans un pays étranger, loin du sien au sujet tabou, que j'ai vécu en tant qu'ancien émigré, et qui me tient à cœur, et je suis sûr que ce journaliste n'a rien compris, car c'est un sujet impossible à résoudre, l'intégration des émigrés dans notre pays. Je suis un émigré politique, et toutes mes connaissances me considèrent très bien intégré. Mais personne ne me demande comment je me considère moi-même. Est-ce que je suis bien intégré ? Peut-être, mais je me considère toujours comme un arbre déraciné, et loin de sa terre, transplanté ailleurs.

Il y a quelques années, chez nous, en France, la grande mode, c'était d'acheter très cher des oliviers très vieux, et les faire planter chez soi, dans son jardin, et dire à tout le monde : « Cet arbre si beau, je l'ai fait venir d'Andalousie pour l'avoir chez moi, car cet arbre est un symbole de paix dans le monde entier ». Et bien par rapport à ma naissance et un peu à ma jeunesse, jamais je n'aurais fait une pareille chose, jamais, jamais je n'aurais déraciné un arbre centenaire de chez lui, le priver de sa terre, son soleil, pour le faire émigrer dans un pays très différent du sien, sans se demander si comme un être humain il n'aurait pas la nostalgie de son pays. Au cours d'un voyage en Espagne, mon épouse et moi avons décidé d'acheter un olivier et le planter chez nous en France, mais nous ne voulions pas de force faire émigrer un arbre centenaire, alors nous avons acheté un jeune olivier dans une sorte de arboriculture. Nous l'avons amené chez nous, et une fois dans notre jardin, nous lui avons donné notre meilleur morceau de terre. Bien évidemment, la région n'était pas Jaen, mais il est un peu chez lui. Alors il fallait s'y faire, et à la guerre comme à la guerre.

Une fois l'arbre planté, les années se sont écoulées, et notre émigré est allé ni bien ni mal. Il était là. Jusqu'au jour, au bout d'une dizaine d'années, un accident lui est arrivé. Un lapin trouvant l'écorce du déraciné bonne à manger, lui a causé une très grosse blessure. Nous l'avons soigné, et bien qu'avec une grosse cicatrice, sa vie continué, petit à petit.

Suite dans la prochaine édition

Écrit par M. Jo Tarin de Cornebarrieu (France)

ARIES

Te encuentras en un buen momento en el terreno sentimental. Sin embargo, tu situación confirma muy poco compromiso sentimental y demasiado énfasis en el aspecto hedonístico. Si actúas y piensas según lo que sientes en tu interior, nunca estarás equivocado ni te sentirás mal contigo mismo. Tenlo en cuenta.



TAURO

Es importante durante estos días que muestres tu sentido protector hacia los demás. Los sentimientos y las emociones son poderosos pero dominados por el cerebro. Trata de dejarte ir por la corriente y evita someter a las relaciones que te llevan a excluir la sensibilidad y el afecto. No te enfrentes con las personas, saldrías perdiendo. Tenlo en cuenta.



GEMINIS

Ha llegado el momento de que pienses más en los demás que en ti mismo. Ellos han cedido muchas veces y ahora ha llegado tu turno. Es importante que tu generosidad salga de tu corazón y que sepas disfrutar de los pequeños detalles que te ofrece la vida en este momento. Si demuestras tu amor a quienes quieres, ellos te premiarán cien veces más. No lo dudes.



CANCER

Es imprescindible que no olvides que toda causa lleva consigo un efecto. Por eso cuando vayas a actuar debes recordar que no importa lo que piensa la gente. Lo único que importará será tu intención. Así que concéntrate en lo que quieres realmente y lo que dicta tu corazón. No lo olvides.



LEO

Es un buen momento para crear unas bases sólidas en tu relación afectiva. No necesitarás imponerte ni convencer ya que tu fuerza interior irradiará tal energía que destruirá cualquier muro separador. Así que tienes a tu alcance un poder incalculable para ser el canal de transmisión de una sonrisa sincera capaz de traducir tu amor y confianza.



VIRGO

Te sentirás particularmente dichoso durante este mes. Te encantará compartir momentos agradables con alguna persona de distinta cultura a la que posiblemente acabas de conocer. Esto te hará sentir muy bien ya que gozarás de un amor correspondido y de una tranquilidad interior que necesitas desde hace tiempo. No lo olvides.



LIBRA

Este mes será bastante positivo, sin embargo tendrás que reevaluar algunos puntos de tu compartimiento en pareja. Para ello, es aconsejable que busques en tu interior las respuestas e intenta eliminar el descontento que a veces se te apodera si quieres realmente sentirte sereno y satisfecho contigo mismo. No lo olvides.



ESCORPIO

Estás entrando en una época más tranquila ya que se ha finalizado un periodo de preocupación y tensión. Podrías tener la posibilidad de viajar o de recibir un visitante que viene de muy lejos. En todos los casos, estás entrando en una etapa mucho más radiante y serena



SAGITARIO

Vas a pasar por momentos de buena suerte y felicidad. Si tienes hijos, te alegrarás de estar junto a ellos y es probable que realices un viaje para poder pasar más tiempo en su compañía. Te sentirás pleno y completo gracias a una mayor aceptación de tus límites y de tus talentos



CAPRICORNIO

Estás a punto de comenzar una nueva fase sentimental en tu vida. Una situación inesperada puede aparecer repentinamente o puede ser llamado a tomar una decisión importante que te llevará hacia nuevas aventuras. No dudes en arriesgarte ya que seguramente encontrarás más de una respuesta a tus inquietudes. Tenlo en cuenta.



ACUARIO

Los presentimientos van a ser una guía confiable durante estos días. En este momento van a surgir en tu vida afectiva opciones diferentes sobre las cuales tendrás que tomar una decisión. Ser un buen estratega te evitará cometer errores y perder el tiempo en algo que no merece la pena.



PISCIS

Es posible que durante estos días tengas la impresión que has perdido el tiempo, pero este no es el caso. Lo que realmente te está pasando es que necesitas reevaluar tus sentimientos y que decidas una vez por todas por tu felicidad y serenidad. Unos días de reflexión te esperan a la esquina. Aprovechalos.



S.P.F. SAURA



**FUNERARIA
SAURA
VALLE
DE ARAN**

Diseño y colocación de
lápidas y tumbas

Presupuestos sin compromiso

Jorge Belmonte 609 571 098

Alberto Castet 619 842 915

 **Funerària
Val d'Aran**

Oficina Central:
C/Pomarola, 3 · VIELHA
Tel. 973 258 023
973 258 261

Servicios en todo el Valle
Juanito Ferrera Velardo
Tel. 619 099 274
973 647 161

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

Jairo José Piñero Hurtado

VENTA DE LEÑA (SERVICIO A DOMICILIO)

Precios: 55 € m3. (haya)

110 € m3 (mezcla de luxe)

LIMPIEZA DE CHIMENEAS



Tel. 638 810 555

hermanosjayro@hotmail.com

www.hermanosjayro.com

ASADOR GARONA POLLOS A L'AST ASADOR

ASADOR GARONA COMIDA PARA LLEVAR

TORTILLAS ESCALONADA
 QUESOS ALBONDIGAS
 TERNISERA LANGUINES
 CONEJOS ASADOS
 MACARRONES BOLONESA

OLLA ARANESA
 REDONDO DE TERNERA
 MORRELLA DE BURGOS
 TORTILLAS DE ELDORADO

POLLOS A L'AST - COMIDA PARA LLEVAR
(Olla aranesa, Codillo, Confit, Ensaladas, Croquetas, Pates, Pan...)

AVDA. GARONA, 17 - LOCAL 2 · 25530 - VIELHA
TEL. 973 642 093 - 630 059 171 / www.asadorgarona.com

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

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

mascotas

Exotic pets in the mercadillo

Si se ponen ustedes a mirar verán que el año pasado por estas fechas escribí un artículo sobre el mismo tema a raíz de la paradita de animales en el mercadillo de Vielha. Pues venga volvamos a lo mismo.

Señores del Ayuntamiento: las leyes se supone que están hechas para todos. Y la ley de protección animal también. Si el Seprona puede poner una multa del carajo a un ganadero porque no ha puesto juguetes para los cerdos (la ley de protección animal dice que hay que enriquecer el ambiente de los animales de ganadería), ¿por qué narices no le dicen ustedes nada al señor de la paradita que trae a los animales en unas condiciones desastrosas, sin papeles y sin nada? Si quieren ver todas las cosas a las que la ley de protección animal obliga a este señor no tienen más que leerse la citada ley, aunque, como ustedes mismos proclaman, el desconocimiento de la ley no exime de su cumplimiento (el desconocimiento por parte del ayuntamiento, no por parte del señor de la paradita). Porque con respecto a este señor entiendo que si trae erizos que deben estar a temperaturas superiores a 24° y los deja ahí, a 8°; si vende gatos chatos como si fuesen persas o si vende jerbos que deberían estar en el asilo de ancianos...pues eso, entiendo que si los animales le importan un carajo, pues la ley de protección animal le traerá al fresco, sobre todo si nadie le obliga a cumplirla o, en su defecto, le pone una multa que le deje temblando.

