

era revista dera Val d'Aran

Nº 33

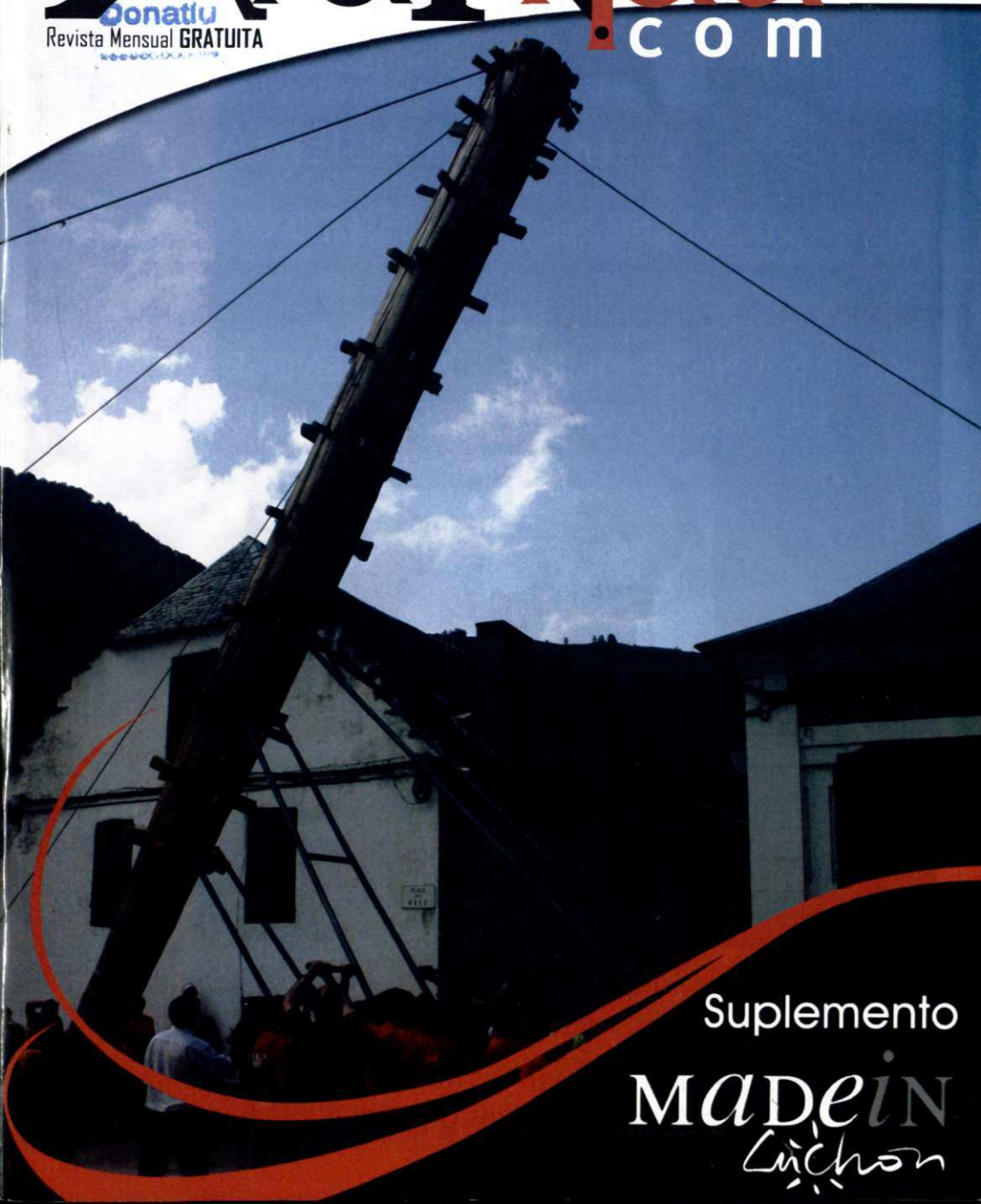
R. 9498

JUNH
2011

AraNau

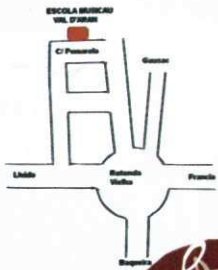
com

Revista Mensual GRATUITA



Suplemento

Madein
Luchon



ESCOLA MÚSICAU
VAL D'ARAN

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

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

BANDA MUSICAL Y BATUCADA INFANTIL



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

QUE NADIE SE QUEDE SIN APRENDER MUSICA, LA MUSICA DA ALEGRIA A TU VIDA.....



Para el próximo curso preparamos cursos de:

Kundalini Yoga - (Yoga con música)

Todo tipo de bailes

Producción de música electrónica con ordenador

Todos nuestros profesores son titulados

PRECIOS ESPECIALES

Os informamos que la Escuela permanecerá abierta
los meses de julio y agosto.,

Para cualquier información les atenderemos personalmente
de Lunes a Jueves de 17 a 20 horas



Luchon MTS Loc · Services · Shop · Tour

- Alquiler de bicicletas de montaña y de carretera
- Taller de reparación
- Boutique textil y accesorios
- Recepción de grupos y organización de circuitos a la carta

LUCHON MOUNTAIN BIKE

4, place du Camminges · 31110 LUCHON

Tel/Fax: 0033 561 79 88 56 · mtomag@sfr.fr

www.luchon-mountain-bike.com

Jean Louis Sanson & Magali Plaza



"Otra fotografía de bodas es posible"

www.maneitamayophoto.com



629 872 709
 646 759 074
info@maneamayophoto.com



diablillos

puericultura
 moda infantil
 de 0 a 2 años

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

PRADEL HORTICULTURA

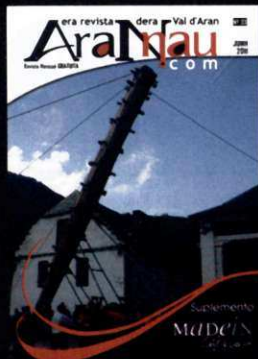
Plantas y Flores
 Plantel para huertos
 Tierra - Abonos
 Venta al detalle

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



AraNau

era revista dera Val d'Aran



ERA QUILHADA DER HARO DE LES
Foto: Torisme Val d'Aran
(Alberto López)

Edición:

NAU ARAN S.C.P.

Impresión:

Talleres Gráficos Vigor

Maquetación y Diseño:

Alèxia Grustan.

Directora Comercial:

M^a Rosa Puig.

Director de redacción:

Jorge López Pallarés.

Tirada:

7.000 ejemplares

Depósito legal:

1-1145-08

Distribución:

Gratuita

Nau Aran, S.C.P.

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

SUMARIO

- 6 Sonque aran
- 8 Agenda en aran
- 10 Era val d'auti tempsi
- 12 Masquesqui
- 14 Comic
- 15 Teléfonos de interés;
- 16 Anuncios económicos
- 18 Consejos de jardinería
- 19 Trucos
- 20 Recetario
- 24 Gent d'Aran
- 26 Horóscopo
- 30 Horarios de autobus
- 32 Mascotas
- 36 Pasaratos
- 37 Medicina y estética
- 38 Temas de asesoría
- 39 Parlam aranes
- 40 Nuevas Tecnoligías
- 55 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



Excepcional casa de diseño en Vilamós 495.000 €



Ático 3 Hab. Garaje individual Nuevo (Vila)



Ático Duplex Nuevo en Mont. 3 hab. 195.000 €



Casa de 5 Hab. Vielha Con gran jardín



Ático Nuevo en Bossòst 2 hab. 225.000 €



Alquiler en Vielha Triplex de 3 habitaciones

Puntet

Immobilària

Gestió Integral de Obres

Alquileres

Reformas

Compra, venta de inmuebles

Obra Nueva y Segunda Mano



www.puntet.com

info@puntet.com

Passej dera Libertat 12

Vielha

973 64 25 31

605 87 98 36

Servicios Informáticos

Páginas Web's

Reparación

Mantenimiento



VIELHA COMPUTER

Software

Consumibles

Audio-Visuales

Venta de equipos

Tel.: 973.64.10.53

info@vielhacomputer.com

www.vielhacomputer.com

Av. Castiero Nº 15, local 13

25530 Vielha - LLeida



Submergeix-te en les aigües sulfurades de
TERMAS BARONÍA DE LES

Pendent eth mes de **mai** daurim es:
diuendres, dissabtes e dimenges.

Durante el mes de **mayo** abriremos los:
viernes, sábados y domingos.



Consulte es promocions a:

facebook o www.termasbaroniadeles.com

Eth Conselh Generau mielhore er accés ara capèla de Sant Joan d'Arròs

Eth Conselh Generau d'Aran a mielhorat er entorn e es accèssi ara capèla de Sant Joan d'Arròs. Eth Gèvern aranés a condicionat un nau camin d'accés que facilite eth pas enquiath petit temple. Ath delà, s'an amiat a tèrme trabalhs de limpiesa, manteniment e desbrossament de vegetacion. Era actuacion, qu'a desvolopat era empresa publica SAVA S.L., a suposat ua inversion de 10.000 èuros.



Eth Crist d'Escunhau retorne ath renauit Musèu dera Val d'Aran

Eth Crist d'Escunhau, ua pèça plan emblematica deth Romanic tardan, a retornat ath renauit Musèu dera Val d'Aran. Se tracte d'ua magnifica talha de husta deth Crist clauat ena Creu. En tot profitat eth barrament deth musèu pes òbres de remodelacion, dejà ena fasa fina, eth Conselh Generau encomanèc era restauracion dera òbra ara empresa TdArt.

Era assolidament dera policromia s'a amiat a tèrme en Centre de Restauracion de Béns Mòbles dera Generalitat, en Valldoreix, en tot compdar damb era supervisió tecnica des responsables d'aguest centre.. Es dues pèces, tant eth Crist coma era Creu, sauven bona part dera policromia originau. Era cara anteriora dera creu, sus era quau s'empare eth Crist, presente ua policromia en retlèu damb motius floraus. Ena cara

posteriora, s'i represente er Agnus Dei e es quate evangelistes



Eth sindic demane a Baquèira Beret un forfait adaptat as besonhs dera joenessa d'Aran

Eth sindic d'Aran, Francés Boya, a rebut lèu 1.000 signatures de joeni e joenes dera Val d'Aran, que demanen un forfait adaptat as sòns besonhs, en tot tier en compde factors coma es despenes generades en estudiar dehòra dera Val d'Aran. Per aguest motiu, eth sindic ja adreçc en abriu ua carta ara estacion de Baquèira Beret entà tier en compde aguesta demana e sollicitar era possibla rebaisha deth 50 % deth forfait entàs joeni e joenes de 16 a 25 ans d'edat. Eth sindic reconeish er esfòrç que Baquèira Beret realize cada an entà facilitar qu'era gent dera Val pogue practicar er esquí e gaudir dera estacion, mès entà pr'amor de garantir era practica der esquí per part dera joenessa

aranesa e en tot tier en compde era situacion de crisi economica de fòrça familhes, Boya se vò ahiger ara demana sociau entà aquerir un forfait mès economic e, per açò, ja a iniciat un procés de converses damb es directius dera empresa.



Eth Conselh mielhorarà er entorn dera residencia e i plaçarà un airau de léser

Eth Conselh Generau d'Aran aprovèc, en session plenària, ua modificacion deth sòn pressupòst entà destinar 120.000 èuros ara urbanizacion der entorn dera naua residència geriatrica de Sant Antòni. D'aguesta forma, se dignificarà eth perimètre dera bastissa e se plaçarà un airau de

léser, plaçat en zòna vèrda, entath gaudi dera gent grana.

De cara ara pròplèu sason de primavera e ostiu, s'an abilitat 50.000 èuros mès entara conservacion e manteniment des camins forestaus, e 60.000 èuros mès entara mielhora des airaus recreatius de montanha



talleres **GARONA**

carrocería y pintura del automóvil

Instalación de láminas de control solar, homologadas
Venta de cadenas textiles / Sustitución de lunas

Políg. Mijaran, Nave 3 / 25530 VIELHA

Tel. 973 64 02 09 / Móvil 619 03 55 71 / talleresgarona@gmail.com

Fontanería



BUSQUET S.L.

Calefacción

Instalaciones de gas

Energía solar...geotérmica

Aire acondicionado

Instalaciones para hostelería

Cocinas industriales

Colaborador

REPSOLGAS

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



Madre Tierra

Homeopatía

Reflex. Podal

Quiromasaje

Reiki

Técnica Metamórfica

Venta Productos Naturales

On parle français

Maite Onco Barella

c/ Closes, 29 bajos

VIELHA

Tel. 625 725 219



WWW.FINQUES-SAPLAN.COM

GESTIÓN INMOBILIARIA - SERVICIO DE LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO



CASA ADOSADA CON 5 HAB.
CON PEQUEÑO JARDÍN.
220.000.€



APARTAMENTO CON
DOS HAB. 2 BAÑOS, PLAZA
PARKING, TRASTERO,
AMUEBLADO.
180.000 €



PISO CON TRES HAB.
CON VISTAS, IMPECABLE,
1 BAÑO, COCINA CERRADA Y
MUY AMPLIA, COMEDOR
CON CHIMENEA, PLAZA
PARKING
200.000 €



PISO DE DOS HAB. COCINA
CERRADA, DELANTE
DEL RIO. TRASTERO,
1 BAÑO.
160.000 €

ALQUILER DE OBRA NUEVA DESDE 530 €/MES. 3 HAB+JARDIN

c/ Sant Jaume, 9 · 25540 LES (Val d'Aran) · info@finques-saplan.com

Tel. 973 64 84 69 · 609 20 88 03

Actividades en Aran

Junio 2011

Del 27 de mayo al 22 de junio:
EXPOSICIÓN. "La lucha por la oportunidad de vivir". Exposición itinerante del Instituto Catalán de la Mujer. En Vielha.

Día 12: ROMERÍA DE SAN ANTONI. Romería a la capilla de Sant Antoni en Bossòst.

Día 12: PETANCA. A partir de las 10h Torneo Internacional de Petanca en Les. www.turismoles.com

Día 12: ROMERÍA DE SAN MARTÍ DE CURILLA. Romería a la capilla de San Martí de Curilla en Gessa.

