

era revista dera Val d'Aran

Nº 41

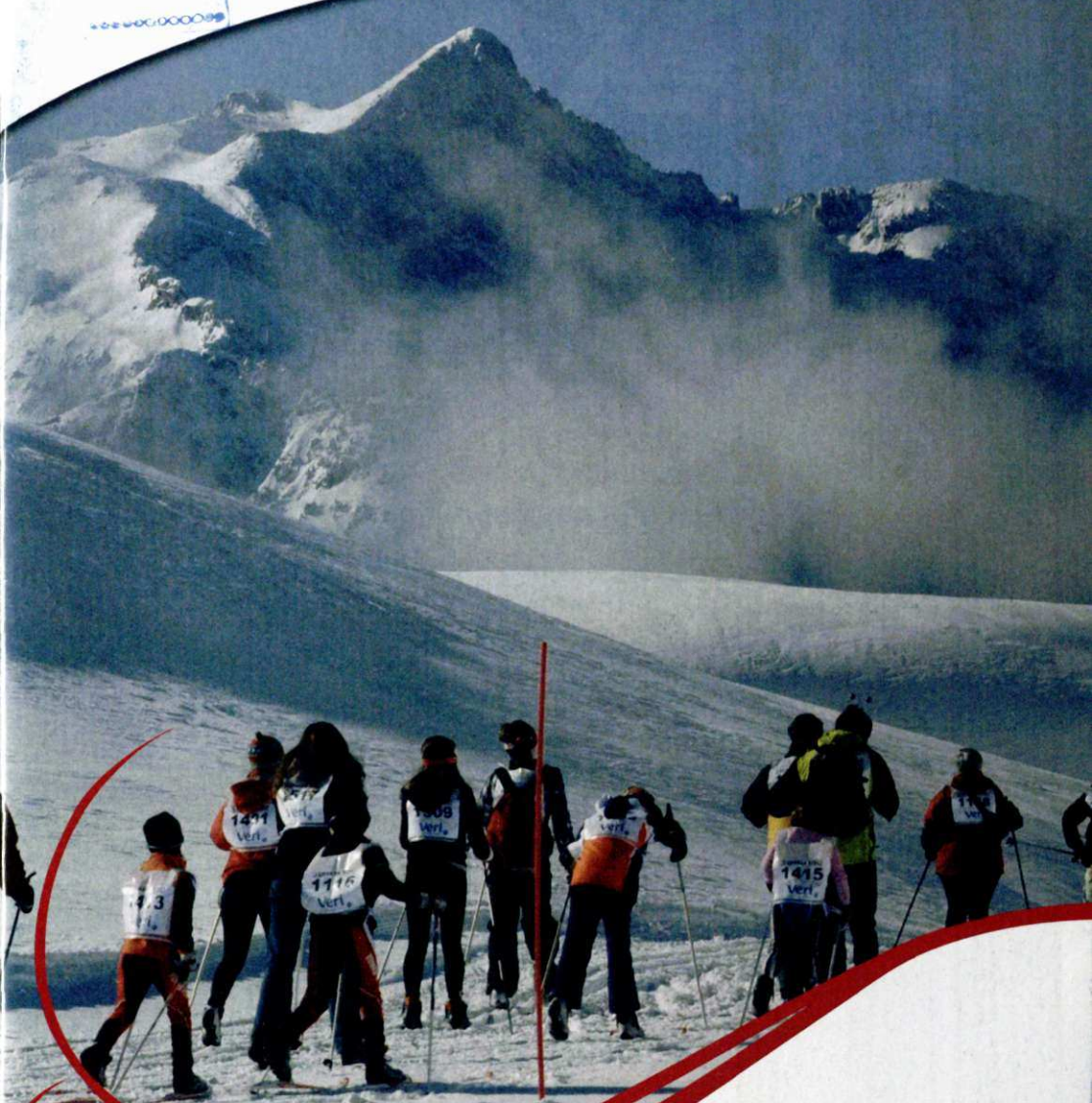
# AraNau

R. 9498

HEREUÈR  
2012

Revista Mensual GRATUITA

.com



## Luchon

*Pyrénez-vous !*



# 33 au

# MARXA BERET

4/5/02/12

Val d'Aran



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

## PLAN DE BERET

Marcha Populara d'esquí de hons

42, 21 e 10 km

estil classic

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





# CENTRE COMMERCIAL LES PORTES DU VAL D'ARAN



Solamente a 33 Km.  
del Valle de Aran



de 9 h a 19 h  
du lundi au samedi



de 9 h a 21 h  
du lundi au vendredi  
le samedi

05 61 94 22 60



de 9 h a 21 h  
du lundi au vendredi  
le samedi

05 61 94 40 08



de 9 h a 21 h  
du lundi au samedi

05 61 89 98 89



de 9 h a 21 h  
du lundi au jeudi  
vendredi et samedi

05 61 88 40 43



de 9 h a 21 h  
du lundi au samedi

05 61 95 11 62



de 9 h a 19 h Non stop  
du lundi au samedi

05 61 94 25 73



de 9 h a 19 h 30  
du lundi au samedi

05 61 95 79 79



Ouvert 7/7j  
de 8 h a 21 h 30

05 61 88 33 33

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

PROXIMA APERTURA DE UN TALLER DE COCHES



## Norauto

Todo para el automóvil:  
neumáticos, frenos,  
amortizadores,  
tubos de escape, radios,  
aire acondicionado.....

Centro Comercial "Les Portes du Val d'Aran", junto a SUPER U

## Servicios Informáticos

Páginas Web's  
Reparación  
Mantenimiento



### VIELHA COMPUTER

Software  
Consumibles  
Audio-Visuales

Venta de equipos

Tel.: 973.64.10.53

info@vielhacomputer.com

Av. Castero Nº 15, local 13