Y no se crean que ustedes que han comprado animales en el mercadillo se van a ir de rositas. Que me parece muy bien que se quieran ustedes ahorrar una pasta comprando el Cocker en la feria en vez de en un criadero en condiciones, pero luego no me vengan llorando porque tiene una bronquitis de la leche, o porque la cirugía del prolapso del tercer párpado que tenía le sale por una pasta. Y no le echen toda la culpa al señor de la paradita, que la vida está muy "achuchá" y cada uno se la busca como puede... Y a ver, como

mínimo entérense de lo que compran...que no todos los bichos azules con alas son periquitos, ni todas las bolas peludas bajo el serrín son hamsters.

Y eso si no les ha dado por comprarse un bicho exótico de la muerte, de esos para fardar con los amigos, tipo tarántula o pitón de la India o murciélago de los Urales. Porque si se han comprado uno de estos a mí no me lo traigan que yo, los bichos esos, si entran en mi casa, los chafo con la zapatilla. No en serio, que no me los traigan, porque no tengo ni idea de sus enfermedades, vamos que no sé por donde se le mete el termómetro a una araña, que no me lo han enseñado. Si eso, me llaman y yo les paso la dirección de un colega en Barcelona que es especialista en exóticos...porque, vamos el común de los mortales (veterinarios, entiéndase) no tenemos ni idea.

Yo no sé si se han planteado siquiera cual es el hábitat adecuado para el animal que han comprado: porque puede necesitar temperaturas constantes de 25°, o humedad relativa ambiental superior a la normal o lámparas de luz UV o comer grillos vivos 3 veces por semana...¿Se han planteado si pueden ustedes ofrecerles las condiciones que necesitan para vivir? ¿No? Pues yo por eso no tengo una ballena en casa, pero si ustedes se ven capaces...

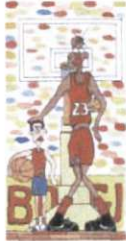
Eva Deza de Aran Veterinaria



DAMERO CON ASISTENCIAS

Para que sea más fácil resolver este DAMERO cuentas con las ASISTENCIAS de unas letras de ayuda.

Traslada las letras numeradas a su casilla correspondiente y tendrás un pensamiento de MADAME CURIE.



Un pensamiento de MADAME CURIE.

1	L	Z	I	3	M	4	O	5	G	6	A	7	B	8	M	9	A																	
10	O		11	H	12	A	13	E	14	F	15	G	16	B		17	C	18	A															
19	I	20	M		21	J	22	O	23	N	24	A	25	E	26	K		27	J	28	P													
	29	B	30	E	31	D		32	K	33	G	34	A	35	I	36	E	37	F	38	N													
39	B	40	C		41	B	42	G	43	J	44	O	45	F	46	C	47	L	48	N	49	P												
50	P	51	N	52	K	53	D	54	M		55	I	56	K	57	H	58	C	59	P														
60	J	61	G	62	O	63	H	64	P	65	L	66	C	67	D	68	N		69	J	70	E												
	71	M	72	L	73	D	74	F	75	N	76	J	77	B	78	L		79	F	80	R													
	81	H	82	F		83	H	84	D	85	K	86	P	87	I	88	E	89	G															

A. Petróleo refinado usado como combustible en los aviones.

U B R 12 S 18 24 34

L. Se aplica al que tiene rarezas o come extravagancias.

I S A Q 87 55 I 35 2 A 19 Q

B. Contestación dada a alguien en relación con lo que ha preguntado.

R 41 77 P 7 16 29 I 39

J. Cantidad de dinero que se rebaja en el precio de una cosa.

T 60 S 21 43 76 N 60 Q

C. Burla o ironía con que se insulta, desprecia o ridiculiza a alguien.

A 40 58 C 66 17 M 46

K. Confianza en que ocurrirá o en conseguir cierta cosa que se desea.

S 80 32 85 R 26 52 Z 56

D. En las plazas de toros, galerías descubiertas próximas a la barrera.

I 53 N 67 84 D 73 31

L. Se dice de lo que no se sabe o no se puede afirmar con certeza.

I 65 47 I 1 72 T 78

E. Comunicación por parte de un país a otro de cierta resolución que está determinado a tomar si éste no hace cierta cosa.

36 70 I 88 13 A 25 30 M

M. Lugar donde se tienen guardadas las provisiones de comida en una casa.

3 8 S 71 20 N 54 A

F. El que vive errante, sin domicilio y sin un medio regular de vida.

45 A 74 82 14 U 37 79 Q

N. Máquina electrónica que permite procesar automáticamente la información mediante determinados programas.

68 R 38 23 N 48 D 51 75

G. Reunión nocturna de brujos, con la intervención del demonio en forma de macho cabrío.

89 42 U 61 L 5 15 33 E

O. Se aplica al que hacer burlona o despectivamente por sus acciones o palabras cómicas.

62 4 D 44 C 22 10 Q

H. Masa hecha con harina y leche con la que se confectúan las croquetas.

57 E 83 11 A 63 E 81

P. Cosa que se dice con cierta intención, pero sin expresarla claramente.

50 86 D 64 R 28 49 I 59

QUISICOSAS

¿Qué figura de las seis propuestas completa la serie?



AMEDIAS

Este crucigrama lo vamos a resolver A MEDIAS. Nosotros dejamos esparcidas unas cuantas letras como ayuda y tú te encargas de completarlo. Ahora bien, las definiciones están puestas en desorden y debes encontrar el lugar correcto que ocupan.

	A		E		E	
A		E		O		R
	A		I		A	
A		I		A		A
	I		O		A	
I		O		A		U
	O		A		A	
I		A		U		A
	E		A		A	

HORIZONTALES: Isla alargada situada frente a Venecia / Unir con ligaduras / Período de tiempo de siete días / Archipiélago indonesio del mar de Arafura / Se aplica a la persona que, en sus afirmaciones, decisiones, etcétera, no emplea términos medios / Exceso de documentos o trámites burocráticos necesarios para resolver un asunto / Preposición latina / Sufixo de diminutivo / Voz para detener a las bestias / Utensilio de acero por cuyo ojo se pasa el hilo empleado para coser / Árbol pináceo típico de las decoraciones de Navidad / Aficionada a divertirse o que tiene buen humor para alegrar una reunión o una fiesta.

VERTICALES: Oficial del ejército otomano / Piedra saliente que se deja en una obra para que sirva de enlace en una posible continuación / Encargo de géneros hecho a un vendedor / Pérdida de la capacidad de movimiento de alguna parte del cuerpo / La que está trastornada en sus facultades mentales / Símbolo del americano / Orla ornamental considerada en su conjunto / Con relación a una palabra, otra o una raíz de la cual procede / Pez periciforme comestible, de gran tamaño, negro azulado por el lomo y blanquecino por el vientre / Utensilio que sirve para darse aire cuando hace mucho calor.

SOPA DE LETRAS

Debes localizar en la sopa el nombre de estos 11 DIOS GRIEGOS y, además, el nombre del HEROE de la Odisea de Homero, que hemos escondido.

- ARES
- HERA
- APOLO
- ATENEA
- HESTIA
- HERMES
- DEMETER
- ARTEMISA
- AFRODITA
- POSEIDÓN
- ZEUS

O T A P I S A T I C H O N A S
 R I R S A B E D E M É T E R O
 I L O O N Z Q U E O S N O E R
 C A H E R M E S P E T A M S
 O A E I N O C U E N I T E A I C
 N O R N A S U L S I A M O T I A
 I P A T I N A E L O R P I A E S
 S A P O E L I A P O L O N F I
 A C A T I M I N O S A S I R A C
 T O M I T U I L I S T E S O N O
 Q D U L I S E S Q U A I O D O T
 U A R T I M O S A N O D A L I
 E M I U R I N A C O L O E T A
 T S I A A T E N E A R N
 O N B U E N E L S U I



ARAN NAU en su edición de diciembre
lanza una guía de hoteles y restaurantes
del Valle.