Día 17: FIESTA DE ARAN. A las 10:30 desfile de banderas llevadas por los representantes de cada "Terçon" hasta el Santuario de Nuestra Señora de Mijaran, a las 11:00 Misa, a las 12:00 acto institucional de la fiesta de Aran en las ruinas del antiguo santuario, seguido de bailes araneses y aperitivo para todos los asistentes. A las 18:00 juegos infantiles en el parking de las antiguas casernas militares de Viella. www.conselharan.org

Día 19: ROMERÍA DE LA ARTIGA DE LIN. Romería a la capilla de la Artiga de Lin.

Día 23: CREMA DETH HARO. La vigilia de San Juan se enciende el tronco del abeto más grande del bosque. Cuando hace un rato que se quema, se tira a tierra y se arrastra por todo el pueblo hasta llegar a casa del alcalde. Durante todo el recorrido los jóvenes saltan por encima del « taro » al son de la música de la charanga y acompañados por los correfuegos. En Arties. www.nautaran.org

Día 23: CREMA DER HARO. "Er Haro", un tronco de abeto de unos doce metros plantado en medio de la plaza, es quemado la noche de la verbena de San Juan, y a su alrededor se desarrolla una fiesta llena

de color, fuego y bailes tradicionales araneses. En Les. www.turismoles.com

Día 24: FIESTA MAYOR DE SAN JUAN DE BENÓS. Numerosas actividades en Benós.

Día 24: FIESTA MAYOR DE SAN JUAN DE ARTIES. Numerosas actividades a realizar durante varios días en Arties. www.nautaran.org

Día 24: FIESTA MAYOR DE SAN JUAN DE LES. Numerosas actividades a realizar durante varios días en Les. www.turismoles.com

Día 25: FERIA DE BOSSÒST. Mercado al aire libre en Bossòst.

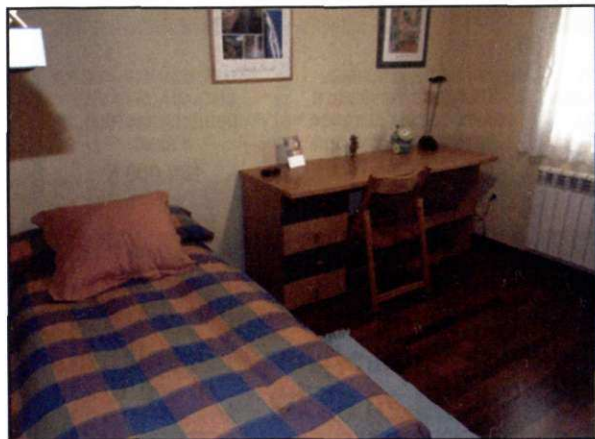
Día 26: PITCH AND PUTT. Torneo Baqueira-Beret en el P&P de Saldarú.

Día 29: ERA QUILHA DER HARO. Un tronco de unos doce metros, conocido como "Er Haro", después de haber sido abierto con cuñas de madera en su parte superior, es erguido por los vecinos del pueblo en medio de la plaza, para después ser quemado la noche de San Juan del año siguiente. Con música en directo y bailes tradicionales araneses. www.turismoles.com

Día 29: FIESTA MAYOR DE ESCUNHAU. Fiesta en honor a San Pedro en Escunhau. Numerosas actividades a realizar.

Día 29: FIESTA MAYOR DE GESSA. Fiesta en honor a San Pedro en Gessa. Numerosas actividades a realizar.

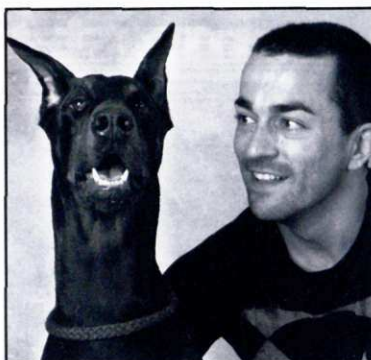
Si quiere anunciar alguna actividad social, deportiva y/o cultural que se vaya a celebrar en el Valle de Aran próximamente, puede enviarnos la información a jorge@arannau.com para que sea publicada.



BOSSÒST

SE ALQUILA HABITACIÓN, EN CASA GRANDE, SOLEADA Y TRANQUILA, CON JARDÍN. AMBIENTE AGRADABLE. 300 € AL MES CONTODOS LOS SERVICIOS DE LA VIVIENDA INCLUIDOS.

tel. 669 75 66 77



precio especial

foto con tu mascota

A. Ruiz -fotógrafo-
Tél. 607837610



HOSTERÍA CATALANA
HOTEL - RESTAURANT

CON TODO EL ENCANTO DEL BAIX ARAN

Tel. 973 64 82 02 - FAX 973 64 80 58
e.mail: info@hotelhosteriaatalana.com
www.hotelhosteriaatalana.com

c/ PIETAT, 34
25550 BOSSÓST

**NOVEDAD
AUTOBRICOLAJE**



FUSTERIA CLAPERS & PIQUE

Haz tu propio bricolaje con el asesoramiento de un profesional.
Venta de toda clase de tableros, listones y material de carpintería
al mejor precio. Infórmate en el 973 64 05 39

Assessorament



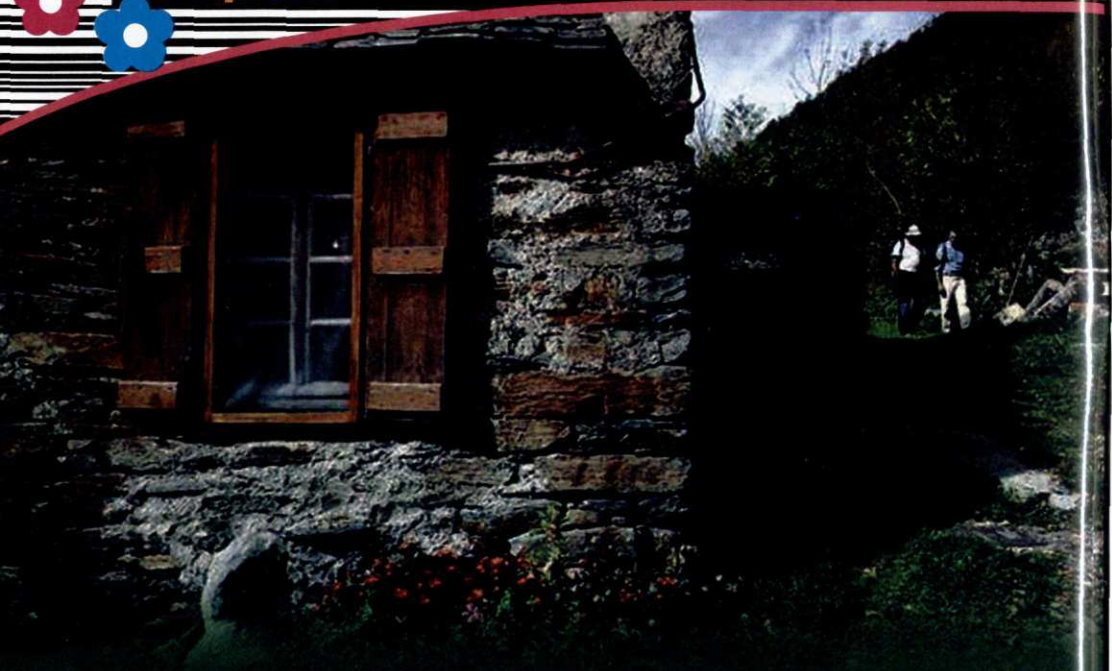
**LABORAU
FISCAU
COMPTABLE**

973 64 20 79

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

era Val de d'auti temps

Cisqueta



Cisqueta ei polida, pòga causa, de uelhòts petiti e espaviladi e de mans expressives e deformades pera artròsi, mès que's botgen constanment, en tòt arturar-se ath cant dera tèsta, entà, a ritme acompasat, pronunciar ua paraula entre es sòns pòts: *Moria! Moria!* Cisqueta ei charraira, deliciosament charraira. En èster un shinhau sorda non comprèn massa ben que au demanes; pren eth trèn des recòrds e dera paraula e non trape estacion entà arturar-lo.

Qu'a ua norantea d'ans, lèu un segle deth qu'a fixat ena memòria causes fòrça concrètes per impactants: Papa, quaranta ans vaquèr e sense pèrder ua soleta vaca, mama santa hemna!, eth germà, estropiat ena guèrra e auit pes maquis e un hilh que repòse ath cant dera mar.

Cisqueta viu soleta. Era sua soletat ei totun plan ben acompanhada!: Milòr, eth sòn can plapat, ua petita televisió que Mossen li cromptèc entà entèner missa es dimenges ath maitin e es sòns recòrds, viuen damb era ena sua casa de Porcingles.

Béth temps hè qu'ère ua gojata eleganta e dançaira coma cap dera americana era valsa e eth pasdoble. Trebalhaue ena mina, desseparant eth minerau, per tres pessetes e un sò!

Tastèc eth plaçer des amors proibits, en quinsevolh prat, ara ombra de quinsevolh arbe e aguec tanben es fruts d'aquera proibicion: Un mainatge que creishec damb es païrs-sénhers, de pare coneishut mäs non pas maridat. - Tostemp que'm daue longues, que non volie cap èster estacat!

Era guerra li treigüec a Cisqueta çò que mès estimaue. Prumer esgarrèc ath sòn germà e dempús entorcèc de sau e cèu ath sòn hilh estimat.

Ath prumèr l'enbarrèren en quarto e guardèren tot es sòns papèrs anter de pelar-lo. A Juanito, eth hilh, lo recrutèren damb 17 ans. Diu hec un miragle entà anonciar-li a Cisqueta qu'ère mòrt:

- « Jo que daue de minjar as garies e mama qu'ère laguens. Tot d'un còp qu'apareisheren en cèu e ath torn dera casa mès d'un centenar de cigales. Ja ac ditz er arrepervèri: "Quan es corbassi criden ar entorn d'un ostau, que pòrten quaquarren de mau" Guardant era neror, Cisqueta aguec un pressentiment. Entrèc en casa tranquilla, calma, trista. Au digüec a sa mama: - Mama, Juanito qu'ei mòrt. Nòste Sénher que m'envie es cigales entà dider-m'ac.

- Ath cap de tres dies arrivèc er ofici. 17 ans. -Mama- li didie enes sues cartes, - è tastat era mar, e ei vertat qu'ei salada! Ath pé deth mar se i quedèc, aqui repòse, en Algeciras e Cisqueta damb eth, sense auer gessut jamès de Porcingles. Ara ena soletat deth sòn lhet que prègue a Diu cada dia mentre demore eth soni etèrn.

A tu Cisqueta que un dia mos ensenhès era tua sabiesa de viuer e eth plaçer d'entèner era paraula que ges deth còr. A tu, non te desbrembaram.

Entrevista a Cisqueta Ferré Atès eth 14.01.1990
Entrevistador: Manuela Ané Brito
Deth libre Istòries de Aran



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

LLÁMENOS O VISÍTENOS EN:
Pol. Ind. Aiguaprima, nan 6
25330 - VIELHA (Val d'Aran)
Tel/Fax 973 640 539
claperspique@claperspique.com

aran
veterinaris

Servicios:
Urgencias 626 70 15 47
Medicina general
Vacunas, microchip,
pasaporte...
Análisis laboratorial

Radiografía,
ecografía...
Cirugía general
Hospitalización
Alimentación y
complementos

Visitas concertadas:
Tel. 973 64 23 61
Avda. Garona, 25 - bajos VIELHA

www.aranveterinaris.es

www.granaran.com

GRANARON
CONSTRUCTORA

REFORMAS EN GENERAL

Avd. Castiero, 17 2º 5º
25530 VIELHA

Telf. 676 658 639
granaran@granaran.com

MAPFRE

Los mejores precios y garantías en seguros de:

- Hogar.
- Responsabilidad Civil.
- Comercio.
- PYMES.
- Vida.
- Accidentes.
- Planes de Pensiones.
- Comunidades de Propietarios.
- Deceos.
- Bajas por Enfermedad.
- Automóviles.
- Etc.

Asistencia en viaje 24h a su servicio.

Avda. Maladeta, 11 bajos
25530 VIELHA
Tel / Fax: 973 64 32 32

Cudós
CONSULTORS

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, 11 bajos
25530 VIELHA
Tel. 973 64 26 99 / Fax. 973 64 32 32
Oficina Balaguer: Tel. 973 45 05 55
Oficina Lleida: Tel. 973 28 2818



BALET SUS GÈU: Era equipa aranesa *Aran Crystal Team deth CEGVA*, a estat a un pas de dar era estonada en Trophée Occitanie de Ballet sus Gèu, en tot demorar a només 60 decimales deth gran dominador dera categoria a nivèu internacionau, eth Barça Toons. Ena 10au edicion deth Trophée an participat 19 equipenes diferents categories, cinc d'eri catalans e era rèsta francesi. Era pròpleu cite serà ena pista de gèu deth FCB a on aurà lòc era Copa d'Espanha e on se tornaràn a trapar era equipa aranesa e es culés, a mès des equips madrilenos.

PATINAJE ARTÍSTICO: El CEGVA se posiciona como 3er Club Nacional en Infantil. Jaca acogió este año el Campeonato de España de patinaje artístico sobre hielo en categoría debutante e infantil. El CEGVA clasificó a 5 de sus patinadores, obteniendo un excelente tercer puesto de Klara Voborilova en categoría debutante femenina. El club aranes se situó en el 3er lugar, tanto en participación como en el medallero, siendo los dominantes absolutos el FCB y el club hielo Igloo de Madrid. Ona Masip, acabó 9ª en su categoría después del programa largo. Tòn Consul obtuvo la 4ª posición,

tras un excelente programa corto. Alexandru Ilici acabó 6º en la misma categoría infantil. Nòa Villacampa acabó 17ª en categoría Debs femenina.



CAEI: El domingo 24 de abril el CAEI se despidió de la nieve con diferentes actos deportivos y sociales que marcaron el fin de la temporada 10-11 y del XX aniversario del Club Aranes.

Por la mañana se disputó la carrera social en Baqueira. Por la tarde se celebró en el polideportivo de Salarú el final de fiesta con reparto de premios, sorteo de regalos y cena pica-pica. La fiesta finalizó con el reconocimiento a los deportistas de Elite del CAEI, que han participado en eventos Internacionales de primer nivel.



FUTBOL: El día 23 de abril el A.F.LES (femenino) ganó la *Copa de Cominges* de fútbol femenino al Combinado Franquevielle/Blajan.