25530 Vielha - LLeida

www.vielhacomputer.com

# AraNau

era revista dera Val d'Aran

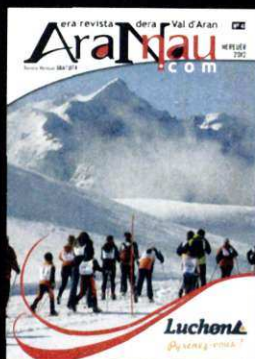


Foto de Francès Tur cedida por  
Turisme Val d'Aran

## Edición:

NAU ARAN S.C.P.

## Impresión:

Indugraff Offset

## Maquetación y Diseño:

Alèxia Grustan.

## Directora Comercial:

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

## Director de redacción:

Jorge López Pallarés.

## Tirada:

7.000 ejemplares

## Depósito legal:

1-1145-08

## Distribución:

Gratuita

## Nau Aran, S.C.P.

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

# SUMARIO

- 6/8 Sonque aran
- 10 CEVA
- 12 Teléfonos de interés
- 14 Anuncios económicos
- 16 Trucos
- 17 Consejos de jardinería
- 18 Agenda en Aran
- 18 Era escola
- 20 Horóscopo
- 22 Mascotas
- 24 Medicina y estética
- 26/27 Horarios de autobus
- 32 Comic
- 34 Pasaratos
- 36 Era val d'auti tempsi
- 38 Aran pour nos amis
- 42 Una casa en el valle
- 43 Gent d'Aran
- 54 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](mailto:rosa@arannau.com)

Suscripciones a ARAN NAU

Llamar al teléfono 973 64 04 87 y

por sólo 30€\* anuales (55€ para Francia), les  
enviaremos puntualmente la revista a su casa



TE INFORMAMOS: ENTRA  
[www.toloassociats.com](http://www.toloassociats.com)



**Servicios:**

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

**Ahora tambien  
 peluqueria canina!!!**

**Visitas concertadas:**

**Tel. 973 64 23 61**

Avda. Garona, 25 - bajos VIELHA  
[www.aranveterinaris.es](http://www.aranveterinaris.es)