Anunciése a
un precio muy
económico
para que los
visitantes
encuentren
su establecimiento



Guía
hoteles restaurantes
Val d'Aran



**Eth Sindic d'Aran e eth
Conselhèr de Cultura,
amassa damb era
defensa der aranés.**



**Conselh Generau
d'Aran**

**Aran
un país**

horario de autobuses

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

LLOC	LUNES A VIERNES										VIERNES					
	7:40	8:30	9:30	11:20	12:32	13:30	14:30	16:00	17:30	18:30	19:15	20:30	21:30	0:30	4:20	
BERET																
TANAU																
BAQUEIRA	7:40	8:30	9:30	11:20	12:32	13:30	14:30	16:00	17:30	18:30		19:15	20:30	21:30	0:30	4:20
TREDÓS	7:43	8:33	9:33	11:33	12:33	13:32	14:33	16:03	17:33	18:33		18:18	20:33	21:33	0:33	4:23
SALARDÚ	7:46	8:36	9:36	11:36	12:36	13:35	14:36	16:06	17:36	18:36		18:21	20:36	21:36	0:36	4:26
GUSSA	7:47	8:37	9:37	11:37	12:37	13:36	14:37	16:07	17:37	18:37		18:22	20:37	21:37	0:37	4:27
ARTIES	7:50	8:40	9:40	11:40	12:40	13:39	14:40	16:10	17:40	18:40		18:25	20:40	21:40	0:40	4:30
GARÓS	7:54	8:44	9:44	11:44	12:44	13:43	14:44	16:14	17:44	18:44		18:29	20:44	21:44	0:44	4:34
CASARILH	7:55	8:45	9:45	11:45	12:45	13:44	14:45	16:15	17:45	18:45		18:30	20:45	21:45	0:45	4:35
ESGUNHAU	7:57	8:47	9:47	11:47	12:47	13:46	14:47	16:17	17:47	18:47		18:32	20:47	21:47	0:47	4:37
BETREN	7:59	8:49	9:49	11:49	12:49	13:48	14:49	16:19	17:49	18:49		18:34	20:49	21:49	0:49	4:39
VIELHA	8:00	8:50	9:50	11:50	12:50	13:55	14:50	16:20	17:50	18:50		18:35	20:50	21:50	0:50	4:42
VIELHA	08:05	08:55	10:00	11:55	12:15	13:00	14:00	15:15	17:00	18:00	19:00	20:15	21:00	22:15	00:55	4:45
VILAC	8:07	9:02	10:02		12:17	13:02	14:02	15:17	17:02	18:02	19:02	20:17	21:02	22:17	0:57	
BETLAN	8:08	9:03	10:03		12:18	13:03	14:03	15:18	17:03	18:03	19:03	20:18	21:03	22:18	0:58	
AUBERT	8:10	9:05	10:05		12:20	13:05	14:05	15:20	17:05	18:05	19:05	20:20	21:05	22:20	1:00	
PONT D'ARRÓS	8:13	9:08	10:08		12:23	13:08	14:08	15:23	17:08	18:08	19:08	20:23	21:08	22:23	1:03	
BENÓS	8:14	9:09	10:09		12:24	13:09	14:09	15:24	17:09	18:09	19:09	20:24	21:09	22:24	1:04	
ES BÒRDES	8:17	9:12	10:12		12:27	13:12	14:12	15:27	17:12	18:12	19:12	20:27	21:12	22:27	1:07	
ARRÒ	8:18	9:13	10:13		12:28	13:13	14:13	15:28	17:13	18:13	19:13	20:28	21:13	22:28	1:08	
ERA BORDETA	8:20	9:15	10:15		12:30	13:15	14:15	15:30	17:15	18:15	19:15	20:30	21:15	22:30	1:10	
BOSSÒST	8:23	9:18	10:18		12:33	13:18	14:18	15:33	17:18	18:18	19:18	20:33	21:18	22:33	1:13	
LES	8:25	9:20	10:20		12:36	13:20	14:20	15:35	17:20	18:20	19:20	20:36	21:20	22:35	1:15	
PONTAUT	8:35								17:25							

LLOC	LUNES A VIERNES										VIERNES					
	7:45	8:20	9:20	10:20	12:20	13:30	14:22	15:40	16:40	17:20	19:00	20:38	22:38	0:20		
BERET																
TANAU																
BAQUEIRA	7:40	8:20	9:20	10:20	12:20	13:30	14:22	15:40	16:40	17:20	19:00	20:38	22:38	0:20		
TREDÓS	7:35	8:18	9:17	10:17	12:17	13:28	14:17	15:37	16:37	17:17	18:57	20:35	22:35	0:17		
SALARDÚ	7:32	8:15	9:14	10:14	12:14	13:25	14:14	15:34	16:34	17:14	18:54	20:32	22:32	0:14		
GUSSA	7:31	8:14	9:13	10:13	12:13	13:24	14:13	15:33	16:33	17:13	18:53	20:31	22:31	0:13		
ARTIES	7:29	8:12	9:10	10:10	12:10	13:21	14:10	15:30	16:30	17:10	18:50	20:28	22:28	0:10		
GARÓS	7:27	8:10	9:06	10:06	12:06	13:20	14:06	15:26	16:26	17:06	18:46	20:24	22:24	0:06		
CASARILH	7:26	8:09	9:05	10:05	12:05	13:19	14:05	15:25	16:25	17:05	18:45	20:23	22:23	0:05		
ESGUNHAU	7:25	8:08	9:03	10:03	12:03	13:18	14:03	15:23	16:23	17:03	18:43	20:21	22:21	0:03		
BETREN	7:23	8:06	9:01	10:01	12:01	13:16	14:00	15:21	16:21	17:01	18:41	20:20	22:20	0:01		
VIELHA	7:22	8:06	9:00	10:00	12:00	13:15	13:55	15:20	16:20	17:00	18:40	20:15	22:15	0:00		
VIELHA	07:21	07:55	08:52	09:52	11:52	13:10	13:27	13:50	15:15	16:15	16:52	18:37	19:52	21:52	23:52	5:00
VILAC	7:20	7:53	8:50	9:50	11:50		13:25		15:10	16:10	16:50	18:35	19:50	21:50	23:50	4:59
BETLAN	7:19	7:52	8:49	9:49	11:49		13:24		15:09	16:09	16:49	18:34	19:49	21:49	23:49	4:58
AUBERT	7:17	7:50	8:47	9:47	11:47		13:22		15:07	16:07	16:47	18:32	19:47	21:47	23:47	4:57
PONT D'ARRÓS	7:14	7:47	8:44	9:44	11:44		13:19		15:04	16:04	16:44	18:29	19:44	21:44	23:44	4:54
BENÓS	7:13	7:46	8:43	9:43	11:43		13:18		15:03	16:03	16:43	18:28	19:43	21:43	23:43	4:53
ES BÒRDES	7:10	7:43	8:40	9:40	11:40		13:15		15:00	16:00	16:40	18:25	19:40	21:40	23:40	4:50
ARRÒ	7:09	7:42	8:39	9:39	11:39		13:14		14:59	15:59	16:39	18:24	19:39	21:39	23:39	4:49
ERA BORDETA	7:07	7:40	8:37	9:37	11:37		13:12		14:57	15:57	16:37	18:22	19:37	21:37	23:37	4:47
BOSSÒST	7:04	7:37	8:34	9:34	11:34		13:09		14:54	15:54	16:34	18:19	19:34	21:34	23:34	4:44
LES	7:00	7:32	8:32	9:30	11:30		13:05		14:50	15:50	16:30	18:15	19:30	21:30	23:30	4:40
PONTAUT		7:30	8:30													

SABADOS - DOMINGOS - FESTIVOS

LLOC	LUNES A VIERNES			VIERNES					VIERNES						
	7:45	10:40	10:55	15:10	17:00	17:25	21:20								
BERET															
TANAU															
BAQUEIRA	8:05	9:30	11:05	12:30	14:05	15:30	16:30	17:30	19:05		21:30	0:30	4:20		
TREDÓS	8:08	9:33	11:08	12:33	14:08	15:33	16:33	17:33	19:08		21:33	0:33	4:23		
SALARDÚ	8:11	9:36	11:11	12:36	14:11	15:36	16:36	17:36	19:11		21:36	0:36	4:26		
GUSSA	8:12	9:37	11:12	12:37	14:12	15:37	16:37	17:37	19:12		21:37	0:37	4:27		
ARTIES	8:15	9:40	11:15	12:40	14:15	15:40	16:40	17:40	19:15		21:40	0:40	4:30		
GARÓS	8:19	9:44	11:19	12:44	14:19	15:44	16:44	17:44	19:19		21:44	0:44	4:34		
CASARILH	8:20	9:45	11:20	12:45	14:20	15:45	16:45	17:45	19:20		21:45	0:45	4:35		
ESGUNHAU	8:22	9:47	11:22	12:47	14:22	15:47	16:47	17:47	19:22		21:47	0:47	4:37		
BETREN	8:24	9:49	11:24	12:49	14:24	15:49	16:49	17:49	19:24		21:49	0:49	4:39		
VIELHA	8:25	9:50	11:25	12:50	14:25	15:50	16:50	17:50	19:25		21:50	0:50	4:42		
VIELHA	08:30	10:00		11:55		13:00	14:30	16:00	17:00	18:00	19:30	19:55	22:00	00:55	4:45
VILAC	8:32	10:02		11:57		13:02	14:32	16:02	17:02	18:02	19:32	19:57	22:02	0:57	
BETLAN	8:33	10:03		11:58		13:03	14:33	16:03	17:03	18:03	19:33	19:58	22:03	0:58	
AUBERT	8:35	10:05		11:59		13:05	14:35	16:05	17:05	18:05	19:35	19:59	22:05	1:00	
PONT D'ARRÓS	8:38	10:08		12:01		13:08	14:38	16:08	17:08	18:08	19:38	20:01	22:08	1:03	
BENÓS	8:39	10:09		12:02		13:09	14:39	16:09	17:09	18:09	19:39	20:02	22:09	1:04	
ES BÒRDES	8:42	10:12		12:03		13:12	14:42	16:12	17:12	18:12	19:42	20:03	22:12	1:07	
ARRÒ	8:43	10:13		12:04		13:13	14:43	16:13	17:13	18:13	19:43	20:04	22:13	1:08	
ERA BORDETA	8:45	10:15		12:06		13:15	14:45	16:15	17:15	18:15	19:45	20:06	22:15	1:10	
BOSSÒST	8:48	10:18		12:13		13:18	14:48	16:18	17:18	18:18	19:48	20:09	22:18	1:13	
LES	8:50	10:20		12:18		13:20	14:50	16:20	17:20	18:20	19:50	20:18	22:20	1:15	
PONTAUT															