BASQUET: El día 7 de mayo el equipo de baloncesto de Vielha del IES Aran disputó una liga en Lleida contra el equipo de Segrià y el de Lleida. El equipo aranes quedó en 3ª posición ante dos equipos fuertes y estuvo representado por Gerard Fernández, Marc Barés, Alex Ruiz, Aitor Santibañez, Lois España, Mario Rodríguez, Manuel Faure y Bryan Barceló.



PITCH & PUTT: El sábado 30 de abril se celebró el Torneo "Hèstes de Salarú" en el P&P de Salarú. El ganador scratch fue Jorge López Pallarés y el ganador hándicap Pau Morell Vidal, ambos del Aran Golf Club.

El sábado 14 de mayo se disputó el *Trofeo Mombisurf*,

que se disputa únicamente con 2 palos. Los ganadores volvieron a ser Jorge López Pallarés en scratch y Pau Morell Vidal, en hándicap. En la entrega de premios Ricard Mombiedro invitó a un generoso pica-pica a todos los asistentes y a un gran sorteo de regalos.

Ets. DENARD André

VENTA DE LEÑA

Entrega a domicilio

00 33 5 61 79 73 85
660 546 562

www.reservasespadan.com



En tu visita al **Parque Natural de la Sierra de Espadán**

(Castellón) busca en nuestra web la mejor oferta en:

- **Alojamientos** (Hoteles, Casas Rurales y/o campings).
- **Restauración** (Conozca la gastronomía de la zona).
- **Actividades al aire libre** (kayak, rafting, tirolinas, tiro con arco).
- **Excursiones en BTT, Trekking y/o a caballo.**
- **Excursiones culturales por los castillos y/o iglesias de la zona.**
- **Los mejores paquetes románticos, culturales y/o actividades.**
- **Venta de productos autóctonos** (Aceite, miel, productos de corcho).

No lo dudes más y ven a conocer el Parque Natural de la Sierra de Espadán.

www.reservasespadan.com

parcs naturals
de la comunitat
valenciana



peluquería

Carmen Sicart

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

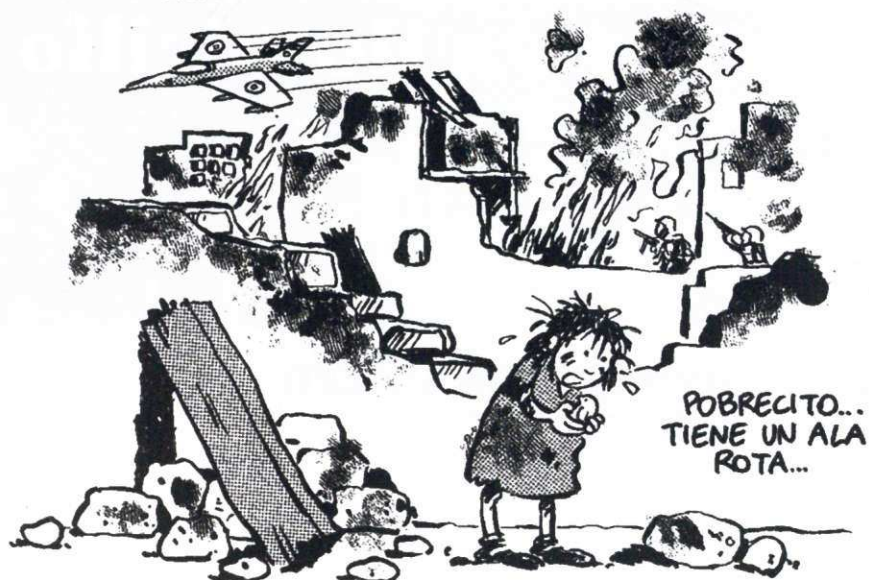
nota de prensa

1er CAMPEONATO "YAMA NO KOKORO"

El pasado día 14 de mayo se celebró en El Pont de Suert el primer campeonato "YAMA NO KOKORO" (corazón de la montaña), con carácter bianual, (un año en El Pont de Suert y otro en Vielha). Con un aforo aproximado de 400 personas y con 130 participantes de 7 clubs de kárate kyokushin, el evento se desarrolló en el polideportivo municipal de la misma localidad. Bajo la organización de Kárate Arán (Vielha) y Kárate Sakura GER (El Pont de Suert), con la colaboración en la organización de los ayuntamientos de El Pont de Suert, Vielha, Montanuy, Bonansa, y los Consells comarcal de L'Alta Ribagorça, el Consell Generau d'Arán, la Ribagorça Románica y el Grup d'Empresa Ribagorçana G.E.R. y la colaboración de varias empresas de ambas localidades. Hemos podido disfrutar de una apasionante tarde-noche en la que los niños han sido los protagonistas.

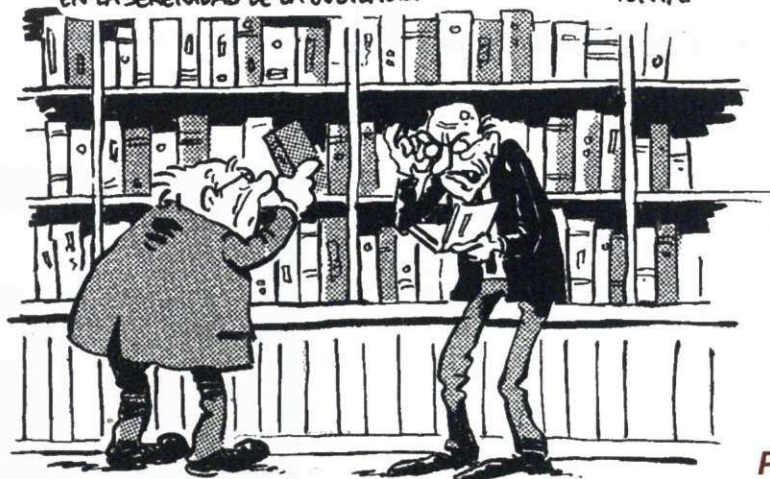


ESPERANZA



ME HE PASADO LA VIDA RESPONDIENDO
LA LECTURA DE LAS MEJORES OBRAS
UNIVERSALES PARA DISFRUTARLAS
EN LA SERENIDAD DE LA JUBILACIÓN...

...Y AHORA
NO VEO NI
TORTA.



Pallarès

FARMACIA PALÀ (VIELHA)	973 642 585	ESPITAU VAL D'ARAN	973 640 006
FARMACIA CATALÀ (VIELHA)	973 642 346	DISPENSARI ARTIES	973 642 847
FARMACIA ALMANSA (BOSSÒST)	973 648 219	DISPENSARI BOSSÒST	973 648 211
FARMACIA ALMANSA (LES)	973 647 244	DISPENSARI LES	973 648 229
FARMACIOLA PALÀ (ARTIES)	973 644 346	DISPENSARI SALARDÚ	973 644 030
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



PUBliGRAF

Estudi de disseny gràfic / Alèxia Grustan / 625142505

Se vende apartamento en Baqueira 1500. 45m², recién reformado.
Tel. 699.907.790

Se vende local para almacén en Vielha de 180m².
Tel. 609.334.698

Se alquila 1 habitación y 1 estudio en Betrén.
Tel. 655 269870

Busco pequeño terreno edificable o borda para reformar en el Valle de Aran.
Tel. 633.28.19.59

Busco trabajo de comercial en el Valle de Aran.
Tel. 633.28.19.59



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. 645.793.779

Se alquilan trasteros en Vielha.
Tel. 973.64.26.25

Alquilo apartamentos todo el año y temporadas
Tel. 617.578.854

Se venden muebles de oficina nuevos. Muy buen precio.
Tel. 973.64.20.79



SE VENDEN
2 sofás en buen estado muy cómodos. 300€
Tf. 699 907 790.

Se vende estudio en Vielha.
80.000€
Tel. 617.578.854

S.P.F. SAURA



FUNERARIA SAURA

VALLE DE ARAN

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

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



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

Jairo José Piñero Hurtado

Servicios de mantenimiento y jardinería

*Venta de leña de excelente calidad a precios razonables
Mantenimiento de áreas verdes
Tala de árboles
Limpiezas industriales
Limpieza de nieve y salado de hielo
Mantenimiento de comunidades*

*Limpiezas de parking y grandes superficies
Creación y reparación de vallados
Pintura de interiores
Pintura de madera y metales de exteriores
Mudanzas dentro del Valle de Arán*



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

OFERTA MUEBLES DE OCASIÓN



Sifonier de caoba con marquetería, medidas 90x95x50cm. **350€**



Silla de época, madera caoba y tapizada. **25€**



Mesa de centro con madera, forja y cristal de 80cm. de diámetro. **120€**



Apoya pies de madera con bordado. **20€**



Cajonera en madera de pino, medidas 87x119x36cm. **80€**



Espejo de época. **20€**



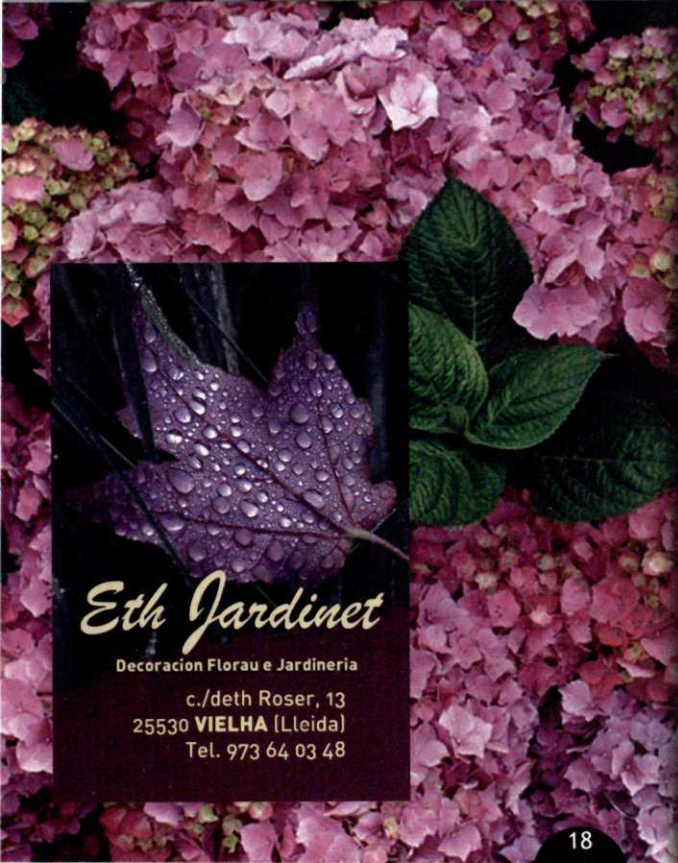
Mueble buffet en madera de pino, medidas 80x150x39cm. **80€**

Además tenemos: *2 Somier individuales 90x190cm. **30€**

Teléfono de contacto: 619 158 477 / Posibilidad de transporte a casa: **20€**

consejos de jardinería

LA HORTENSIA (*Hydrangea macrophylla*)



La hortensia es una planta **de sombra o de semi-sombra**. Se cultiva en el exterior o en jardín. Sólo crece bien a pleno sol si está en un clima con alta humedad ambiental, por ejemplo, en Galicia. En Sevilla a pleno sol no vivirá bien. No obstante necesita que sea una sombra clara, con luz ambiente, no la umbría total.

No soporta las heladas inferiores a - 3°. No obstante si una hortensia se huela puede recuperarse mediante una poda fuerte. Eso sí, ese verano no dará flores. En las zonas frías hay que proteger los tallos con hojas secas envueltas en plástico de las heladas tardías de primavera.

Regar casi a diario entre primavera y otoño, **sobre todo mientras florece**. Durante el reposo invernal reduce los riesgos. Será suficiente con regarla una vez cada 15 días. Todo dependerá de las lluvias de cada clima, lógicamente.

Usa agua sin cal para regar: Es muy sensible al agua dura. Utiliza siempre que puedas agua de lluvia.

Rocía el follaje de vez en cuando, a diario si las temperaturas suben, ya que gusta de humedad.

En climas fríos con heladas frecuentes, es mejor dejar la poda para **finales de invierno**. Se evita así el riesgo de que los brotes emitidos antes de tiempo, con los primeros calores del final del invierno, sean estropeados por posibles heladas tardías.

Las ramas más viejas se cortan a pocos centímetros de la base, para despertar yemas latentes del tocón que queda y que surjan ramas nuevas que sustituyan a las anteriores.

Las ramas que han crecido este año **no deben tocarse** porque de sus yemas saldrán las flores. Recuerda que florece sobre todo lo que creció el año anterior.

Eth Jardinet

Decoración Florau e Jardineria

c./deth Roser, 13
25530 VIELHA (Lleida)
Tel. 973 64 03 48

*Artículo facilitado
por Antonia Bergé Solé
(Eth Jardinet- Vielha)*

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

PAREDES SIN GRIETAS: A veces, al tratar de introducir un clavo en una pared de yeso, ésta se agrieta. Para evitarlo, sumerge el clavo en agua hirviendo antes de proceder a clavarlo.

PICOR EN LA CABEZA: Es posible que se deba a una excesiva sequedad del cuero cabelludo y puedes aliviarlo untando toda tu cabeza por la noche con aceite de bardana. Por la mañana, lávate como acostumbras tu pelo. Además conseguirás un brillo inusual.

AGUJETAS: Si empiezas de nuevo tus clases de gimnasia y aparecen esas agujetas que atenazan tus músculos, fricciónalos con alcohol de 90°. Notarás una franca mejoría en pocos minutos.

LECHE PERFUMADA: Los niños rechazan, en

ocasiones, el sabor de la leche. Para que se la tomen con ganas, introduce en ella al cocerla media ramita de vainilla o de canela y espolvorea por encima un poquito de cacao en polvo. Seguro que te la pedirán a menudo.

CARPACCIO BIEN FINO: Un excelente plato para sorprender a tus comensales lo puedes preparar comprando un solomillo, envolviéndolo en papel film transparente de cocina e introduciéndolo en el congelador durante un cuarto de hora. Después corta la carne muy fina, riégala con aceite y limón y espolvorea por encima queso parmesano y un poco de pimienta.

CEJAS REBELDES: Si quieres mantener las cejas peinadas, pero los pelillos son rebeldes, aplícales de goma y péinalas después con un cepillo.