HOTEL  
  
**HOTEL ARAN**  
 \* \* \*  
**PASTISSERIA ETH BREÇ**  
**LLIBRERIA RUDA**  
 Avda. Castiero, 5  
 25530 - VIELHA  
 Tel. 973 64 00 50  
 Fax 973 64 00 53

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



**GRANARAN**  
**CONSTRUCTORA**

REFORMAS EN GENERAL

Avd. Castiero, 17 2º 5º  
 25530 VIELHA

Tel. 676 658 639  
[granaran@granaran.com](mailto:granaran@granaran.com)

CAMISETAS · POLOS  
 SUDADERAS · PANTALONES  
 "ROPA PARA BEBE, NIÑO/A Y ADULTOS"



**EL NIÑO**

**TODO  
 2x1**

EL NIÑO-Vielha  
 C/ Eth Roser, 11 - Frente Instituto VIELHA  
 Telf. 973 64 13 06 · [info@elninovieiha.com](mailto:info@elninovieiha.com)

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

**basteret**



restaurante | cazuelitas | tapas



## Asamblea de Torisme Val d'Aran

Anna Díaz, conselheira de Torisme presentèc eth passat 12 de ger en Otel Tuca de Betren , es plans entara promocion e era dinamizacion deth torisme e eth comèrç aranés, que pretèn hèr ua fòrta campanha divulgativa de promocion a nivèu nacionau e internacionau e potenciar era gastronomia e productes dera merca deth territòri.

Torisme Val d'Aran treballarà amassa damb era Agència Catalana de Torisme entà ampliar era competitivitat toristica e poder confirmar atau era sua presència en hèires importants e de grana repercussion tant nacionau coma internacionau. Cau soslinhar, qu'eth mercat israelià e rus an fòrça interès en Aran, atau coma eth touroperador britanic Neilson-Thomas Cook. En brèu i aurà ua amassada conjunta entre Neilson-Thomas Cook e era conselheira Anna Díaz, "entà promocionar er esquí e eth torisme actiu deth territòri aranés".

Actuauments, aguest touroperador opèrè en aeropòrt d'Alguaire e eguan ja a començat a portar toristes britanics a esquiar a Baqueira Beret.

Anna Díaz a confirmat era presència de Torisme Val d'Aran en Futur, hèira internacionau de torisme que se celebre en Madrid



## Era inclusion dera MARXA BERET en Circuit Europèu Euroloppet, desvelha er interès de corredors de tot eth món

Es condicions dera nhèu en Plan de Beret són excellents e eth circuit d'esquí de hons se trape en perfectè estat entara practica d'aguest espòrt.

Es preparatius dera 33au edicion dera MARXA BERET, era pròva d'esquí de hons més important des que s'organizen en Estat espanhòu, seguissen a bon ritme. Era corsa, qu'er an passat compdèc damb més de 1300 participants, arrenh enguan ua naua dimension damb era inclusion en circuit europèu Euroloppet, qu'a hèt que molti esportistes de païsi dera Union Europèa, coma ei eth cas de França, Alemanha e Noruega ja agen formalizat era sua inscripcion via internet ena MARXA BERET d'aguest an. Ues inscripcions que són dubèrtes des deth dia 1 de deseme der an passat. Era inclusion ath circuit Euroloppet dera 33au edicion

dera MARXA BERET, a hèt qu'esportistes dera rèsta deth món, coma ei eth cas de marchadors russi, canadencs e nòrd americans, ja agen formalizat damb era sua inscripcion, eth sòn desir de participar en aguesta corsa d'esquí de hons tant popular e d'ampla tradicion.



## Jornada de trabalh deth director generau d'Urbanisme e Ordenacion deth Territòri dera Generalitat, Sr. Agustí Serra, ena Val d'Aran.