horario de autobuses

SABADOS - DOMINGOS - FESTIVOS

	BERET		TANAU				10:15				15:10				14:55				
BAQUEIRA	7:40	8:50	9:50	10:20	11:50							13:50	14:50	16:50	17:50	19:50	22:20	0:20	
TREDÒS	7:35	8:47	9:47	10:17	11:47							13:47	14:47	16:47	17:47	19:47	22:17	0:17	
SALARDÚ	7:32	8:44	9:44	10:14	11:44							13:44	14:44	16:44	17:44	19:44	22:14	0:14	
GESSA	7:31	8:43	9:43	10:13	11:43							13:43	14:43	16:43	17:43	19:43	22:13	0:13	
ARTIES	7:29	8:40	9:40	10:10	11:40							13:40	14:40	16:40	17:40	19:40	22:10	0:10	
GARÒS	7:27	8:36	9:36	10:06	11:36							13:36	14:36	16:36	17:36	19:36	22:06	0:06	
CASARILH	7:26	8:35	9:35	10:05	11:35							13:35	14:35	16:35	17:35	19:35	22:05	0:05	
ESCUNHAU	7:25	8:33	9:33	10:03	11:33							13:33	14:33	16:33	17:33	19:33	22:03	0:03	
BETREN	7:23	8:31	9:31	10:01	11:31							13:31	14:31	16:31	17:31	19:31	22:01	0:01	
VIELHA	7:22	8:30	9:30	10:00	11:30							13:30	14:30	16:30	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	16:25	17:25	19:25	21:52	23:52	5:00	6:27
VILAC	7:20	8:20	9:20	9:50	11:20	12:50	13:25					14:20	16:20	17:20	19:20	21:50	23:50	4:59	6:25
BETLAN	7:19	8:19	9:19	9:49	11:19	12:49	13:24					14:19	16:19	17:19	19:19	21:49	23:49	4:58	6:24
AUBÈRT	7:17	8:17	9:17	9:47	11:17	12:47	13:22					14:17	16:17	17:17	19:17	21:47	23:47	4:57	6:22
PONT D'ARRÒS	7:14	8:14	9:14	9:44	11:14	12:44	13:19					14:14	16:14	17:14	19:14	21:44	23:44	4:54	6:19
BENÒS	7:13	8:13	9:13	9:43	11:13	12:43	13:18					14:13	16:13	17:13	19:13	21:43	23:43	4:53	6:18
ES BÒRDES	7:10	8:10	9:10	9:40	11:10	12:40	13:15					14:10	16:10	17:10	19:10	21:40	23:40	4:50	6:15
ARRÒ	7:09	8:09	9:09	9:39	11:09	12:39	13:14					14:09	16:09	17:09	19:09	21:39	23:39	4:49	6:14
ERA BORDETA	7:07	8:07	9:07	9:37	11:07	12:37	13:12					14:07	16:07	17:07	19:07	21:37	23:37	4:47	6:12
BOSSÒST	7:04	8:04	9:04	9:34	11:04	12:34	13:09					14:04	16:04	17:04	19:04	21:34	23:34	4:44	6:09
LES	7:00	8:00	9:00	9:30	11:00	12:30	13:05					14:00	16:00	17:00	19:00	21:30	23:30	4:40	6:05
PONTAUT																			

LINEA REGULAR DIÀRIA DE DILLUNS A DIVENDRES

ORARI DE TRANSPÒRT CASAU

8:35	14:30	CASAU	14:25	17:23
8:38	14:35	PARADOR	14:23	17:23
8:40	14:40	VIELHA (cine)	14:20	17:20
8:45		VILAC	14:15	17:15
8:55		VIELHA (centre escolar)	13:55	17:00

(1) Dimèrcles e dièndres

DISSABTES E VIGILIES DE HESTES

	BERET	TANAU			
2:50				2:20	4:20
5:53				2:17	4:17
2:56				2:14	4:14
2:57				2:13	4:13
3:00				2:10	4:10
3:04				2:06	4:06
3:05				2:05	4:05
3:07				2:03	4:03
3:09				2:01	4:01
3:10				2:00	3:58
3:15				1:52	3:57
3:17				1:50	3:56
3:18				1:49	3:55
3:20				1:47	3:53
3:23				1:44	3:50
3:24				1:43	3:49
3:27				1:40	3:46
3:28				1:39	3:44
3:30				1:37	3:42
3:33				1:34	3:39
3:35				1:30	3:35

VAL D'ARAN - LLEIDA - BARCELONA

SORTIDA	LLEIDA	BARCELONA	ARRIBADA	
VIELHA			AEROPORT	
8:00	8:45	9:45	10:15	Odiari
8:30	9:15	10:15	10:45	Odiari e dissabte
9:00	9:50	11:45		Dimèrcles
7:45	10:15			Enlèc AVE/AVANT Odiari
8:15	11:45	15:00		Odiari (feiners)
13:30	16:30	18:25		Odiari
17:30		21:45		Odiari

BARCELONA - LLEIDA - VAL D'ARAN

SORTIDA	BARCELONA	LLEIDA	ARRIBADA	
AEROPORT			VIELHA	
8:30	8:45	9:00	12:15	Odiari
	9:50		12:45	Odiari
	14:15	16:30	19:55	Odiari
		16:15	18:45	Odiari
			20:45	Odiari
15:30	16:00		20:45	Odiari
	16:45	19:00	22:00	Dilluns e Dissabte

ORARI DE TRANSPÒRT CANEJAN (dimèrcles)

10:00	CANEJAN	13:30
10:20	LES	13:10
10:30	BOSSÒST	13:00

ORARI DE TRANSPÒRT BAUSEN (dimèrcles)

11:00	BAUSEN	14:30
11:20	LES	14:10
11:30	BOSSÒST	14:00

ALSA	RENFE	ALSA	RENFE
vieilha → lleida	sortida renfe lleida	lleida → vieilha	arribada BARCELONA
5:30	9:10	9:40 ave	10:54
7:45	10:30	11:40 ave	12:54
7:45	10:30	12:05 avant	13:17
9:15	12:45	13:20 ave	14:25
13:30	17:10	17:40 ave	18:54

ALSA	RENFE	ALSA	RENFE
vieilha → lleida	sortida renfe lleida	lleida → MADRID	arribada MADRID
7:45	10:30	11:05 AVE	13:23
9:15	12:45	13:05 AVE	15:23

RENFE	ALSA	RENFE	ALSA
sortida renfe BARCELON	arribada LLEIDA	LLEIDA →	VIELHA
8:15 AVE	9:18	10:15	12:45
14:10	15:20	16:15	18:45

RENFE	ALSA	RENFE	ALSA
sortida renfe MADRID	arribada LLEIDA	LLEIDA →	VIELHA
7:30 AVE	9:38	10:15	12:45
13:30:00 AVE	15:38	16:15	18:45

¿CÓMO ELIMINAR LAS VARICES?

Las recomendaciones de la Sociedad Española de Angiología y Cirugía vascular, que comenté en el artículo anterior, son muy importantes para prevenir la aparición de las varices y detener su progresión cuando ya existen. En este último caso (varices visibles), si queremos eliminarlas debemos acudir a un procedimiento médico o quirúrgico. La mayor parte de las varices pueden ser tratadas con procedimientos médicos no quirúrgicos. Aunque tengan varios milímetros de grosor. Entre ellos, el más eficaz sigue siendo la esclerosis y microesclerosis de las varices.