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

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

APERITIU Crema de crancs:

2 kg de crancs
1 kg bresa
3 l d'aigua
¼ l nata
Sal, oli d'oliva
Cognac
Farina
Torrar els crancs en un rondó afegir el cognac i flambejar.
Afegir la bresa per a la crema de crancs i deixar sofregir be.
Afegir l'aigua i deixar que entri en ebullició.
Coure durant una mitja hora a foc fort.
Colar. Torrar la farina i afegir el brou colat de manera que anirà espesant a mesura que cou.
Per últim afegir la nata per posar a punt de crema i a punt de sal. Emplatat.



ENTRANT Amanida de rap, curri i mango:

3 escaroles
3 manats d'espàrrecs verds
2 kg tomàquet
3 kg rap fresc
4 c/s curri
200 ml vinagre de Mòdena
650 ml oli d'oliva
Cerfull picat

Tallar el rap a dodanxes fines, posar a punt de sal i coure en una paella a foc fort.
Realitzar l'amanida amb la resta d'ingredients però montant un cercle en el centre del plat.
Emplatat.



SEGON Galta de vedella estofada:

15 galtes de vedella
1 ampolla de vi negre
1 kg bresa
1 bouquet garní
5 l brou de carn
farina
5 pomes Grand Smith
Farina
Sal, oli d'oliva

Salpebrar les galtes de vedella i marcar-les en una paella a foc fort.
Sofregir la bresa en un rondó.
Afegir les galtes previament marcades.
Afegir el vi negre i deixar reduir tot a foc fort.
Afegir el brou i deixar coure a foc lent durant unes 4 hores.
Retirar de la ebullició i emplatat juntament amb la poma tallada a galls i previament marcada en una paella.



A partir de abril / A partir du mois d'avril

JEUDI PROMO. A PARTIR DU MOIS D'AVRIL À BOSSÒST ,
« JEUDI PROMO » D'IMPORTANTES REMISES DANS TOUS LES
MAGASINS. « CHERCHEZ LE LOGO ! »



JUEVES PROMO. A PARTIR DEL MES DE ABRIL
VUELVE A BOSSÒST JUEVES PROMO CON
DESCUENTOS ESPECIALES EN TODOS LOS
ESTABLECIMIENTOS. « ¡ BUSQUE EL LOGO !! »



M. Perailes

electrónica

- Instalación y reparación de antenas individuales y colectivas
- Televisión via 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
cperales@telefonica.net

novetats
Codina
Confeccions
Moda
home - dona
Llenceria

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

CARPINTERÍA INDUSTRIAL

CABAU RAMÍREZ



TRABAJOS DE CARPINTERÍA

CAMIN REIAU S/N
25551 - ERA BORDETA

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

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)

LA VAL D'ARAN PRESENTA A SU EQUIPO CICLISTA VITALDENT-ARAN

El pasado martes 3 de mayo en la sala de prensa del Conselh Generau , tuvo lugar la presentación del primer equipo ciclista aranés, que lleva por nombre Vitaldent-Aran. Es un equipo de ciclismo de categoría élite, la máxima que hay en Cataluña y compiten a lo largo de todo el territorio nacional, Portugal y Francia.

Cuentan con 16 corredores dentro del equipo de élite, entre los que podemos destacar a Sergi Escobar, campeón del mundo en persecución individual en pista y doble medalla olímpica en Atenas y Pekín, Ibon Zugasti, número uno del ranking español amateur y Josep Nadal, subcampeón de España de BTT, además de nuestros araneses Ruben Caseny, Marc Cuny, José Carpintero y José Manuel Fernández. En las diferentes categorías compiten 18 corredores. El impulsor de la creación de este equipo ciclista es el Club Ciclista Val d'Aran, y los patrocinadores principales son Clínicas Vitaldent y Torisme Val d'Aran

Su función es promover el deporte al mismo tiempo que crear nuevas estructuras. Para ello se ha constituido un

órgano de gestión, creado a través del convenio entre el Conselh Generau d'Aran, Vitaldent y el Club Ciclista Val d'Aran.

Vitaldent-Aran ha sido posible gracias a sponsors como el Conselh Generau d'Aran, Vitaldent, Torisme Val d'Aran, Ajuntament del Naut Aran, Masi, Best, Baqueira, Diputació de Lleida entre otros.

El Conselhèr de Torisme, Comèrc e Transpòrt dera Val d'Aran, Juan Antonio Serrano, ha manifestado que "la Val d'Aran ha apostado estos últimos años por ser un referente turístico en BTT i bicicleta de carretera, motivo por el que se creó uno de los clubes de producto y una web especializada en BTT. El hecho de tener un equipo de ciclismo propio que en sus competiciones lleve la Marca Val d'Aran por todos los territorios en los que participe, es un referente más que repercute positivamente en la consolidación y promoción de la Val d'Aran como destino de un deporte, que está tan en auge como es el ciclismo, en las diferentes modalidades."



TORISME VAL D'ARAN EN LA FERIA EXPOVACACIONES DE BILBAO

Bilbao celebró de los días 5 al 8 de mayo, la 32ª feria del turismo y del tiempo libre, Expovacaciones. Esta feria es una cita ineludible para el sector turístico del norte de España, donde todos los participantes tienen la oportunidad de presentar sus propuestas de ocio y tiempo libre a los profesionales del sector turístico además de al público en general. Reúne a todas las comunidades autónomas, así como 14 países, diversas agencias de viaje, y empresas de diversas modalidades turísticas.

Expovacaciones espera que más de 270.000 personas se acerquen a visitar los diferentes stands que se dan cita en dicha feria.

Torisme Val d'Aran asiste un año más a este evento, exponiendo y proporcionando toda la información de la oferta turística aranés.

La Val d'Aran acoge cada año a un gran número de visitantes procedentes del País Vasco, y la asistencia a Expovacaciones adquiere una gran importancia dentro de la promoción turística en esta comunidad. Un spot publicitario de la Val d'Aran, que se emite durante los meses de mayo a noviembre en la televisión Telebista de Guipúzcoa, es otra de las acciones turísticas que Torisme Val d'Aran ha realizado para consolidar el turismo vasco en nuestro territorio.





alquiler y venta de maquinaria **JOAQUÍN CALVO**



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

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

ALQJCR@vallesaranribagorza.com

Ctra. Nacional 230 Km 124 2
25520 **EL PONT DE SUERT**
Tel./Fax 973 69 10 27

Cortinas Sant Jordi

Especialidades

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

Divisiones

- Hosteleria
- Hogar
- Oficinas

Taller de Diseño

- Confección e instalación propia

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



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



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

Donde has nacido? En Lérica

Qué estudios has cursado? Soy licenciada en Historia General y Geografía

Hablas aranés perfectamente, ¿ desde cuando estás en el Valle?

Desde el año 1.989, Vine para hacer el inventario del Fondo de Documentación de los Ayuntamientos araneses. Por aquel entonces la Generalitat contratava mediante becas a los recién Licenciados para empezar a organizar los fondos documentales de las comarcas. En aquella época además no estaba informatizado, con lo cual lo teníamos que hacer ficha por ficha a mano, imagínate...

¿Me puedes explicar un poco el contenido del Archiu Generau d'Aran ?

Es un Archiu que custodia documentación Histórica del Valle de Arán. Tenemos diversos fondos de documentación, Administración local, Justicia, Notaria, Patrimoniales, tenemos depositados 37 Fondos de Familias, propiedad de casas aranesas que los han depositado en al Archivo etc.

¿Cuál es el Documentos más importante que hay en el Archiu?

Evidentemente, la "Querimònia" que es el documento que el Rey Jaime II, concedió a los araneses en el año 1313 y que es la Carta Magna de Aran. También es importantísima toda la colección de Privilegios, o sea las ratificaciones de la Querimònia, que se efectuaban cada vez que había un nuevo rey. También se conservan tres libros de Actas del Conselh, uno que data del siglo XVII. Lamentablemente, no sabemos que pasó con el resto de libros de la máxima institución aranesa. También conservamos los libros de capitulos de las Vilas Aranesas, donde se anotaba todo, como funcionaba el mercado, la carnicería, el hostel, la taberna...etc., y los documentos patrimoniales de las familias donde se recoge lo que era la vida cotidiana en el Valle.

Explicame un poco la labor de conservación de los documentos.

Cuando llegan los documentos procedemos a su limpieza quitando cuidadosamente el polvo mediante un pincel especial, cuando están limpios los guardamos en unas carpetas especiales para conservación que son de un papel de PH neutro. Si el documentos tiene alguna pequeña rotura lo arreglamos aquí mismo, si la restauración es más laboriosa, ya tienen que hacerlo profesionales. Desde 1.993, no ha habido ningún año que no se haya llevado a cabo algún trabajo de restauración. De los 304 pergaminos que conservamos, ya se han restaurado 225.

¿Los trabajos de digitalización de los documentos también debe ser una ardua tarea?

Si, porque el proceso es muy lento. hasta que se llega a poder colgar el documento en Internet tiene que pasar por diversas fases de trabajo: hacemos copias de seguridad a la máxima resolución guardadas

en TIFF, seguidamente copias de difusión y consulta que se guardan en JPEG o PDF) toda esta metodología es larga , hasta que el documento está listo para colgar y consultar. Por ejemplo de los más 3.100 documentos del Fondo del Conselh, llevamos ya digitalizados 880, pero colgados en Internet unos 100, aunque hemos empezado hace poco, menos de 1 mes , con trabajo esperamos que llegue el día en que podamos tenerlos todos.

¿Cualquier persona puede venir a consultar el archivo?

El acceso es público y se puede consultar cualquier documento a excepción de aquellos que están protegidos por Ley. La mayor parte de nuestros usuarios son personas que necesitan consultar algún documento histórico, porque están realizando algún trabajo de investigación, también se suele pedir mucho ver las colecciones de fotografías y postales.

M^a Pau te agradecemos muchísimo esta interesantísima y enriquecedora entrevista que nos has brindado y también la visita al Archivo en el marco incomparable de la Casa del Senhor d'Arrós , y conocer un poco la antigüedad y cultura de este pequeño gran país que es Aran.

Entrevista realizada por M^a Rosa Puig Cordon i



dempús 5 ans i a tostemp eth solei*

2006 RADIO VAL 2011 PIRENEOS

tel: (33) 0-562 00 53 17 99.5 FM comminges www.rvpfm.net

* there is always sun, since 5 years

moda, complementos
y ropa de hogar



LIQUIDACIÓN
TOTAL

**T
H
E
O
X
T
I
L
R**
Llar
moda



TRASPASO POR
JUBILACION

c/ deth Lup,4 (junto parking) BOSSOST
TEI. 973 64 28 23 / 699 567 653

LA BONNE PATTE pension para animales

Durante sus vacaciones, fines de semana o salidades imprevistas, acoge a su mascota en un ambiente familiar y acogedor.

Perros

Parque individual de 50m²
Patio con sombra
Box individuales
10 € / día



Gatos

Box individuales
Juegos
Balcon
7 € / día



www.labonnepatte.free.fr

00335.61.79.65.63 - 00336.77.32.44.13 - labonnepatte@yahoo.fr
camino de Ribéremont - 31440 Fronsac - Francia (a 15 minutos del Valle de Aran)

ARIES

La energía y vitalidad harán que su estado de salud sea óptimo. Sea muy cauto con su dieta. No deje de formarse de cara a futuros empleos. Su economía se resentirá, no debe comprar todo lo que desea. Conocerá a gran cantidad de gente, con las que disfrutará y vivirá situaciones realmente divertidas. Un amor de su pasado volverá a aparecer en su vida.



LIBRA

Es probable que su estómago le cause algún problema, así que cuide su dieta. Deberá tomar decisiones sumamente trascendentales en su entorno laboral. En el terreno sentimental, serán días de cariño, especialmente la primera semana, no lo dude y disfrute de cada momento.



TAURO

Se sentirá lleno de energía y vitalidad. Cuide su alimentación. Su economía se encuentra en un estado óptimo, siga así, no compre sólo por comprar. Probable que reciba una cantidad de dinero de manera inesperada. Fomente el romanticismo y la complicidad con su pareja.



ESCORPIO

Su plan de seguir adelante con la dieta se encuentra con múltiples obstáculos en cuanto a su voluntad. Pida ayuda profesional y no haga la dieta por su cuenta. Se abrirán nuevas oportunidades en lo laboral, algo que usted daba por perdido. Pueden llegar noticias muy buenas sobre alguien a quien no ve desde hace tiempo.



GEMINIS

Su salud es excelente, es el momento para practicar ese deporte que tanto le gusta. Cuide su dieta y procure no beber alcohol. Su nivel de gasto se disparará, tendrá que realizar un pago de carácter administrativo, que no esperaba.



SAGITARIO

Se notará cada vez menos cansado, y el esfuerzo será menor conforme pasen los días. Vigílese los niveles de la tensión arterial porque pueden estar un poco bajos. Cuidado con malgastar más de lo necesario. Descubrirá en su pareja unos matices que estaban adormilados entre ustedes. Será un mes por tanto muy bueno en lo sentimental y sexual.



CANCER

Su salud no está todo lo bien que usted desearía, sea cauto, cuide su alimentación, evite realizar esfuerzos demasiado pronunciados. No consuma alimentos marinos que le vendan como frescos. Su nivel económico se encuentra en un nivel óptimo, no permita que esta situación sea óbice para malgastar sus fondos.



CAPRICORNIO

Los excesos le están pasando factura a un estómago delicado. No abuse de fritos y picantes. Ha llegado el momento de las decisiones importantes relacionadas con su trabajo. Aproveche sin temor las nuevas ideas y los proyectos que vayan surgiendo. Se presenta un momento de reflexión y posible cambio en su relación con la pareja. Quizá ha llegado el triste momento de la ruptura.



LEO

Se sentirá lleno de energía y vitalidad, pero no se deje llevar por la euforia. A principio de mes recibirá una oferta laboral que le será muy difícil rechazar. Su nivel de gasto crecerá, debido a la época en la que nos encontramos de bodas y comuniones. Su sensualidad está en niveles que ya ni recordaba, lo que propiciará que se acentúe su éxito con el sexo contrario.



ACUARIO

Gozará de una gran fortaleza física, tanto por una alimentación más sana y equilibrada como por una buena salud que contribuye a ello. Acabará un periodo de inestabilidad económica que le tenía bastante preocupado. Además logrará subir unos escalones en su trabajo. Menos favorable a nivel social y sentimental.



VIRGO

La salud será su punto débil en este mes. No será nada serio ni grave pero no deje de acudir a su especialista. Absténgase del aire acondicionado. Le llegarán un par de ofertas de trabajo interesantes. Tendrá que meditar con la cabeza más que con el corazón.