Eth director generau d'Urbanisme e Ordenacion deth Territòri deth Departament de Territòri e Sostenibilitat dera Generalitat de Catalunya, Sr. Agustí Serra, a mantengut diuèrses amassades de trabalh damb eth sindic d'Aran, Carlos Barrera, e es alcaldes e alcaldes pedanis der Aran, entà començar es trabalhs corresponents ara modificacion deth Plan Director Urbanistic dera Val d'Aran..

Agustí Serra expliquèc qu'a compdar d'ara totun qu'es trabalhs de modificacion s'amiaràn a terme des dera conselheria de Territòri e Sostenibilitat, i aurà amassades periodiques cada dus o tres mesi, entà coordinar des deth Conselh Generau d'Aran es modificacions deth Plan Director Urbanistic, e

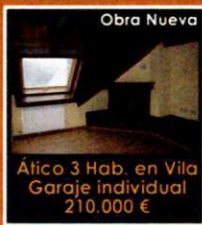
arténher atau qu'es prepauses permeten eth maxim de participacion des diuèrses institucions araneses, atau coma tanben eth maxim debat possible damb eth territòri.







Casa rústica reformada. Gausac  
225.000 €



Obra Nueva  
Ático 3 Hab. en Vila  
Garaje individual  
210.000 €



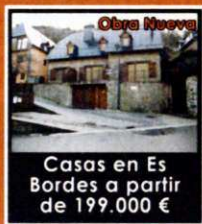
Dúplex en Vielha  
3 habitacions  
210.000 €

**Puntet**  
Immobilària

www.puntet.com  
info@puntet.com  
Passeg dera Libertat 12 Vielha  
973 64 25 31 605 87 98 36



Dúplex 3 hab.  
Solan de Vielha  
230.000 €



Obra Nueva  
Casas en Es  
Bordes a partir  
de 199.000 €



Dúplex en Vielha  
2 habitacions  
130.000 €



Obra Nueva  
Casa de 3 habitacions en Mont.  
Terraza, balcón y 2 parkings  
250.000 €



Ouvert tous les jours.  
Sauf mercredi  
Cuisine traditionnelle française  
Spécialités britanniques  
Menu du jour



Abierto todos los días.  
Miércoles cerrado  
Cocina tradicional francesa  
Especialidades británicas  
Menú del día

Renseignements et réservations  
Appelez au :  
00 33 561 79 59 41

**La Gentilhomme**

Información y reservas  
al telef. :  
00 33 561 79 59 41

Hôtel - Restaurant - Bar

Avenue Jean Jaures (Junto al Ayuntamiento) FOS (France)



**EN EL PARADOR DE ARTIES  
TIENES MUCHO QUE CELEBRAR**

En un entorno único donde poder disfrutar de todos tus momentos, el Parador de Arties dispone de varios salones de celebraciones con capacidad máxima hasta 350 comensales según montaje. El Parador de Arties te ofrece la mejor gastronomía de la zona sin olvidarnos de sus platos más clásicos y sus acogedoras estancias. Pruébalo y volverás.

www.paradores.es • 973 640 801 • arties@parador.es





### Eth president dera Diputació de Lleida Joan Reñé, exigís ath Ministeri de Foment que mielhore es accessi ara Val d'Aran.

En ua visita institucional ena la Val d'Aran, eth dimèrcles 21 de deseme a on inaugurèc eth Pònt d'Aubèrt e s'a amassèc damb es mèmbres deth Conselh Generau e es alcaldes d'Aran.

Pendent era visita, Reñé tanben anonicièc qu'era corporacion redactarà eth projècte de mielhora dera carretèra LV-5055 que va de Pònt d'Arròs tà Vilamòs e era mielhora der accèss tà Arres des de Vilamòs.