La esclerosis vascular consiste en la inyección, en el interior de la vena varicosa, de una sustancia farmacológica que provoca la irritación de la pared interna de la vena y su posterior fibrosis. De este modo desaparece gradualmente la variz y la sangre circula por donde debía hacerlo, por las venas profundas de la pierna. El tratamiento se acompaña de medidas de compresión, vendaje o simplemente un apósito compresivo. De este modo el resultado es mejor y el número de sesiones se reduce a las mínimas posibles.

Las sesiones suelen ser semanales o cada 15 días. El número de éstas depende de la cantidad de varices, su extensión y la respuesta personal de cada paciente al tratamiento. Pueden aparecer hematomas que desaparecen con la aplicación de cremas recuperadoras en poco tiempo.

Las preguntas más frecuentes que se realizan en la consulta son las siguientes:

¿Esta técnica es dolorosa? La inyección se realiza con una aguja tipo insulina o más fina que permite realizar la técnica casi sin molestias para el paciente. Después del tratamiento se aplica una compresión, la mayor parte de las veces con medias ortopédicas. A veces existe una ligera molestia en la zona.

¿Vuelven a salir las varices? El problema de las varices es de circulación venosa crónica y se acrecienta con los factores de riesgo. Por ello es necesario controlar periódicamente para tratar las nuevas varices que van saliendo. Generalmente una vez al año.

¿Puedo seguir realizando mis actividades cotidianas? El tratamiento no interfiere la actividad diaria normal. Se aconseja no realizar ejercicio físico brusco ni tratamientos que produzcan calor en las piernas después del tratamiento y durante unos días.

¿Qué precauciones se deben tomar durante el tratamiento? Se debe evitar la exposición solar directa sin protección elevada y la ingesta de aspirina. Además es importante comunicar al médico cualquier tratamiento adicional que deba llevar, sobre todo si requiere reposo.

En general, siempre que la vena tenga un calibre que permita ver su trayecto, por fina que sea, se puede esclerosar. El tratamiento con láser es el de elección cuando hay manchas de color rojo o azulado. Además es necesario tener en cuenta el estado de la circulación profunda y los grandes troncos venosos de la pierna.

Dra. María José Cutando Longás
Médica colegiada nº 12.011



MEDICINA
NATURISTA Y
ESTÉTICA

Dra. M^a. José Cutando Longás

Medicina Estética.
Dietética, Nutrición y Dietoterapia

Médica colegiada nº 12.011

REJUVENECIMIENTO INTEGRAL DEL ROSTRO

- **BÓTOX (VISTABEL y AZZALURE):** Corrección arrugas faciales
- **RELLENOS:** Gruesas y finas arrugas, pómulos y labios
- **MESOTERAPIA FACIAL (Ac. Hialurónico, Vitaminas,...)**
- **PEELING MÉDICO:** Manchas faciales, aclaramiento.

Plaça Pas d'Arrò, 5 1º 3ª · 25530 VIELHA (Val d'Aran)
Tel. 661 68 64 84

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

INFORMACIÓ
GRATUITA
PREVIA CITA

Tema: Informática Básica, monta tú mismo un equipo Nivel : BASICO

PERIFERICOS

Son todos aquellos accesorios externos que se pueden conectar a nuestro ordenador.

Los más usuales son:
IMPRESORAS
TECLADOS Y RATONES
CAMARAS WEB (EXTERNAS)
PENDRIVER
JOSTICKS
MODEMS Y ROUTERS
LECTORES DE CD O DVD
HD EXTERNOS.
(cable ó inalámbricos)

En la actualidad, con los nuevos sistemas operativos de Windows, ya llevan los drivers incluidos para su instalación, en caso contrario es muy importante tener el driver del dispositivo para poder realizarla, ya que en caso contrario esta seria difícil de realizar.

Destacar que en los periféricos USB, es muy importante no tenerlo conectado al ordenador en el momento de la instalación ya que el mismo nos pide con posterioridad conectarse.



Tema: Pequeño vocabulario Nivel : BASICO

USB (Universal Serial Bus)

El USB es, sencillamente un tipo de conector para los periféricos (ratones, teclados, cámaras de fotos, teléfonos móviles, discos duros externos...).

Actualmente el USB más común es el 2.0, aunque el más moderno es el 3.0. Ambos tienen la misma forma y misma utilidad, variando la velocidad de transmisión de datos del dispositivo al ordenador. Utilizar uno u otro dependerá del puerto de conexión que disponga nuestro equipo.

Carolina Toló Vega / info@abanikoos.com



ABANIKOOS

Diseño web y promoción digital
Mantenimientos informáticos
Venta de productos informáticos y recambios
Instalación de TPVS

suporte@abanikos.com Tel. 646 833 877

una casa en el Valle

Martagon

En la terraza del Chalet de Les el cerezo silvestre (más bien guindo) parecía querer darnos envidia por gozar más cercano al agua del Garona, que se desperezaba al final de la tarde veraniega. Pero yo le hacía pan y pipa interiormente, acariciando con la mirada las cuatro varas de Lis Martagon, en su nido aguado de cristal, encima de la mesa grande redonda y blanca, a mi lado. Aquel día, claro de nubes, yo había ido al lago de Lauxio, y al lado de la pista de La Seuba, en un claro del bosque, había visto unas cuantas varas rosa-oscuras del Lis. Paré el a trotinado Seat 850, que en primera lo subía todo, y respetando todo el resto sólo cogí cuatro varas para Montse, dos con todas las corolas ya abiertas y las otras dos con la mitad de los capullos aún cerrados para que durasen más.

¡A Montse le encantaron y a los hijos les sorprendieron!. Miré un poco después la panorámica de Canejan, adivinando "mi" Bausen hacia la izquierda.

En la canal hacia Bordius y Artigossera dejé el coche recordando a la niña nacida hacía unos años en aquel pueblo casi abandonado, y que necesitó ser trasladada a la Maternidad de Lérida, según creo. Al meterme en el hayedo vi al enorme árbol famoso y seguí los lazos del camino hasta la cabaña de Lauxio, y pasando por la fuente llegué al lago, donde comí sin ver ninguna trucha. A la bajada, siempre en solitario, recordé cosas oídas de aquel pedazo de Aran. El traslado de un cazador, muerto al disparársele el rifle mal colocado al desayunar. La muerte de un aranés, llevado en una especie de parihuelas improvisadas, con resbalones y caídas en las pendientes

pronunciadas de una parte del camino. Mientras la tarde iba cayendo en la terraza, yo repasaba una nota de 1919 que no sé de dónde había salido. Decía. "Las estancias del Monte Pirineo", Rafael Sánchez Mazas, verano 1.919. Les: Casa de Madame d'Isbai; nos convida a cenar; vivía en Francia; afincada en Aran; tiene un piano que suele tocar Eduardo Aunó, tiene tres hijas (Catalina quinceañera); un plato con "Samurai" y una taza "Mousme" en el servicio de café; pintada la historia de "la Gitanilla" en la vajilla. Nos presta jacas negras para ir a la Artiga de Lin, pues tres amigos curas dirán la Misa allí.

Me pregunto si María Hauret, viuda de Descoux, que murió el 20 de marzo de 1.924 y que construyó el Chalet de Les, pudo ser la Madame d'Isbai, aun que con errores gramaticales difíciles de entender. Veo otra hoja grande de papel encima de la mesa, que es una fotocopia de una foto de la fachada del chalet, vista al entrar en Les por la carretera de Bossòst. En el ancho arco metálico encima de la puerta que da a las escaleras del jardín se leía "Chalet de Productora" para el que llegaba de Bossòst. En la amplia acera hay cuatro árboles, hoy desaparecidos, que nos hubieran impedido aparcar los coches; al otro lado de la carretera está la fachada de lo que creo fue un bar, cuyas paredes y tejado en ruinas, ya en desuso, servían a parejas amorosas, lo que recomendó a un Alcalde su tapiarlo. En la fotocopia, dos hombres y cuatro mujeres de pie esperan que el fotógrafo acabe, y ponen cara y posición de algo importante. ¿Quiénes serían?

Artículo escrito por D. Melquiades Calzado





SALON MONTAGNE PYRENEES

Du 7 au 9 d'octobre au Parc des Expositions du Comminges, à Saint Gaudens a eu lieu la deuxième édition du SALON MONTAGNE PYRENEES, qui s'est présentée comme une proposition du PEP (Plateforme événementielle des Pyrénées) en faveur de l'émergence et de la valorisation d'une image de marque « Pyrénées ».

La manifestation a eu pour objectif de réunir l'ensemble des acteurs de la montagne pyrénéenne, qu'ils soient professionnels ou non. Par la valorisation de son territoire transfrontalier, des nouvelles formes de tourisme, de sa richesse culturelle, de son patrimoine et ses produits locaux, il s'agissait d'affirmer une véritable identité « Pyrénées ».