PISCIS

Alguna revisión u operación pendiente que van a hacerle saldrá bien y sin problemas, aunque causando las lógicas molestias. De ánimos no estará muy boyante. Cambios imprevistos en el trabajo. Cuidado con algunos enfrentamientos. Si ya tiene pareja estable cuidado con posibles malentendidos por temas económicos o de celos, y recuerde que es importante mantener un diálogo calmado.



Glosojor



MOSQUITERAS y MALLORQUINAS

VENTA Y COLOCACION

FABRICADAS EN ALUMINIO,
VARIOS COLORES E IMITACIÓN MADERA

¡PRECIOS SIN COMPETENCIA!

¡PRESUPUESTO EN 24 h

¡MONTAJE INCLUIDO!

Tel. 629 33 01 91
amobetren@ya.com
www.glosojor.com

Applus⁺
Iteuve



Estación ITV VIELHA
La **ITV** mejora la Seguridad
Vial en nuestras carreteras

Obtenga un cupón de
descuento de 5 euros en
cualquier servicio de la
Termas Baronia de Les*

No acumulable a otros descuentos. Válido hasta el 12 de octubre
(no agosto) y para servicios superiores a 20 €.

Demanda ora:
www.applusiteuve.com
O en el 902 930 200

LIMPIEZA DE CHIMENEAS

EXTRACTORES DE RESTAURANTES

Tel.

973 621 065

661 606 260

michellarrue@hotmail.com

Existes...SI



Te ven? NO



Anúnciate en la Pantalla de Vielha!!

AraNau

era revista dera Val d'Aran

Te lo gestiona **973 64 04 87**

ARIES

La energía y vitalidad harán que su estado de salud sea óptimo. Sea muy cauto con su dieta. No deje de formarse de cara a futuros empleos. Su economía se resentirá, no debe comprar todo lo que desea. Conocerá a gran cantidad de gente, con las que disfrutará y vivirá situaciones realmente divertidas. Un amor de su pasado volverá a aparecer en su vida.



LIBRA

Es probable que su estómago le cause algún problema, así que cuide su dieta. Deberá tomar decisiones sumamente trascendentales en su entorno laboral. En el terreno sentimental, serán días de cariño, especialmente la primera semana, no lo dude y disfrute de cada momento.



TAURO

Se sentirá lleno de energía y vitalidad. Cuide su alimentación. Su economía se encuentra en un estado óptimo, siga así, no compre sólo por comprar. Probable que reciba una cantidad de dinero de manera inesperada. Fomente el romanticismo y la complicidad con su pareja.



ESCORPIO

Su plan de seguir adelante con la dieta se encuentra con múltiples obstáculos en cuanto a su voluntad. Pida ayuda profesional y no haga la dieta por su cuenta. Se abrirán nuevas oportunidades en lo laboral, algo que usted daba por perdido. Pueden llegar noticias muy buenas sobre alguien a quien no ve desde hace tiempo.



GEMINIS

Su salud es excelente, es el momento para practicar ese deporte que tanto le gusta. Cuide su dieta y procure no beber alcohol. Su nivel de gasto se disparará, tendrá que realizar un pago de carácter administrativo, que no esperaba.



SAGITARIO

Se notara cada vez menos cansado, y el esfuerzo será menor conforme pasen los días. Vigílese los niveles de la tensión arterial porque pueden estar un poco bajos. Cuidado con malgastar más de lo necesario. Descubrirá en su pareja unos matices que estaban adormilados entre ustedes. Será un mes por tanto muy bueno en lo sentimental y sexual.



CANCER

Su salud no está todo lo bien que usted desearía, sea cauto, cuide su alimentación, evite realizar esfuerzos demasiado pronunciados. No consuma alimentos marinos que le vendan como frescos. Su nivel económico se encuentra en un nivel óptimo, no permita que esta situación sea óbice para malgastar sus fondos.



CAPRICORNIO

Los excesos le están pasando factura a un estómago delicado. No abuse de fritos y picantes. Ha llegado el momento de las decisiones importantes relacionadas con su trabajo. Aproveche sin temor las nuevas ideas y los proyectos que vayan surgiendo. Se presenta un momento de reflexión y posible cambio en su relación con la pareja. Quizá ha llegado el triste momento de la ruptura.



LEO

Se sentirá lleno de energía y vitalidad, pero no se deje llevar por la euforia. A principio de mes recibirá una oferta laboral que le será muy difícil rechazar. Su nivel de gasto crecerá, debido a la época en la que nos encontramos de bodas y comuniones. Su sensualidad está en niveles que ya ni recordaba, lo que propiciará que se acentúe su éxito con el sexo contrario.



ACUARIO

Gozará de una gran fortaleza física, tanto por una alimentación más sana y equilibrada como por una buena salud que contribuye a ello. Acabará un periodo de inestabilidad económica que le tenía bastante preocupado. Además logrará subir unos escalones en su trabajo. Mes favorable a nivel social y sentimental.



VIRGO

La salud será su punto débil en este mes. No será nada serio ni grave pero no deje de acudir a su especialista. Absténgase del aire acondicionado. Le llegarán un par de ofertas de trabajo interesantes. Tendrá que meditar con la cabeza más que con el corazón.



PISCIS

Alguna revisión u operación pendiente que van a hacerle saldrá bien y sin problemas, aunque causando las lógicas molestias. De ánimos no estará muy boyante. Cambios imprevistos en el trabajo. Cuidado con algunos enfrentamientos. Si ya tiene pareja estable cuidado con posibles malentendidos por temas económicos o de celos, y recuerde que es importante mantener un diálogo calmado.



Glosojor



MOSQUITERAS y MALLORQUINAS

VENTA Y COLOCACION

FABRICADAS EN ALUMINIO,
VARIOS COLORES E IMITACIÓN MADERA

¡PRECIOS SIN COMPETENCIA!

¡PRESUPUESTO EN 24 h

¡MONTAJE INCLUIDO!

Tel. 629 33 01 91

amobetren@ya.com

www.glosojor.com

Applus⁺
Iteuve



Estación ITV VIELHA
La **itv** mejora la Seguridad
Vial en nuestras carreteras

Obtenga un cupón de
descuento de 5 euros en
cualquier servicio de la
Termas Baronia de Les*

No acumulable a otros descuentos. Válido hasta el 12 de octubre
(no agosto) y para servicios superiores a 20€.

Demanatz ora:

www.applusiteuve.com

O en el 902 930 200

LIMPIEZA DE CHIMENEAS

EXTRACTORES DE RESTAURANTES

Tel.

973 621 065

661 606 260

michellarrue@hotmail.com

Existes...SI



Te ven? NO



Anúnciate en la Pantalla de Vielha!!

AraNau

era revista dera Val d'Aran

Te lo gestiona **973 64 04 87**



INTERMARCHÉ

Les Mousquetaires

INTERMARCHÉ ESPECIALISTA
en productos
frescos, regionales y
locales a precios
"Mousquetaires"



Siempre los mejores precios
aproveche nuestras
excepcionales **ofertas**



INTERMARCHÉ
Les Mousquetaires

De Lunes a Sábado
de 9 a 19,15

Les Trêtes

MOUSTAJON - 31110 LUCHON

Tel. 00 33 561 79 24 00

Fax: 00 33 561 79 83 01



1er. ANIVERSARIO

INTERMARCHÉ
más cerca, en **CIERP GAUD**

A 5 minutos de
la frontera

De lunes a viernes
de 9 a 12,30 y de 14,30 a 19,30.
Sábados de 9 a 19,30 sin interrupción

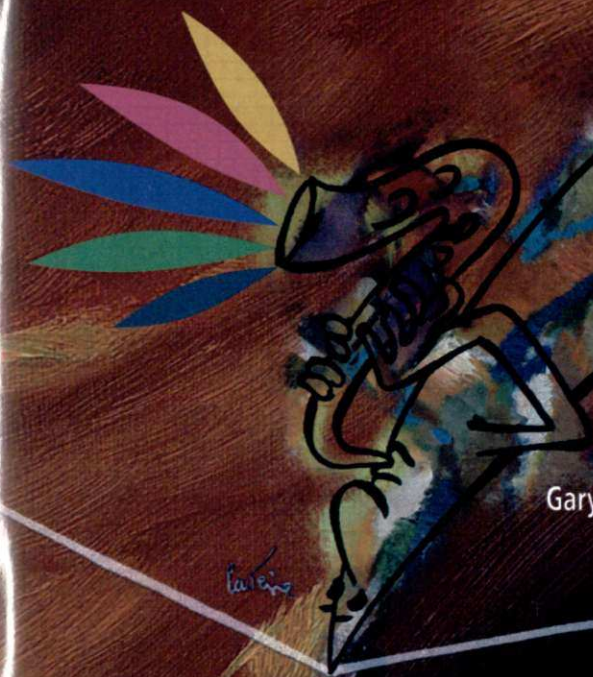
Tel. 00 33 561 89 85 50



jazz en comminges

du 1^{er} au
5 juin 2011

Saint-Gaudens



21 h 00
Parc des expositions
du Comminges

jeudi 2 juin

- Four Others avec Harry ALLEN, Eric ALEXANDER, Grant STEWART, Gary SMULYAN & guest Charmin MICHELLE
- Ron CARTER Golden Striker Trio

vendredi 3 juin

- Yaron HERMAN trio
- Magnus LINDGREN sextet
- China MOSES et Raphaël LEMONNIER quintet

samedi 4 juin

- The Jon FADDIS quintet
- Jon FADDIS & The BARCELONA JAZZ ORCHESTRA

OFF 5 jours de
concerts gratuits
centre ville

Dimanche 5 à 18 h

ZINGABE AFROBEAT

www.jazzencomminges.com



horario de autobuses

SABADOS - DOMINGOS - FESTIVOS

		10:15				15:10									
BERET	TANAU	7:45	10:00			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			
SALARDÙ	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	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	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	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	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	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	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	17:09	19:08	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	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	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	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	PASADOR	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) Dimèrces e divendres

VAL D'ARAN - LLEIDA - BARCELONA

SORTIDA			ARRIBADA			
VIELHA	LLEIDA	BARCELONA	BARCELONA	LLEIDA	VIELHA	
5:50		8:45		9:45	10:15	Diar
6:30	8:30	11:25				Oltra a disabte
6:50	9:05	11:45				Diar
7:45	10:15	12:50				Enlètj AVE/AVANT
8:15	11:48	15:00				Enlètj AVE/AVANT
13:30	18:30	19:25				Diar
17:00		21:45				Diar

BARCELONA - LLEIDA - VAL D'ARAN

SORTIDA			ARRIBADA			
AEROPORT	BARCELONA	LLEIDA	LLEIDA	VIELHA	VIELHA	
	6:45	9:00		12:15		Diar
8:30	9:00			13:45		Diar
	14:15	10:15		12:45		Enlètj AVE/AVANT
		12:50		13:55		Diar
		16:15		18:45		Enlètj AVE/AVANT
15:30	16:00			20:45		Diar
	16:45	19:00		22:00		Oltra a disabte

DISSABTES E VIGILIES DE HESTES

BERET			
2:50	4:20	2:20	4:20
5:53	4:23	2:17	4:17
2:56	4:26	2:14	4:14
2:57	4:27	2:13	4:13
3:00	4:30	2:10	4:10
3:04	4:34	2:06	4:06
3:05	4:35	2:05	4:05
3:07	4:37	2:03	4:03
3:09	4:39	2:01	4:01
3:10	4:42	2:00	3:58
3:15	4:45	1:52	3:57
3:17	4:49	1:50	3:56
3:18	4:50	1:49	3:55
3:20	4:52	1:47	3:53
3:23	4:55	1:44	3:50
3:24	4:56	1:43	3:49
3:27	4:57	1:40	3:46
3:28	4:58	1:39	3:44
3:30	5:00	1:37	3:42
3:33	5:03	1:34	3:39
3:35	5:05	1:30	3:35

ORARI DE TRANSPÒRT CAÑEJAN (dimèrces)

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

ORARI DE TRANSPÒRT BAUSEN (dimèrces)

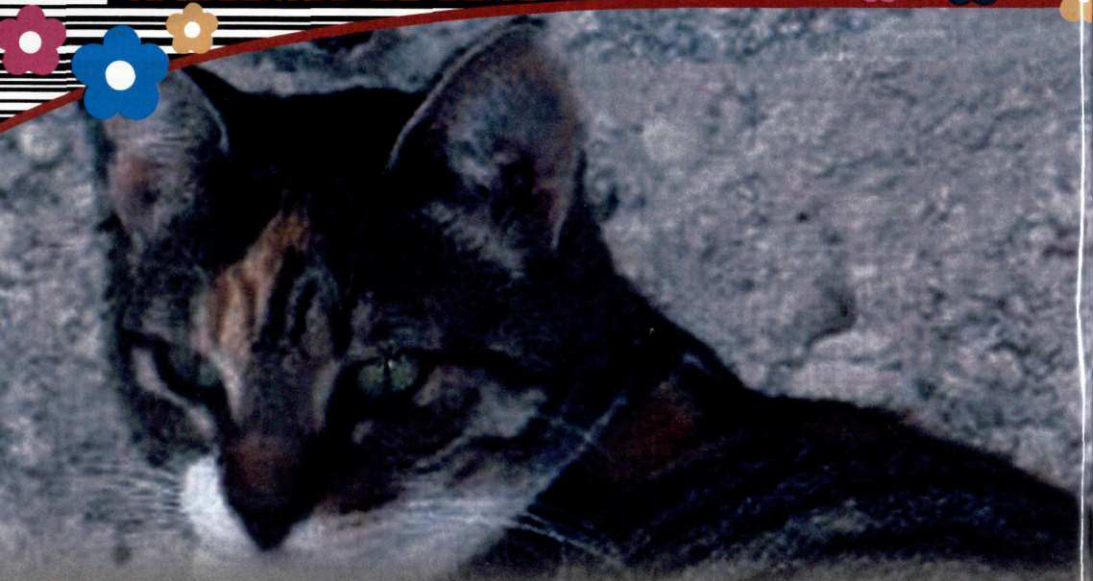
11:00	BAUSEN	14:30
11:20	LES	14:10
11:30	BOSSÒST	14:00

ALSA	RENFE	RENFE	ALSA
vieisha	lleidà	sortida renfe lleidà	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 avt	14:25
13:30	17:10	17:40 ave	18:54

RENFE	ALSA	ALSA
ortida renfe BARCELON	arribada LLEIDA	LLEIDA
8:15 AVE	9:18	10:15
14:10	15:20	16:15

ALSA	RENFE	ALSA
vieisha	lleidà	LLEIDA
7:45	10:30	11:05 AVE
8:15	12:45	13:05 AVE

RENFE	ALSA	ALSA
sortida renfe MADRID	arribada LLEIDA	LLEIDA
7:30 AVE	9:38	10:15
13:30:00 AVE	15:38	16:15



Bueno, quizá convendría empezar por el principio: esto que ven aquí al lado es un gato, concretamente una gata. Si lo que ven en la foto se parece al bicho ese que tienen ustedes rondando por casa gritando "Miau, miau" a pleno pulmón, quizá les convenga leer este artículo.