Eth president dera Diputació de Lleida, Joan Reñé, a exigít ath Ministeri de Foment que, un còp se constituísque eth nau Govern, mielhore es accessi tara Val d'Aran, era quau causa includís era A-14 e eth tram dera N-230 que va dera bòca nòrd deth tunèl de Vielha enquiara capitau aranesa. Reñé a indicat que "era N-230 ei ua carretèra tercièrmondista

per estat en què se trape aguesta via d'accèss tara Val d'Aran pera on circolen 400 camions diaris que pòrten mercaderies des de França enquia Lleida entà atier eth sector economic". Ath delà, a hijut que "ei patetic qu'era mielhora d'aguestes infrastructures encara siguen en tramits e gestions".



### La directora de Torisme de Catalonha, Marian Muro, visite era Val d'Aran convidada peth Conselh Generau d'Aran.

Marian Muro, directora de Torisme de Catalonha, a passat uns dies ena Val d'Aran convidada peth Govern deth Conselh Generau d'Aran. Pendent era sua estada, Muro, qu'anaue acompanyada per Xavier Espasa, director dera Agència Catalana de Turisme, mostrèc era plia disposicion deth Govern dera Generalitat de Catalunya, d'arribar a acòrds damb eth Govern d'Aran, entà trabalhar amassa ena promoció especifica deth territori d'Aran coma destin toristic de primèra qualitat.

Era directora de Torisme de Catalonha, siguec recebuda peth sindic d'Aran Carlos Barrera e pera conselheira de Torisme deth Conselh Generau d'Aran, Anna Díaz.

Eth sindic d'Aran, Carlos Barrera, demanèc qu'eth Conselh Generau d'Aran age representacion a compdar d'ara ena Agència Catalana de Turisme, perquè didec "ei a on se planifiquen es accions toristiques de tot Catalonha".

Era directora de Torisme de Catalonha, Marian Muro, profitèc era sua estada en Aran, entà visitar es installations dera estacion d'esquí de Baqueira Beret, es Oficines de Torisme 'Val d'Aran, eth Musèu Etnologic, e mantier dièrses reunions de treball damb er alcalde de Naut Aran, César Ruiz Canela, e eth director generau de Baqueira Beret, Aureli Bisbe, entre d'autoi.



### Presentacion deth Projècte ARAN TV

Eth sindic d'Aran Carlos Barrera, e er alcalde de Vielha e Mijaran, Àlex Moga, acompanyats deth president deth Grop Segre, Robert Serentill e eth director generau deth madeish grop, Juan Cal, presentèren eth passat 23 de deseme ena sedença deth Conselh Generau d'Aran, eth projècte televisiu ARAN TV.

Aguest projècte que ja s'emet en periode de pròves des deth passat deluns dia 19 de deseme, ei frut dera collaboracion establida entre eth Conselh Generau d'Aran, eth Consorci Municipau der Aran (Vielha e Mijaran, Naut aran e Bossòst) e deth Grop Segre.

En paraules deth sindic d'Aran Carlos Barrera "aguest ei un pas tà deuant, a compdar dera adjudicacion mejançant concors ath Grop Segre, entà passar d'eméter sonque per internet, a hèc tanben a traubers dera TDT damb era cobertura geografica qu'aufrís Lleida Televisió, d'un programa diari actiu en aranes, qu'aufrís era possibilitat d'èster ath dia e saber tot çò que passe en Aran tant a nivèl institucional coma social".

Pera sua part eth director generau deth Grop Segre, Juan Cal, a explicat qu'aguest ei un projècte comun, entà projectar era lengua, era cultura, era activitat toristica e economica dera Val d'Aran, e a avançat qu'es mieis de comunicacion deth grop en premsa escrita, ràdio, television e internet, facilitaràn aguesta difusion, ja que era idia ei ampliar es contenguts damb desconexions radiofoniques e tertulies e debats similars as que ja produsís Lleida TV.