Pour les professionnels, cela a été l'occasion de se retrouver, d'échanger, de s'informer, de prospecter. D'intéressantes conférences leur ont été proposées. Le grand public a pu découvrir et explorer toute la richesse de ce territoire. Certaines animations étaient destinées à privilégier aussi la dimension citoyenne de l'événement : débats, conférences, animations, jeux, groupes folkloriques, dégustation de produits régionaux, etc...

La Revue ARAN NAU et Radio Val Pirneios adressent leurs félicitations à l'Organisation pour ce magnifique Salon, qui nous a permis d'établir un vrai contact transfrontalier.

Bossòst da lum vèrda ara installacion d'un hilat de distribucion de gas

Eth Plen der Ajuntament de Bossòst a dat lum vèrda ath convèni entara installacion d'un hilat de distribucion de gas canalizat en pòble. D'aguesta forma, se faculte ar Alcalde ara signatura der acòrd damb era empresa Energia i Serveis entà pr'amor d'arténher era dotacion der hilat de GLP entath posterior subministrament as vesins interessadi. Era madeisha empresa assumiríe es òbres de plaçament der hilat e deth Centre de Magazematge.

Eth consistòri a aprovat inciaument eth Plan d'Ordenacion Urbanistica Municipau de Bossòst, que substituís as Normes Subsidiàries de Planejament coma esturment urbanistic entà amiar a tèrme era ordenacion integráu en tot adequar-la a çò que dispause era legislacion vigenta. Eth POUM serà sosmetut ar informacion publica per un tèrme de 45 dies a compdar de londeman dera darrèra publicacion deth corresponent anongi en BOP de Lleida e en Diari Oficiau dera Generalitat.

Er Ajuntament de Bossòst limitarà er orari deth mercat setmanau

Er equip de govèrn der Ajuntament de Bossòst proposarà ath plen dera corporacion, era aprobacion d'un acòrd entà establir er orari e es condicions pes quaus se regule eth mercat setmanau. D'aguesta forma, eth mercat seguirà era sua activitat cada dimèrcles, mès damb un orari de 8.00 h a 14.00 h, en tot auer arremassat era parada abantes des 15.00 h. Es comercants seràn obligadi a deishar er entorn atau coma l'an trobat abantes deth sòn plaçament. Eth Tinent d'Alcalde, Amador Marqués, a explicat que "atau com passe dejà en lèu toti es pòbles, auem volut concentrar era activitat deth mercat pendent

Es grops an dat eth sòn visteplatx unaním as prepauses der equip de govèrn entà regular er orari deth mercat setmanau e crear ua comission redactora entara redaccion d'un tèxte de reglament que regularà era ocupacion dera via publica per miei des terrasses. Er alcalde Francisco Rodríguez Miranda a declarat que "s'an aprovat fòrça ahèrs importants que sagen de melhorar era vida vidanta des vesins e prebotgen eth progrès de Bossòst entàs pròplèu ans".



eth maitin, qu'ei quan mès afluència recep, e establir ues condicions d'equilibri damb eth modèl comerciau de Bossòst e de respècte ar entorn e ara via publica, qu'era màger part de comercants ja complís".



Er Ajuntament promò un reglament entà regular es terrasses

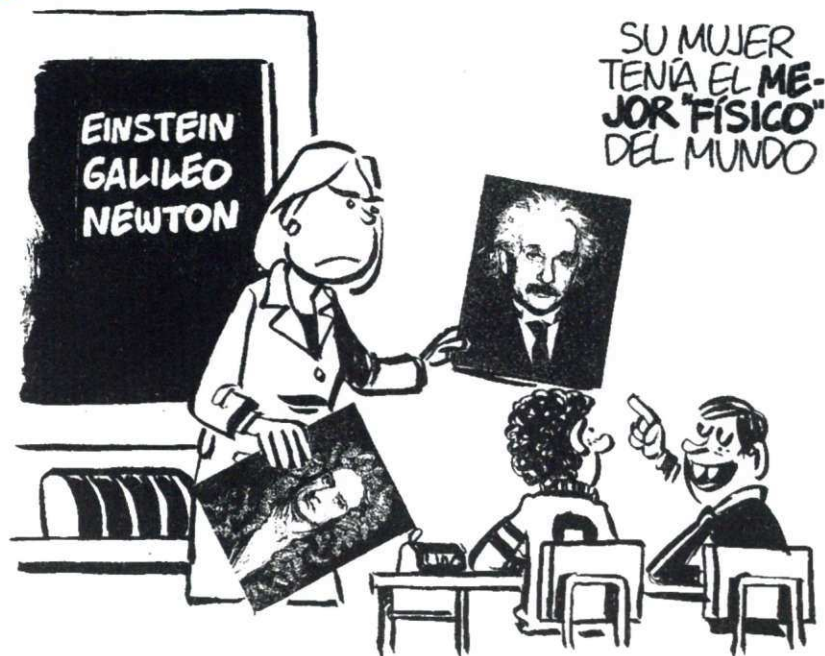
Se crearà ua comission redactora damb es sectors implicadi

Eth govèrn municipau der Ajuntament de Bossòst promò un reglament entà regular es terrasses deth pòble. Per aguest motiu, eth consistòri a previst crear ua comission d'estudis entara redaccion dera naua normativa damb es sectors implicadi, que s'aprovaríe ena pròplèu session plenària.

Era comission seríe formada per Alcalde, eth Tinent d'Alcalde coma còsso de Comèrc e Promocion Toristica, eth còsso d'Urbanisme e Via Publica, un membre deth grop d'UA-PM-PSC e un aute deth grop de CDA-PNA, eth president dera Associacion de Comercants e Empresaris de Bossòst o persona en qui delègue, eth president deth Grèmi d'Ostalaría dera Val d'Aran o persona en qui delègue, eth secretari dera corporacion e un tecnic der Ajuntament.

Eth Tinent d'Alcalde, Amador Marqués, a explicat que "vist eth besonh de regular era ocupacion dera via publica per miei des terrasses, ei fòrça important qu'er Ajuntament pòrte era iniciativa e fomenta era participacion de toti damb er objectiu d'arténher er equilibri entre, per un costat, era obligacion de preservar era accessibilitat dera via publica e eth respècte ar entorn, e, per un aute, garantir e promòir era activitat economica e eth dinamisme social des establiments damb terrasses".





SU MUJER
TENÍA EL ME-
JOR "FÍSICO"
DEL MUNDO



¡MIRA, PAPÁ!
¡EL REY ESTÁ
DESNUDO!



NO, NO, EJEM...
ES QUE LLEVA
UN VESTIDO
MUY AUSTERO

Pallarès



As de Mateau en Es Bòrdes auien ua vida tranquilla qu'auia estat satisfèta peth naihament d'un mainatge morenàs de uelhs grani e redoni, ath que meteren eth nòm de Jaime.

Hège temps que toti es vesins deth pòble parlauen d'ua hemna que viuie soleta ath cap deth pòble, dera que se didie qu'ère ua bruisha qu'auie realisat ja quauqui encantèrs e màgies. Totun, tostem quedaue en dubte des mès prudents, e cau dider que en Es Bòrdes en son fòrça de prudents, era creença de que aquerò non ère sonque comentaris mau intencionats dera gent que se descargauen ath dessús d'ua prauba hemna vielha que viuie soleta.

Tostemp i uie beth vesin qu'asseguraue que aquera hemna auie era facultat de moir es objectes a distància, de invocar esperits, de parlar damb es mòrts e de transformar-se en diuersi animaus. E assegurauen aguesti vesins que eth son poder la utilisauen continuament entà entrar en casa dera gent sense èster vista.

As de Mateau èren d'aquera classe de gent que non les credien totes aguères istòries. N'auien entenet a condar de molt semblantes, mès jamès auien auut cap de certesa dera existència de bruishes o semblants. Jaime creishie content. Ère un mainatge saludable qu'anau a complir eth sòn prumer an. Un dia, ath ser, ère tranquil, jugant ena sua cunhèra quan de patac se metec a plorar. Se li apropèc sa mair e le tranquillisèc en tot balançar-lo enes sòns braçi. Dempús d'aqueth ser e cada dia a boca de net que Jaime des dera su cunhèra sorprenie a tota era sua

familha en tot meter-se a plorar. Era mare e sa pare n'èren preocupats, parelhament coma eth rèste dera familha. Un dia decidiren observar e veigueren un gat nere que se passejaue peth cant dera cunhèra. È a londeman eth madeish gat que tanben e coma eth dia anterior passaue peth cant dera cunhèra e que tocaue damb era coa ath mainatge en moment en que Jaime se metie a plorar. Jaime non auie pòr des gats, donques que tostem les auie vist en casa e ath long deth dia les tocaue diuersi viatges, mès cada dia qu'observauen veiguen que Jaime se metie a plorar en moment en que aqueth gat nere li passaue ben a pròp. E, decidiren que londeman demorarien ath gat entà flocar-li un bon patac e que non tornèsse jamès e veir s'atau evitauen es plors cada dia mès desesperats de Jaime.