¿Qué cómo sé que es hembra? Pues primero porque tiene tres colores, y los gatos tricolores sólo pueden ser hembras, y después porque se llama Nuria.

Y ahora que ya sabemos un dato curioso de los gatos, vamos a lo que interesa: el tema sexual. Veamos: las gatas son poliéstricas estacionales de ovulación inducida, o lo que es lo mismo, si no las esterilizas, pueden llegar a amargarle la vida a cualquiera.

Las gatas alcanzan la pubertad, o sea empiezan a salir en celo, a los 6-9 meses de vida. Cuando decimos que son estacionales queremos decir que suelen salir en celo durante el fotoperiodo creciente, es decir, entre enero y septiembre; y decimos que son poliéstricas porque en estos 9 meses tienen varios celos, más concretamente irán saliendo en celo mientras no haya ovulación...y son de ovulación inducida....inducida por el macho que las monte.

En la práctica: a partir de los 6 meses de edad, todas las primaveras y veranos su gata estará maullando día y noche, con breves periodos de descanso, hasta que encuentre un macho que la satisfaga sexualmente, o, en su defecto, hasta que llegue el invierno. ¿Y cuánto durará esto? Pues lo que dure la gata porque ¡mala noticias!: ellas no tienen menopausia.

El comportamiento de la hembra en celo es muy variable: unas gatas se muestran más cariñosas y otras más agresivas, frotan la cabeza y el cuello contra objetos, maullan constantemente, giran sobre sí mismas con la cola levantada....Todos estos son comportamientos normales, la gata no se ha vuelto loca de repente, así que, por favor, no hay motivo para despertar a su veterinario a las 3 de la mañana.

Si la gata puede salir a la calle o si decidimos buscarle un novio (y el que nos guste a nosotros no tiene porqué ser necesariamente el que le guste a ella), no se sorprendan, probablemente nuestra gatita acabe teniendo relaciones sexuales.

Durante la monta el macho se coloca encima de la hembra y la sujeta entre sus patas delanteras mordándole el cuello. Inmediatamente tras la penetración, se produce la eyaculación. La cópula en sí no durará más que unos segundos (creo que esto nos suena, ¿verdad, señoras?) y no debe resultar especialmente agradable si tenemos en cuenta que el pene del gato está dotado de unas pequeñas "espinas" en la punta. Después, la gata emite un fuerte grito y el macho se retira a una distancia prudencial...(adivinen ustedes por qué).

Son necesarios unos 15 de estos "tiernos" apareamientos para que la gata ovule y pueden prolongarse durante 2-4 días, después de los cuales nuestra dulce gatita volverá a casa tan contenta y sin una pizca de remordimiento. Por supuesto, una mañana, dos meses después, al bajar la escalera, oiremos un coro de finísimos maullidos procedentes de seis preciosos gatitos que se parecen sospechosamente al gato del vecino.

Y, ni siquiera entonces vayan a esperar ustedes un comportamiento maternal impecable por parte de su gata...a la que se descuiden le dejará a los pequeños en casa y se largará a buscar al gato del vecino...y vuelta a empezar.

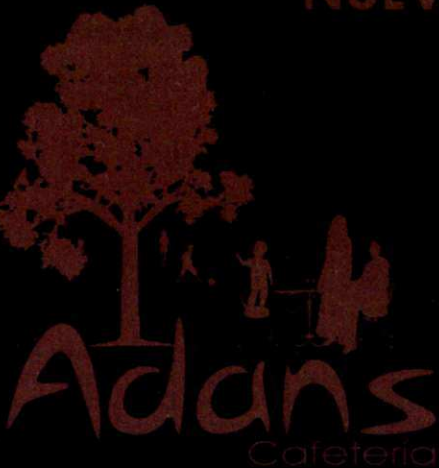
Y hagan cuentas, si su gata tiene dos camadas de 6 gatos al año; y de esos 6, tres son hembras, que en 6 meses ya pueden quedarse preñadas de otros 6 gatitos...pues, es que, matemáticas elementales, en 7 años una gata con su descendencia pueden tener unos 500.000 gatitos...y ahora denme ustedes el argumento ese de que no quieren esterilizar a su gata porque eso es lo más natural y lo más ecológico.

Eva Deza de Aran Veterinaria

NUEVA APERTURA

DESAYUNOS (Desde las 7h)
 PLATOS COMBINADOS.
 BOCATERÍA.
 HELADERÍA.
 ZONA LÚDICA INFANTIL PRIVADA.
 RINCÓN DEL VINO.
 BUEN AMBIENTE.

Avda. Alcalde Calbetó, 8
(Junto al Cine de Vielha)
Tel. 665 17 04 95



III Abierto "Torneo Revista ARAN NAU de Pitch & Putt" Día 9 de julio en el P&P de Salardú

Regalos de bienvenida, desayuno y pic-nic en la entrega.
 Premios en las categorías Scratch absoluto, Hándicap indistinto y Hándicap 21.
 Premios especiales a: berdies, putter, aproximación y forrabolas.

NO TE LO PIERDAS. DISFRUTA DEL GOLF.



SOLUCIONES

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

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

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

ESCÒLA ITINERANT DE BALH E MUSICA

BALLES?

Des de sempre, ballar ha estat una activitat divertida i amena que ha acompanyat a l'home al llarg de la seva història, formant part de la seva naturalesa innata. Ja sigui com a part d'una cerimònia religiosa, un aconeteixament social o un acte festiu, el ball i la dansa ha estat present en totes les cultures del món com a representat de les tradicions i costums de civilitzacions senceres.

Durant aquestes últimes dècades, amb l'arribada de l'estat del benestar i l'augment del temps lliure, ens hem pogut apropar a escoles i acadèmies per a descobrir un nou univers i forma de viure la vida... I es que en el ball, tot son beneficis: físicament, es produeix un augment de la força, la flexibilitat, la resistència i la coordinació muscular. També permet una millora a nivell psíquic, ja que el ball te importants efectes sedants i relaxa el sistema nerviós, ajudant a descarregar tensions i a desconectar dels problemes de la vida quotidiana. Finalment, les classes de ball en grup contribueixen a millorar les nostres relacions socials al interactuar amb la nostra parella, així com amb la resta d'alumnes, ajudant a crear noves amistats i vincles amb altres persones.

Però no ha estat fins aquests darrers anys que l'univers del ball ens ha ofert tot el

seu ric ventall de possibilitats: amb l'arribada a les nostres terres de gent de tots els països, em pogut accedir a maravelles exòtiques que fins ara havíem de creuar mig món per a conèixer: la dansa del ventre, el country, el bollywood, el balls llatins, etc. en son alguns exemples.

Però que te de màgic ballar? El ritme, la col·locació i l'harmonia de moviment son, entre d'altres, característiques comunes a totes les danses; potser quan les treballem i millorem som una mica mes feliços? Es la unió de la música amb el moviment acompassat del nostre cos que ens permet assaborir un trocet de cel a la terra? L'únic que està clar es que el ball te el poder de fer-nos somriure, de millorar el nostre caràcter i d'arreglar-nos un malt dia. I el millor es que apte per a totes les edats!!

Estem dons en un gran moment per a la dansa i en un inmillorable moment per a apropar-nos a aquesta amiga que te el poder de transportar-nos a un món de somriures, de fer-nos vibrar al seu ritme i de, sencillament, fer-nos gaudir del ball.

Així dons... balles?



ABRIMOS JULIO Y AGOSTO

TALLER DE MUSICA (para niños de 3 a 10 años)

TALLER DE BAILES (para niños de 3 a 14 años)

Funky

Hip-Hop

Danza moderna

INTENSIVOS BAILE :

Bailes de salón, tango, salsa, Flamenco, Sevillanas

INTENSIVOS MUSICA :

Piano, flauta, saxo, acordeón, guitarra española y guitarra eléctrica

Av. Alcalde Calbetó, 18 • VIELHA • TELF. 661 654 888

25 ANS D'INSTITUT D'ARAN: SUS ER ESPÈR ENA EDUCACION

W'agradarie començar damb ua frase de Martin Luther King que ditz atau: "Se sabessa qu'eth mon s'acabe leman, jo, qué encara plantaria un arbe". Aguesta frase se hec en relacion a un sentiment, un sentiment d'espèr comun, er espèr d'abitat en un mon melhor. Non i a dubte qu'ei ena educacion a on es nòsti escolans traparàn era clau d'aguest espèr. Ua clau que, dilhèu, en moment en qué viuem actuaument, de crisi, ei era mès importanta, perque era educacion les ajudarà a dispausar d'un pensament liure, innovador e critic, e a èster competenti en sòn trebalh diari.

Hè 40 ans, e damb era ajuda de fòrça familhes, es membres dera Fondacion Joan March, realizèren ua apòsta fòrça importanta entàs ciutadans dera Val d'Aran: era bastenda d'ua bastissa que supausèc era possibilitat de dispausar d'un institut, a on es mainatges e mainades dera Val podessen estudiar e educar-se prop de casa, sense besonh de marchar deth territòri. eth procès istoric desboquèc en traspàs deth collègi Joan March ar Institut d'Aran, e es competències de gestion sigueren recuelhudes ena sua totalitat pera Generalitat de Catalonha. Per tant, e des de hè ara 25 ans, er Institut d'Aran a ua responsabilitat de cap as ciutadans que viuen ena Val, qu'ei agarrar aqueth testimoni d'un projecte iniciat pera pròpia poblacion, entà premanir es ciutadans deth segle XXI.

Er espèr a de créisher entre nosati. E auem espèr, perque s'an realizat passi visibles e importants pendent aguesti ans en mon educatiu en generau, en Centre en particular. Melhores qu'an supausat un benefici entara qualitat des estudiants. es mès evidentes son es òbres de rehabilitacion der Institut, mès n'i a d'atues, dilhèu mès importantes, com eth trebalh desvolopat entà atier era diuersitat adequadament, en un mar de corresponsabilitat damb es institucions locals, e justot, era bastenda d'un Projecte Educatiu ondamentat enes signes identitaris dera Val d'Aran:

era sua lengua e eth sòn entorn.

Pendent aguesti darrèri ans es persones que configuren era Comunitat Educativa der Institut d'Aran an hèt un trebalh fòrça important entà desenhar aguest Projecte Educatiu, que mos a de procurar un encastre identitari e pròpri e que dongue satisfaccion as familhes. mos auem acalat en ua sèrie de programes educatius que son fòrça importants entara poblacion, e que mos an d'amiar enquiara excellècia educativa. ac afirmam des dera conviccion qu'em en un bon camin de trebalh collaboratiu damb es familhes, es institucions, es professionaus e es pròpris escolans.


Auem espèr perque observam que, en dia a dia, es persones, a còps, des dera discrepància, mès damb illusion, compromís e dialòg, cerquen d'arténher un objectiu qu'ei comun e compartit: qu'es escolans, es nòsti hilhs, poguen viuer en un mon melhor, que siguen competenti entà desvolopar eth sòn prètzhet, e que siguen premanit entà bastir ua societat melhor.


Eth nòste objectiu non pòt pas èster un aute que balhar un servici, qu'ei un trèt basic e fundamentau entà quinevolh ciutadan. Pr'amro d'açò, impulsam actuacions que cerquen era satisfaccion des ciutadans entà que tota era comunitat, tota era Val d'Aran se sente orgullosa de çò qu'ara madeish ei eth sòn Institut.

Manel Serrabona
Director der Institut d'Aran



pasa ratos



		Vagabundo errante	Hijastro Cifra romana	Río italiano Tueste, abrease	Camisa india Inv. Miembros viriles	
			Ciudad de las Bahamas			
			Patria de Abraham Tindica Inclusion Cartapacio o bolsa Juergas, tiberios	Calga con abundancia Inv. Apremiar	Combustible de hulla Plata	
		Devanecimiento Estilo musical	Melindre	Hombre tonto Esenciales	Hacia Pronombre demostrativo	Estallo Ruido, sin pelo Inv.
		Holgazán, perezoso Libro	Instancia psíquica Sangre divina	Este Del mismo sonido		
Fetidez del aliento Militar Inv.		Tartufo Cabos, maromas	Imágenes, figuras Alición a algo Inv.	Título inglés Frustrera		
					Obsecado, pertinaz	
Ensanchar, dilatación Convulsarían				Hombre muy fuerte Inv. Actino		
					Conjuro de creencias Gira, viaje	
Curio	Pospone aparta Inv. Magnesio		Estadista romano Divinidad egipcia			
		Vuelve a mirar Inv. Según		Médano Letra numeral		
Emanación, vaho			Tipo de sociedad	Armaón de una puerta		

EN LA FOTO: Narrador y poeta estadounidense. En sus obras, destacan el drama psicológico y la profundidad emocional. Utilizó para ello una larga prosa, además de un léxico meticuloso. Fue considerado el rival estilístico de Hemingway.

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

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

SOBRE LA MESOTERAPIA, OTRA VEZ

Recientemente ha dado bastante que hablar los tratamientos estéticos de personas con gran relevancia e impacto social. Los medios de comunicación llamados del corazón han puesto de manifiesto los diferentes tratamientos realizados para conseguir los resultados que reflejan las imágenes. Estas noticias, a parte de la frivolidad aparente revelan 2 cosas fundamentales:

1. Actualmente los mejores resultados se consiguen con la combinación de 2 ó más técnicas de eficacia comprobada.
2. Cada vez es mayor el número de personas que recurre a estas técnicas de Medicina Estética que tienen la ventaja, sobre la cirugía, de permitir en la mayoría de los casos, continuar con la vida normal desde el primer día de tratamiento (sin postoperatorio, sin dejar de trabajar, ambulatoriamente...).