E londeman eth pare se placèc ena pòrta damb un balhon e era mare ena hièstra damb era baleja. Quan apareishèc eth gat es dus que le floquèren patacs de baleja e balhoades en tot que eth gat mieulaue e s'escapaue per a on podie.

Aqueth vèspe Jaime non plorèc, e non tornèc a plorar cap mès de vèspe. E causa des causes aquera que de molt didien qu'ère ua bruisha londeman s'auèc de quedar en lhet damb era pauta trincada. Se sigueren es balhoadas, es patacs dera baleja o bèra auta causa... qui ac sap?

*Entrevista a Concepcion Redonets eth 26.12.89
Entrevistadora . Soledad Tamarit*

Hace 5 meses ya, concretamente a mitad del mes de Mayo hasta finales de Junio de este mismo año, que, como muchos dada también su participación, de primera mano saben, se realizó de forma totalmente altruista en la Val D'Aran la campaña solidaria:

"NO TIRES LA TOALLA," Y " ¡TOTI EM LORCA!".

A través de recogida en distintos puntos del valle de Aran, así como supermercados, se enviaron a Cáritas Murcia, Asamblea local de Cruz Roja, Recinto Sta Quiteria, y a la zona de acampada habilitada a los refugiados del desastre, productos de necesidad y aseo, tales como toallas nuevas o usadas, ropa de cama, mantas, y haciéndose extensible a petición de muchos interesados donantes, la dacción de ropa e incluso juguetes para los niños afectados y acampados en la región de Lorca tras el trágico terremoto que sufrieron en la zona el mes de Mayo.

Por ello, una vez más tengo ocasión, de escribir a través de esta página de interés general, para volver a manifestar Inmesurable Agradecimiento, y, aunque esta vez en términos muy distintos, no sólo en mi nombre, y a través de la asociación "Toma su mano" de la cual formo parte, sino, honradamente prestando la voz a aquel colectivo más desfavorecido de la región de Lorca en Murcia, que, de la noche a la mañana, por motivos adversos de la naturaleza, sufrió, y se vio en la calle privado de las necesidades más básicas como alimento e higiene, así como de la seguridad y calor de su hogar.

Agradecimiento de todo corazón, especialmente dirigido a aquellas personas que aportaron su granito de arena, y...!! Su toalla! así como a aquellas empresas emplazadas en la Val D'Aran que en respuesta a mi petición personal y en nombre de ésta, así como otras Asociaciones Solidarias, y club de fans Michael Jackson desde dónde llegó y nació, la iniciativa de "No tires la toalla" realizando lo propio desde Cataluña y otros puntos de España, y, prestando así, de forma altruista y desinteresadamente su apoyo y ayuda.

También dar gracias a aquellos/as que quisieron ser partícipes posteriormente, haciéndoseles tarde, al haber llegado a su fin la fecha de termino para los envíos sin coste,

así como sobre todo a aquellas empresas de envío 24 horas, que voluntariamente y por la causa, hicieron un doble esfuerzo prorrogando unos días más la campaña de recogida gratuita de envíos a Lorca, sin las cuales hacer llegar esa tan necesaria ayuda en forma de kilos, no hubiese sido posible.

Dicho esto, y haciéndolo extensivo a la solidaridad de todos los araneses y personas residentes en el valle y fuera de él, gracias a todos una vez más por su generosidad y su compasión en nombre propio y de la asociación Toma su mano, así como demás Asociaciones que han constituido el Comité de ayuda a Lorca.

Fôrça Graciès entà Toti pera vòsta Solidaritat!

Sylvia Siles Rodriguez

www.tomasumano.es

sylvia@tomasumano.es

En el próximo número se publicará la carta de agradecimiento del Alcalde de Lorca



Era melhor publicitat

SOLUCIONES A LOS PASATIEMPOS

Damero con asistencias:

El día que el hombre se dé cuenta de sus profundas equivocaciones, habrá terminado el progreso de la ciencia.

Quisicosa:

Nº5. De una figura a la siguiente, todas las letras se desplazan un cuarto de vuelta en el sentido de las agujas del reloj.

Sopa de letras:

OTAPISATICRONAS
 RIRSABEDEMETERBO
 ILOONQUEOSNOIR
 CATERMPEJAM
 QUILINOCNITEAIC
 NUNASULUMOTLA
 IPEINAELOREPHE
 SAFOEINAPOLONFII
 ACATTIMINOSASIRAC
 TOMITUNISIESONNO
 QUILISEQUAIIODDOT
 UARTIMOSNODAILI
 EMIURINACOLETA
 T SIAATENENRN
 ONBUENELSUI

A medias:

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

Suplemento Mensual GRATUITO

Made IN

VIVRE LA MONTAGNE

Cuchon

NOVIEMBRE
2011



AraNau
era revista dera Val d'Aran

Made in Luchon



PORTADA DE LUCHON
CHATAIGNES

Foto: M. Emportes
Oficina de Turismo de Luchon

Edición:
NAU ARAN S.C.P.

Impresión:
Indugraff Offset

Maquetación y Diseño:
Alexia Grustan.
Directora Comercial:
M^o Rosa Puig.

Director de redacción:
Jorge López Pallarés.

Tirada:
5.000 ejemplares

Depósito legal:
1-1145-08

Distribución:
Gratuita

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

SUMARIO	Luchon	2
	Venir a Luchon	4
	Luchon Forme et Bien-Être	6
	Vaporarium	7
	Índice anunciantes	62

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



Esthétique

Passion

Beauté

Parfumerie Esthétique

Danièle

24 allés d'Étigny - 31110 - LUCHON
05 61 79 11 68

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



Construisez la maison de vos rêves...
Une maison qui vous ressemble...

C'est possible!

MATÉRIAUX NOBLES:

Pierre, ardoise, bois, marbre

GROS CEUVRE et INTÉRIEUR



**CONSTRUCCIONES
ANPEMA 2001 S.L.**



Ouvert du lundi au vendredi 9/13h 14/18h

www.construccionesanpema.es - anpema2001@aranweb.com

Bureau de Bossost · Tél. +34 973 64 73 21



HAUTEGARONNE
CONSTRUCCIONS ET EXCAVATIONS

51, Rue de la République · 31800 SAINT GAUDENS

Tel. 00 33 561 94 47 68

info@hgbatimentexcavation.com

www.hgbatimentexcavation.com



Parrilladas a la piedra

Raclettes al fuego
de leña

Deliciosas Fondues

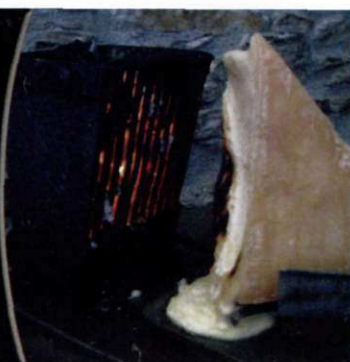
ABIERTO TODO EL DIA

30, Allées d'Etigny

31110 LUCHON

Tel. 00 33 561 945 945

www.lacremaillere.fr



Luchon
Superbagnères

espabila... marxem ja!

Oferta especial Reis

7 nits + 6 dies esquí

a partir de

735€



la tarifa nen
és fins els
18 anys!



altiservice.com



altiservice
professions montagne

Luchon
Superbagnères

aquí, els grans paguen
com els petits



Pack família
Allotjament 4 pax
+ 2 dies d'esquí

a partir de

270€



la tarifa nen
és fins els
18 anys!

altiservice.com


altiservice
professions montagne

Vaporarium natural

Luchon

FORME & BIEN-ÊTRE

único en Europa

Vaporarium
HAMMAM NATUREL
UNIQUE EN EUROPE
+ Piscine
EN EAU THERMALE
15
EUROS

Ven a descubrir nuestros cuidados
consultando nuestra nueva WEB
www.luchon-bien-etre.fr

Espacio dedicado a puesta en forma y bienestar,
con sus nuevas y magníficas 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: 00 33 5 61 79 22 97 / Fax: 00 33 5 61 79 72 41

info@luchon-bien-etre.fr www.luchon-bien-etre.fr

Presentando este
cupón le aplicaremos
una tarifa de 13 €, precio
especial para los lectores
de Aran Nau, en lugar del
precio normal que es de 15€
(este cupón sirve para varias personas)

El «Vaporarium»; Hamman Natural único de 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 hamman 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 período 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

Un domini esquiable únic i molt a prop, barrejant esquí i termalisme. De fàcil accés des del centre del poble amb un telecabina que connecta el cor de les pistes en menys de 10 minuts. 32 km de pistes per a tots els nivells: zones temàtiques, Snowpark, Kidpark i pistes de trineu.