Recientemente (del 13 al 15 de mayo) se celebró un importante acontecimiento científico de referencia internacional. Las Jornadas sobre Medicina y Cirugía Cosmética que anualmente tienen lugar en Sitges (Barcelona). En él se actualizaron técnicas y tratamientos en dicho campo quedando de manifiesto la veracidad de los asertos anteriores. En la actualidad la medicina posee técnicas muy eficaces que son capaces de mejorar espectacularmente la piel del rostro atenuando los efectos propios del envejecimiento. La combinación entre ellas hacen que el resultado sea mucho mejor ya que cada una de ellas mejora un determinado factor.

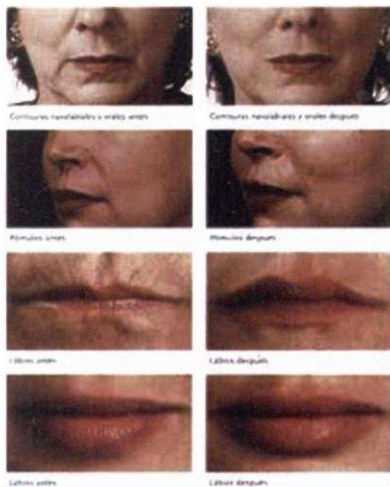
En el rejuvenecimiento integral del rostro los tratamientos fundamentales son los siguientes:

1. El peeling médico que es capaz de mejorar el aspecto general de la piel. Tras la aplicación de una sustancia médica la piel sufre una auténtica renovación a lo largo de unos 3 a 7 días. El color y la textura cambian de un modo radical.
2. La denervación selectiva (Botox, Wislabel) consigue acabar con la contracción y el gesto permanente del entrecejo y musculatura frontal que es el origen de las arrugas en dicha localización. Tras la infiltración superficial del producto y en los días que siguen al tratamiento la piel sufre una transformación. La arruga desaparece como si se hubiera realizado un planchado de la misma.
3. El tratamiento con productos biológicos de relleno como el ácido hialurónico, constituyentes habituales de la piel, repone la sustancia que da soporte a la piel, levanta el surco de la arruga y ésta desaparece.
4. Productos biológicos que nutren

en profundidad la piel mejorando la circulación y la hidratación de la misma. Son conocidos como infiltración de vitaminas para tratar el envejecimiento del rostro.

Estos tratamientos hacen posible tratar de un modo integral el problema estético que tenemos delante eligiendo el más adecuado. La información previa al tratamiento es fundamental. En ella debe quedar claro en qué consiste la técnica, las alternativas al problema, los cuidados previos en el domicilio del paciente así como los posteriores y los efectos secundarios. Éstos son pequeños y permiten realizar vida normal pero deben ser explicados adecuadamente.

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

TRATAMIENTO MEDICO DE LA OBESIDAD

- * Obesidad generalizada y localizada
- * Dietas personalizadas
- * Mesoterapia y laserterapia
- * Test intolerancia alimentaria (A/217)

Plaça Pas d'Artò, 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

**INFORMACIÓN
GRATUITA
PREVIA CITA**

Extracto del libro Crisis: ¿Qué crisis?

20-04-2.011: Las directrices de los gobiernos en general, para reactivar la economía, tienen como elementos principales la reducción del déficit, la austeridad en el gasto y el incremento de la exportación mediante la reducción de los costes laborales.

En general, y en España en particular, no se halla solución a la elevada deuda global, incrementada cada año con un nuevo déficit, aún que se haya reducido desde sus máximos, y que se tiene que ir renovando como si de un "peloteo" de letras de cambio se tratara, ni al desempleo, al que no se ve solución en el medio plazo.

En Catalunya, las autoridades estimulan a los empresarios a buscar mercados con preferencia fuera de las fronteras españolas, debido a los mejores fundamentos de otros países para que se re-active el consumo, reducido en el nuestro aún mas a causa de las drásticas medidas de empobrecimiento que se están llevando a cabo. También al temor a que puedan surgir nuevos episodios de tensión entre esta Comunidad Autónoma y el Estado a causa de la financiación y las emisiones de Deuda Pública no autorizadas por el Gobierno central.

Existe un precedente de tensión, cuando las controversias surgidas con esta Comunidad en algunos sectores nacionalistas españoles, jaleados por sus potentes medios de comunicación, que dieron lugar al lanzamiento de un "boicot" a los productos catalanes, con especial incidencia en el consumo de cava catalán en España. Pasado el episodio después de meses, se comprobó que la producción que se dejó de vender en España se vendió en el extranjero, lo que posibilitó la apertura de nuevos mercados y transformar el pretendido perjuicio en beneficio. No es necesario un detonante para salir a vender al exterior, y el mundo es un solo mercado en el que se debe competir.

Pero; ¿se puede rescatar así el Sistema Económico, o solo alargar su agonía?

¿Qué bases se están sentando para superarlo o enmendarlo de forma eficaz y duradera?

23-04-2.011: Aparecen síntomas revolucionarios en el mundo rico, que pueden ser iniciadores de un cambio auténtico: El libro más vendido en España, y uno de los más vendidos en Francia, ha sido un panfleto obra del único ponente vivo de la redacción de la Declaración Universal de los Derechos Humanos, de la Asamblea General de las Naciones Unidas, el 10 de diciembre de 1.948, Stéphane Hessel, "Resistente" durante toda su vida, y autor de esta obra a sus 93 años.

Revolucionarias son la personalidad del autor, la obra, titulada "¡Indignaos!", y la propia Declaración Universal de los Derechos Humanos, que, para vergüenza de la humanidad, sus 30 artículos solo contienen principios tan sencillos y concretos como incumplidos de forma generalizada 62 años después. Invito a quién le interese a que la descubra en la página "web" de las Naciones Unidas.

Otra noticia importante es que el Senado de EE. UU. se plantea si se deben juzgar los responsables del colosal engaño del sector financiero a la población mundial, casi en su totalidad residentes en las entrañas del Imperio y parte del Sistema.

En el fondo de la cuestión está lo que se podría resumir como Escala de Valores y su orden de prioridades, derechos, obligaciones justicia y equidad.

Solo alterando el orden de prioridades existente se conseguirá un Sistema más humano.

LIBRO EN PREPARACION, DE D. JOSE TOLO

www.toloassociats.com
jose@toloassociats.com

Frases para cuando vayamos a comprar al mercado que nos serán de utilidad:

Frases tà quan anem a comprar en mercat.

Quiero un quilo de tomates

Deme cuatro calabacines

¿Cuánto cuestan las patatas?

¿Tienen pescado fresco?

Necesito un bote de tomate triturado

¿Me puede cortar la carne?

Me gustaría comprar manzanas maduras

- Voi un quilò de tomates.

- Mè pòt dar quate cojardets

- Guaire còsten es truhes?

- Auetz peish fresc?

- È de besonh d'un pòt de tomata triturada

- Me poderie talhar era carn?

- Voleria comprar pomes madures.

Vocabulario:

Patatas	Truhes	Calabacines	Cojardets
Cebollas	Cebes	Ajos	Alhs
Pepinos	Cornishons	Calabaza	Coja
Acelgas	Bletes	Espinacas	Espinacs
Manzanas	Pomes	Peras	Peres
Plátanos	Bananes	Melocotones	Persecs
Tomates	Tomates	Lechuga	Leituga
Carne	Carn	Ternera	Vedèra
Cordero	Anhèth	Cerdo	Pòrc
Pescado	Peish	Marisco	Marisc/fruts de mar
Merluza	Merluç	Bacalao	Bacalhà
Rape	Rap	Mejillones	Muscles
Gambas	Gambes	Sardinas	Sardines
Fresco	Fresc	Maduro	Madur
De temporada	dera sason	Del día	Deth dia
Congelado	Congelat	Seco	Sec
Quilo	Quilò	Gramos	Grams
Cantidad	Quantitat	Pieza	Pèça

Repaso de las partes del cuerpo:

Cabeza	Cap
Brazo	Braç
Mano	Man
Dedo	Dit
Pierna	Cama
Tobillo	Cauilhar
Ojo	Uelh
Nariz	Nas

Repassam es parts deth còs

Cuello	Còth
Codo	Code
Muñeca	Canèth
Uña	Ungla
Rodilla	Jolh
Pie	Pè
Oreja	Aurelha
Pelo	Peu

BIENVENIDOS

Dada la importancia de las nuevas tecnologías en el mundo de la empresa moderna, así como en nuestros hogares, damos paso a esta nueva sección.

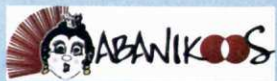
Hasta hace relativamente poco tiempo las conocidas hoy como TICs parecían algo dedicado a grandes empresas o usuarios avanzados. Hoy en día nuestras empresas ya no pueden ignorar el uso de un ordenador y toda la información parece que sea inexistente si no se encuentra en Google o Wikipedia.

Así como los comercios y restaurantes deben disponer de, al menos, un aparato TPV para cobros en tarjeta, los estudiantes no pueden prescindir de un ordenador, y las amas de casa buscan sus recetas en Internet. El Doctor Google irrita a los médicos, porque sus pacientes ya no creen ciegamente en sus diagnósticos, y todo viajero parte de casa con un aparato de Navegación o, a falta de él, unos planos sacados de Internet. Hay gente que a duras penas saluda por la calle y se relaciona abiertamente en las redes sociales. En Facebook encuentras amigos de la infancia de los que hace mil años que no sabes nada, y tienes más contacto con tus parientes lejanos con los que no habías hablado nunca por teléfono. Y... qué decir del móvil... ese fiel compañero que te rescata en tus momentos de soledad y que vela por la tranquilidad de las madres cuando sus niños salen de fiesta.

¿Qué puntos comunes se observan? La tecnología tendrá sus perjuicios, pero nos aporta mucha comodidad y ha trasladado la rapidez del transporte de la información/comunicación a un plano que nuestros ancestros jamás hubieran imaginado.

Esperamos en esta sección acercar algunos conocimientos a usuarios de diferentes niveles, y... ¡esperamos que os guste!

Artículo escrito por Carolina Toló i Vega



MADeIN Lüchön

Suplemento Mensual GRATUITO

JUNIO
2011



AraNau
era revista dera Val d'Aran

Made Luchon



PORTADA LUCHON

Crédit Photo : © Dominique VIET / CRT
Midi-Pyrénées / OT Luchon

Edición:

NAU ARAN S.C.P.

Impresión:

Talleres Gráficos Vigor

Maquetación y Diseño:

Alexia Grustan.

Directora Comercial:

M^o Rosa Puig.

Director de redacción:

Jorge López Pallares.

Tirada:

7.000 ejemplares

Depósito legal:

1-1145-08

Distribución:

Gratis

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



Passion

Esthétique

Beauté

Parfumerie Esthétique

Danièle

24 allés d'éigny - 31110 - LUCHON

05 61 79 11 68

FIESTA DEL HARO. DE LUCHON

JUEVES 23 de junio

Brandon de la St. Jean (el Haro de Luchon) , en Allées d'Etigny y el Parque de Las Termas.

21h30 : Salida del desfile de los Cuías de Montaña, desde la Plaza del Comminges acompañados por la Compañía Akouma (grupo de animación). Llegada al Parque Termal.

Con animación folclórica , encendido del Haro y espectáculo pirotécnico, a cargo de Akouma.
Espectáculo Gratuito

MARTES 28 de JUNIO

Haro de San Pedro, Salida desde la Estación de Luchon a las 21h30.

Los amigos de los Pompiers encenderán el Haro en la Fuente Taján, a las 22 horas. Acompañados por la Coral de los "Hijos de Luchon"
Espectáculo Gratuito.

MAIRIE DE LUCHON



FIESTA DE LOS PIRINEOS

SABADO 11 DE JUNIO
10 horas : Desfile de 9 grupos folclóricos pirenaicos en el Paseo de Les Allées d'Etigny con llegada a la Plaza del Ayuntamiento.
De 15 a 18 horas: Espectáculo folclórico, en la Plaza de las Termas, por la noche cena típica pirenaica en el Hospice de France con un narrador de cuentos pirenaica .

DOMINGO 12 DE JUNIO
En l'Hospice de France : Comida pirenaica, con animación musical .Por la tarde música y baile a cargo de grupos folclóricos del Pirineo.

SABADO DOMINGO 11 & 12 DE JUNIO 2011 LUCHON

Luchon
MAIRIE DE LUCHON

venir a Luchon

En coche:

Desde Barcelona

(vía, Lleida, Vielha) 350 Km

Desde Madrid

(vía Lleida, Viela) 590 Km.

Desde San Sebastian

(vía Bayona Pau) 290 Km

Desde Valencia

(vía 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



Cupiaran

Cubiertas Pizarras Aran

- **Vente et montage de maisons en bois**
- **Construction de toits en ardoise**
- **Vente d'ardoises de première qualité**

Les houtjades de debat
65300-Lannemezan
Tel. +34.973.64.32.37
+34.630.78.96.50

Edif. Eguzki, Local 4
Centro Comercial Elurra
25539 Betren (Val d'Aran)
Tel. 973 64 32 37 - Fax 973 64 32 38

cupiaran.es / cupiaran@cupiaran.es



VAL D'ARAN

Vente de maisons de haute qualité. Soleil toute la journée et belles panoramiques sur la Vallée A PARTIR DE 200.000 €. Même prix que les maisons de « protection officielle »
RENSEIGNEMENTS : Tel. 00 34 973 64 32 37



Golf Municipal de Luchon

Competiciones de Junio

DOMINGO 5

“Copa de los Restauradores”. *Stableford*

VIERNES 17

Challenge René Prada Honorables Séniors.
Stableford

SÁBADO 18 Y DOMINGO 19

“Pro-Am Picabea”. *Pro-am*

JUEVES 23

Medalla mensual. *Stableford*

DOMINGO 26

“Copa del Casino”. *Greensome*

Luchon
MAIRIE DE LUCHON

Vaporarium natural

Luchon

único en Europa

FORME & BIEN-ÊTRE

Vaporarium
+ Piscine **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 magnificas instalaciones.