En poc temps pel túnel de Vielha!

tarifes 2011/2012

Dates d'obertura: del 3 de desembre 2011 al 25 de març 2012
Tancament del 12 al 16 de desembre 2011

	TARIFA NORMAL de 12 a 64 anys inclòs	TARIFA REDUÏDA de 5 a 11 anys seniors 65-75 anys	ESTUDIANTS -28 anys
1 DIA <small>estiuenc</small>	20 €	17 €	
1/2 DIA <small>a partir de les 13.00 h</small>	25 €	21 ⁵⁰ €	
Peix DIA <small>a partir de les 11.00 h</small>	28 ⁵⁰ €	24 ⁵⁰ €	
1 DIA	30 €	26 €	22 ³⁰ €
1 DIA +BALNEÓ*	32 €		
2 DIES	58 €	50 €	
3 DIES	87 €	75 €	
4/7 DIES	115 €	99 €	
5 DIES	134 €	114 €	
6 DIES <small>comarcals</small>	150 €	130 €	112 ⁵⁰ €
7 DIES	168 €	145 €	
DIA <small>ANCIANAL a partir de 7 dies + 1</small>	18 €	15 €	
TEMPORADA	420 €	338 €	
TEMPORADA <small>ANTICIPADA abans 01/12</small>	330 €	265 €	

PREU
COMARCALS
A
5x1
DIES

*Fora de les vacances escolars.



altiservice
professions montagne



packs família

la tarifa
nens
és fins als
18 anys!

week-end
134 € 
m'estalvio fins a **40 €**

6 dies
515 € 
m'estalvio fins a **85 €**

1 dia
106 € 
m'estalvio fins a **14 €**

week-end
178 € 
m'estalvio fins a **54 €**

forfet 1 dia **amb myaltiski**

tarifa **ESTACIÓ***
a partir de
30 €

* Forfet de dia en tarifa normal.

tarifa **MYALTI**
a partir de
15 €



espavila, paga menys!

subscripció

5

fins a un
50%
de descompte

sense
passar
per caixa



compra
el teu forfet
des de casa!

altiservice.com

sol·licita la teva targeta:

 **NºIndigo 0 820 201 740**

* Vàlid des de França

0,30 € TTC / MN

myaltiski.com





Entreprise de construction

Toute sorte de travaux
de transformation

Avd. Castiero, 17 2° 5°

25530 VIELHA

Telf. 0034 676 658 639

granaran@granaran.com

www.granaran.com

índice anunciantes

CARPINTERIAS
Clapers & Piqué (Vielha)

10

PERFUMERIAS Y ESTETICA
Danielle Perfumerie
(Luchon)

2

CONSTRUCCIONES
Anpema 2001 (Bossòst)
Gran Aran (Vielha)

10

10

RESTAURANTES
La Cremaillère (Luchon)

3

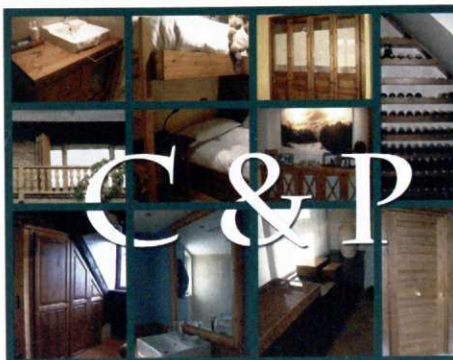
ESTACIONES DE ESQUI
Luchon Superbagnères

4/5

8/9

TERMAS
Luchon Forme et Bien Être
(Luchon)

6/7



MENUISERIE
CLAPERS & PIQUE

Tous travaux de
menuiserie.

Meubles et cuisines
sur mesure

Spécialistes en escalier.

Devis gratuit sans
engagement

Appelez-nous ou venez nous voir:

Pol. Ind. Aiguaprima, nau 6
25530 - VIELHA (Val d'Aran)
Tel / Fax: +00 34 97 3 64 05 39
claperspique@claperspique.com



PEYRAGUDES ACCUEILLERA LE TOUR DE FRANCE : Jeudi 19 juillet 2012

En prévision de l'étape du Tour de France 2012 « Luchon-Peyragudes » qui aura lieu le jeudi 19 juillet, Michel Pélieu : Président de Peyragudes, Noël Lacaze : Directeur de la station, François Mur : Maire de Germ, François Fortassin : Sénateur et Vice-Président du Conseil Général, Isabelle Pélieu : Directrice de H.P.T.E. et Marc Bruning : Directeur du Service des Sports du Conseil Général des Hautes Pyrénées ont accueilli le mercredi 19 octobre, Christian Prudhomme, Directeur du Tour qui est venu sur place pour présenter cette étape phare du Tour de France 2012.

Christian Prudhomme s'est aussi souvenu que Peyragudes avait accueilli en juin 2010 l'arrivée d'une étape de la Route du Sud remportée par Frédéric Moncassin, et à ce propos il a rendu hommage à l'organisation de La Route du Sud, qu'il considère comme une « rampe de lancement » pour le Tour de France qui souvent s'inspire des étapes de cette épreuve.

L'arrivée du Tour de France pour la première fois de son histoire à la station de Peyragudes aura évidemment un fort impact au niveau national ainsi qu'à l'international. Cette première historique a été

l'occasion de rappeler une toute autre page de l'histoire de la station : le tournage du film James Bond « Demain ne meurt jamais » en 1997 au sein même de la station.

Christian Prudhomme a aussi souligné l'investissement des élus locaux dans cet événement et leur sens de l'accueil en insistant sur le fait que « le Tour appartient aux régions » et en citant un enfant à qui l'on demandait quel était son rêve et qui répondit : « Mon rêve c'est que le Tour passe chez moi ».

Le rêve de Peyragudes se réalisera enfin le jeudi 19 juillet 2012.....



índice anunciantes

ALQUILER MAQUINARIA <i>Calvo (Vielha)</i>	15	FOTOGRAFIA <i>Aran Color (Vielha)</i> <i>Manuel Tamayo</i>	21 7	POMPAS FUNEBRES <i>Funeraria Borrás (Vielha)</i> <i>Funeraria Saura (Vielha)</i>	21 21
ASESORIAS - GESTORIAS- ABOGADOS <i>Cadion (Vielha)</i> <i>J. Toló i Associats (Vielha)</i> <i>Cudos (Vielha)</i>	5 7 5	INFORMATICA <i>Vielha Computer (Vielha)</i> <i>Abanikos (Vielha)</i>	5 29	RESTAURANTES <i>Era Tiurna (Les)</i>	12
CARPINTERIAS -MADERAS <i>Fusteria Clapers Piqué</i> <i>(Vielha)</i>	3	INMOBILIARIAS -PROMOTORES <i>Eth Puntet (Vielha)</i> <i>Gran Aran (Vielha)</i> <i>Sebasaran (Vielha)</i>	3 7 23	SEGUROS <i>Mapfre (Vielha)</i>	5
COMIDAS PARA LLEVAR <i>Asador Garona (Vielha)</i>	21	LAVANDERIAS- TINTORERIAS <i>Jonerick (Betren)</i>	16	TALLERES AUTOMOVILES <i>Talleres Garona (Vielha)</i>	9
CONSTRUCCIONES <i>Gran Aran (Vielha)</i>	7	SERVICIOS -MANTENIMIENTO- LIMPIEZA <i>Jairo José Piñero (Vielha)</i>	21	VENTA DE LEÑA <i>Ets Denard</i> <i>Jairo José Piñero (Vielha)</i>	9 21
CORTINAS y TAPICERIAS <i>Magatzems Sant Jordi</i> <i>(Llérida)</i>	15	LIMPIEZA DE CHIMENEAS <i>Limpiezas de Chimeneas</i> <i>(Sort)</i> <i>Jairo José Piñero (Vielha)</i>	12 12	VETERINARIOS <i>Aran Veterinaris (Vielha)</i>	7
ELECTRODOMESTICOS <i>Electrónica M. Perailes</i> <i>(Vielha)</i>	9	MEDICINA. ESTETICA <i>Dra. M^a José Cutando</i> <i>(Vielha) - 28</i> <i>Dra. Cristina Cabero Riera</i> <i>(Vielha) 3</i>	28 3		
ESCUELAS <i>Escola Musicau Val d'Aran</i> <i>(Vielha)</i>	11	MODA - LENCERIA <i>Novetats Codina (Bossòst)</i> <i>Boutique Mainadera (Les)</i>	9 3		
FLORISTERIAS y JARDINERIA <i>Jairo José Piñero (Vielha)</i> <i>Eth Jardinet (Vielha)</i> <i>Horticulture Pradel</i> <i>(Luchon)</i> <i>Flors e Floretes (Vielha)</i>	23 17 7 15	PINTORES <i>Pinturas Nassare (Bossòst)</i> <i>Jairo José Piñero (Vielha)</i>	11 23		
FONTANERIA- ELECTRICIDAD <i>Fontanería Busquet (Les)</i>	9				



deportes



cultura

y mucho más...
MADRID
Luchon

Oficina de Turismo de Luchon

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



bienestar