Piscina de agua termal / Hydro jets / Cama de burbujas

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

Solamente a dos pasos de la Val d'Aran

Luchon Forme et Bien-Être

Cours des Quinconces

31110 Bagnères de Luchon - FRANCIA

Tél: 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€

El «Vaporarium»; Hammam 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 hammam natural de agua con azufre. Según los mismos romanos:

«*Balneum lixonense post neapolitense primum*»

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

Curiosidades:

La longitud total de sus galerías (150 metros) lo convierten en un lugar único en Europa. Está formado por galerías naturales, pero acondicionadas para proporcionar el confort necesario. Sus aguas termales, ricas en azufre y sodio, filtran a través de las paredes de las galerías. Su temperatura natural es de 73°C, pero se crea un ambiente cálido

- (38-42°C) y húmedo (95%) que favorece:
- El equilibrio ponderal.
 - La limpieza de la piel (El azufre limpia la grasa de los poros de la piel).
 - La eliminación de toxinas.
 - La permeabilidad de las vías respiratorias.



Hacer una sesión normal:

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

**El telecabina
conecta
Superbagnères
a Luchon (1800 m).**

Un viaje inolvidable !

Descubrirá una vista impresionante sobre la ciudad y su valle y el panorama de los Pirineos, con sus muchos picos de más de 3000 metros (incluyendo el Aneto, culminación de los Pirineos).

Para horarios y tarifas, contacte, con la Oficina de Turismo de Luchon (00.33.561.79.21.21 / www.luchon.com)



Made in
Luchon

BTT, ARAPAHO, DIRT MOUNTAIN

**¿Quiere retar a las
montañas?**

**¡Disfrute en vehículos de dos
ruedas los 260 kms. de senderos
balizados! Bicicleta Todo
Terreno, Arapaho, Dirt
Mountain: sobre gustos, no
hay nada escrito.....**

**En los valles de Luchon, existen
25 circuitos adaptados a todos
los niveles de práctica, desde
el recorrido para principiantes
hasta el recorrido que requiere
sólidas bases deportivas.**

**Estos circuitos están catalogados en
una guía disponible en la Oficina de
Turismo de Luchon y nuestros
profesionales le ayudarán a escoger
todas clases de fórmulas, desde la
clase de pilotaje hasta el descenso
controlado.**



Junio MES del Jardín

2011

**Del 1^{er} junio
au 30 junio**

Luchon
Parc et établissement thermal
Parc du Casino
Maison du Curiste

Visita a los invernaderos municipales, exposiciones, conferencias,
concurso visita al Jardín Botánico de Melles.

Se incluye las "Citas en los jardines" los días 3, 4 y 5 de junio
en colaboración con DRAC Midi-Pyrénées :

Visitas guiadas a los parques y jardines municipales y exposición fotográfica
"Sueño de Imágenes" en el Parque Termal del 1 al 30 de Junio.



**MAISON DU CURISTE
COURS DES QUINCONCES
05.61.79.22.22.
maison.du.curiste@orange.fr**

Luchon
MAIRIE DE LUCHON

LUCHON ROCK FESTIVAL

8 & 9 **JUILLET 2011**
STADE
DU
LYCEE **18H**

MOONGAI | MISTER JONES
MARIA GHANIMA | ALAR BELOIDE

THE DODOZ | TRAFIKO
LA JARRY | THE BOOZE

+ FINALE "TREPLIN" ROCK'
SNACKBAR | THE FLYING MASTERS
HERMIT'S BLACK NOISE

WWW.LUCHONROCKFESTIVAL.FR

PAF 2 jours : 15 € | Vendredi 8 et Samedi 9 Juillet : 10 € | Gratuit pour les moins de 12 ans

Renseignements : office du tourisme 05 61 79 21 21 | www.luchonrockfestival.fr

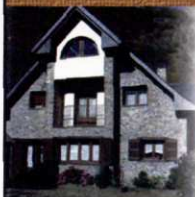
Locations : FNAC - CARREFOUR - GEANT - MAGASINS U - INTERMARCHÉ

www.fnac.com - www.carrefour.fr - www.francebillet.com

0 892 68 36 22 (0,34€/min)

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



HÔTEL ***
LE MAJESTIC

60.00€*

Boulevard Amédée Fontan

31110 Luchon

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

reservation.lemajestic@gmail.com

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



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

*Tren Turístico
Luchon*



Fuera de vacaciones escolares

*Abierto : Miércoles, sábados
y Domingos*

En vacaciones escolares

Abierto todos los días

Visitas comentadas
Tel. 00 33 615 06 39 61
www.luchon.net



Parrilladas a la piedra

Raclettes al fuego
de leña

Deliciosas Fondues

ABIERTO TODO EL DIA

30, Allées d'Etigny

31110 LUCHON

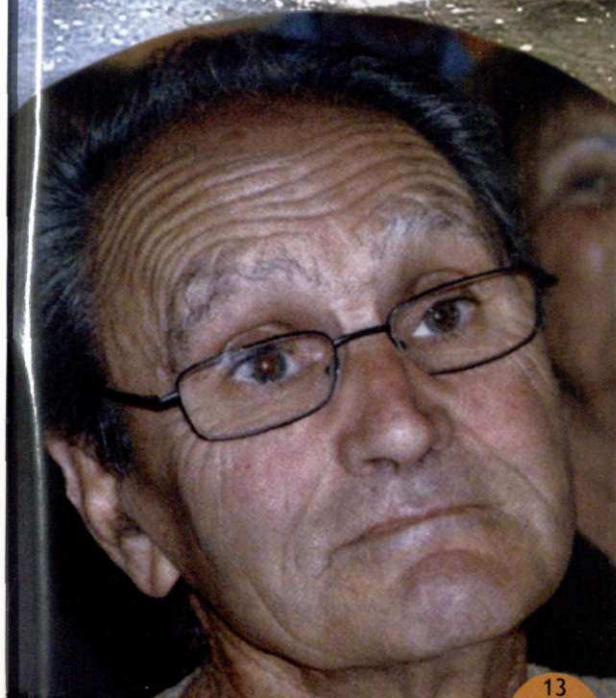
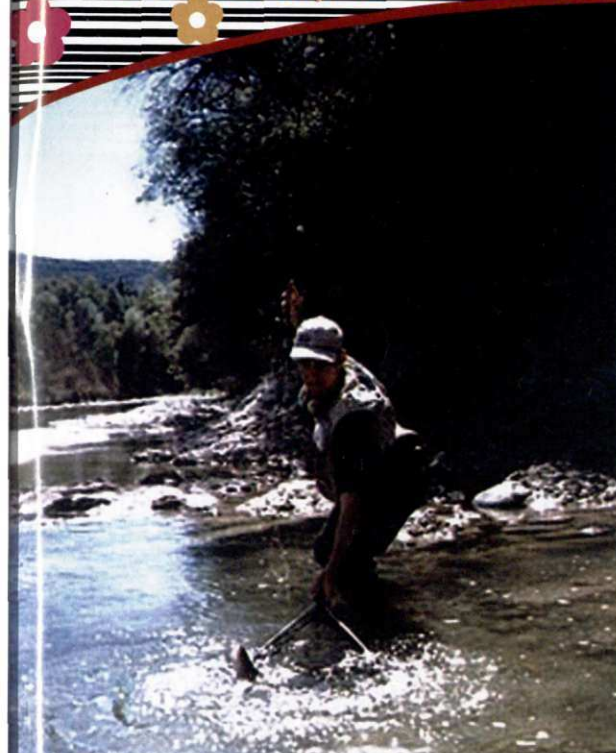
Tel. 00 33 561 945 945

www.lacremaillere.fr



pour nos amis

Jo Tarin, le cœur et la plume



Ce sont des liens de cœur que Jo Tarin a tissés avec sa ville. L'ancien commerçant disert qui tenait conversation à ses clients, abrite, sous sa verve, un auteur sensible et pertinent. Venu tard et en amateur à l'écriture, Jo Tarin développe de véritables talents que la semaine bleue a rendu publics. Son sens aigu de l'observation, sa perception du monde et des choses, son analyse caustique ou amusée, ses révoltes.... Jo Tarin les couche sur le papier en témoin attentif du temps qui passe, du monde qui bouge. Bruts, imagés, bourrés de poésie, de paysages bucoliques, ces écrits ont valeur de sagesse, d'indignation ou de philosophie. Une partie de pêche une promenade avec son chien, un regard ébloui sur un enfant... c'est dans l'ordinaire des jours que Jo Tarin trouve son inspiration.

Dans une expression à la fois spontanée et riche, il parle à cœur ouvert des petits bonheurs et des misères de la vie, d'Une époque marqué par moins d'humanité, moins de solidarité, certes...mais en dépit de tout, Jo Tarin, sait entre les lignes trouver matière à s'enthousiasmer, à s'agacer ou à aimer, bref à vivre.

« J'écris spontanément, comme je pense, comme je ressens les choses », dit Jo Tarin, qui s'oppose à enfermer l'écriture dans des codes, des formats, des règles strictes. Autant dire que les « ateliers d'écriture dirigée » ne sont pas sa tasse de thé. Par contre Jo Tarin trouve « dommage que les gens n'expriment pas ce qu'ils ressentent. Ecrire, c'est jouissif, c'est libérateur. Peu importe l'orthographe, la syntaxe, il faut oser poser ses mots et ses idées », dit-il. Il rêve d'ateliers d'écriture libre.. et attend avec impatience un signe de ceux qui en rêvent aussi.

Article écrit à l'occasion de la Semaine Bleue, où l'atelier théâtre adultes de CCACC de Cornebarrieu a fait une lecture de quelques unes de ces nouvelles

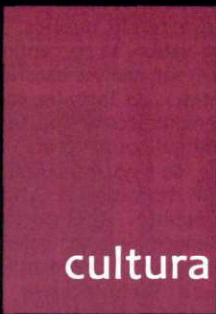
Merci M. Jo Tarin, depuis notre magasin de la Vallée d'Aran pour votre humeur, et pour les écrits amusants, pleins de tendresse et parfois d'un humeur caustique, que nous aimons bien.

Nous espérons pouvoir continuer encore longtemps avec vous.

Aran Nau Rédaction



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



índice anunciantes

ALIMENTACION Y DIETETICA

Madre Tierra (Vielha) 7
Intermarché (Cierp-Gaud) 28

ALQUILER MAQUINARIA

Calvo (Vielha) 23

ASESORIAS - GESTORIAS-

ABOGADOS
Cadion (Vielha) 9
J. Toló i Associats (Vielha) 3
Cudos (Vielha) 11

ASOCIACIONES DE COMERCIANTES

Associació Comerciants Bossòst 21

CARPINTERIAS -MADERAS

Fusteria Clapers Piqué (Vielha) 9/11
Cabau. Ramirez (Era Bordeta) 21

CONSTRUCCIONES

Gran Aran (Vielha) 11

DISEÑO GRAFICO

Publigráf (Reus) 15

CORTINAS y TAPICERIAS

Magatzems Sant Jordi (Lérida) 23

ELECTRODOMESTICOS

Electrónica M. Perailes 21

ESCUELAS

Escola Musicau Val d'Aran (Vielha) 2
Escuela Itinerant de Balh e Musica (Vielha) 34

FLORISTERIAS y JARDINERIA

Flors e Floretes (Vielha) 23
Jairo José Piñero (Vielha) 17
Eth Jardinet (Vielha) 18
Pradel Horticulture (Luchon) 3

FONTERIA- ELECTRICIDAD

Fontaneria Busquet (Les) 7

FOTOGRAFIA

Aran Color (Vielha) 19
A. Ruiz (Vielha) 9
Manuel Tamayo 3

HOTELES

Hosteria Catalana (Bossòst) 9

INFORMATICA

Vielha Computer (Vielha) 5

INMOBILIARIAS

-PROMOTORES
Eth Puntet (Vielha) 5
Fincas Saplan (Les) 7
Gran Aran (Vielha) 11

LAVANDERIAS- TINTORERIAS

Jonerick (Betren) 19

SERVICIOS

-MANTENIMIENTO-LIMPIEZA
Jairo José Piñero (Vielha) 17
Lutz Aran (Les) 7

LIMPIEZA DE CHIMENEAS

Limpiezas de Chimeneas (Sort) 27

MOSQUITERAS

Glosojor (Vielha) 27

MEDICINA. ESTETICA

Dra. M^a José Cutando (Vielha) 37

MODA - LENCERIA

Novetats Codina (Bossòst) 21
Textil y Hogar (Bossòst) - 25

PINTORES

Pinturas Nassare (Bossòst) 17
Jairo José Piñero (Vielha) 17

PELUQUERIAS

Carmen Sicart (Vielha) 13

POMPAS FUNEBRES

Funeraria Borrás (Vielha) 16
Funeraria Saura (Vielha) 16

RESTAURANTES

Era Tiurna (Les) 15
Hosteria Catalana (Bossòst) 9
Cafeteria Adans (Vielha) 33

ROPA INFANTIL

Diablillos (Vielha) 3
Era Mainadera (Les) 21

SEGUROS

Mapfre (Vielha) 11

IT E U V E (Revisión) Vielha

27

TALLERES AUTOMOVILES

Talleres Garona (Vielha) 7

TALLERES BICICLETAS

Luchon MTB (Luchon) 3

TERMAS

Termas de la Baronia de Les 5

TELEFONIA

Electrónica Perailes (Vielha) 21

VENTA DE LEÑA

Ets Denard 13

VETERINARIOS

Aran Veterinaris (Vielha) 11
La Bonne Patte - Pensió Mascotas (Fronsac) 25

índice anunciantes

ATRACCIONES

Le Petit Train Luchonnais (Luchon) 12

CONSTRUCCIONES

Anpema 2001 (Bossòst) 12
Cupiaran (Vielha) 4
Gran Aran (Vielha) 12

HOTELES

Le Majestic (Luchon) 12

PERFUMERIAS Y ESTETICA

Danielle Parfumerie (Luchon) 2

RESTAURANTES

La Cremaillère (Luchon) 12

TERMAS

Luchon Forme et Bien Être (Luchon) 6/7

Cultura

- ARAN TEATRE
- ASSOCIACION SETMANA SANTA DE BOSSÒST
- FONDACION MUSÈU ETNOLOGIC DERA VAL D'ARAN

Espòrts

- CEVA 2010 (CURLING)
- FOTBOL FEMENIN LES
- ARAN CRYSTAL TEAM (BALLET SUS GÈU)

Cooperacion e Accion Social

- SOROPTIMIST
- GRAE E TAF HELICOPTERS
- ASSOCIACION CONTRA ETH CÀNCER VAL D'ARAN (AECC)

Promocion Economica

- PEDALS DE FOC
- HORMATGERIA TARRAU
- TÈRMES BARONIA DE LES



PRÈMIS 17 DE JUNH

VÒTA UN CANDIDAT DE CADA CATEGORIA EN
www.conselharan.org

Conselh  Generau d'Aran