**Fontanería**  
**Calefacción**  
**BUSQUET S.L.**



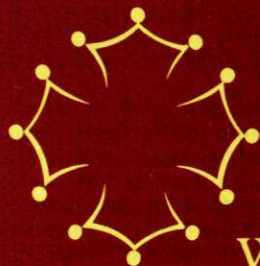
Instalaciones de gas  
y calefacción  
Energía solar ...  
geotérmica  
Claderas de Biomasa  
Insertables de leña

c/ Carrera, 9 – LES  
Tel. 973 648 430 / Móvil 609 318 804  
fcbusquetsl@hotmail.com



PIDANOS  
PRESUPUESTO,  
AHORRE CALEFACCION..  
INSTALE UN INSERTABLE  
EN SU CHIMENEA

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



**617 578 854**

**Consulte nuestras  
interesantes ofertas en:**

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

registro d'agents immobiliaris  
de Catalunya



**MAPFRE**

Los mejores precios y garantías en seguros de:

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

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

**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](http://www.cudos-consultors.com)

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

# CEVA

CLUB ESQUÍ VAL D'ARAN



Club, Adrián Manero y Mario Fernández junto a sus compañeros Pau Perdices, Lluís Domingo y Héctor Manero son los actuales campeones absolutos de Catalunya de la temporada 2010-2011, inscritos como Cúrling CEVA 2010.

La sección de Cúrling del CEVA, fue creada en el 2002 y desde entonces su recorrido, aunque con algún altibajo, ha estado repleto de éxitos, consiguiendo varios campeonatos de Catalunya absolutos y un campeonato de España, lo que permitió al equipo del CEVA poder participar como equipo nacional en los campeonatos europeos del 2006 celebrados en Suiza.

El equipo español de Cúrling, formado por Sergio Vez, Angel García, Carlos Vega y los araneses del Cúrling CEVA, Adrián Manero y Mario Fernández, han disputado el Campeonato de Europa Júnior disputado en Taarnby (Dinamarca) del 2 al 7 de Enero, obteniendo una cuarta posición del grupo B.

Después de siete partidos disputados, España se despidió con un balance positivo de cuatro victorias y 3 derrotas.

Hay que destacar que los internacionales de nuestro

Equipo de jóvenes valores del club, que defienden esta temporada su título de campeones -Cúrling CEVA 2010-, junto al otro equipo del club, Cúrling CEVA 2002, están en plena competición, ocupando posiciones de liderazgo que hace presagiar que la temporada pueda ser tanto o más exitosa que la anterior. Según comentarios de sus componentes el objetivo para este año es el Campeonato de España, hay que decir que el objetivo no es nada fácil, pero de todas maneras querer es poder y ganas no les faltan a nuestros jugadores. ¡ ANIMO CHICOS !



# CEVA

CLUB ESQUÍ VAL D'ARAN

## Hazte socio del CEVA y participa de sus actividades

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

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

  
**RIDERS TEAM CEVA**  
Escuela de Esquí  
ridersteamceva@terra.es  
650 182 082



Galerías Palai de Gèu  
Avda. Garona, 33, Local 9  
25530 VIELHA (Lleida)  
Tel. + 34 973 64 02 15  
Fax + 34 973 64 28 19  
secretaria@clubceva.es  
<http://www.clubceva.es>



Melia Royal Tanau  
Baqueira Beret. Lleida



Sol Vielha  
Vielha. Lleida



## EL PLACER DE ESQUIAR NO ACABA EN LA NIEVE

Ha sido un gran día de nieve y sol. Para volver a tu hotel no tienes que ir muy lejos, está casi a pie de pista. Es un lugar perfecto si amas el esquí y si no, también. La comodidad de tu habitación, la tranquilidad del spa, el exquisito sabor de la gastronomía local... todas las opciones son buenas. Haremos de tus días de esquí los mejores del año.

Información y reservas: **902 14 44 44** en tu agencia de viajes o en [meliahotels.com](http://meliahotels.com)

**MELIÀ**  
HOTELS & RESORTS

*el viaje eres tú*

# BRICO MARCHÉ



PRODUCTOS PARA  
MASCOTAS



BRICOLAGE



CONSTRUCCION



DECORACION



JARDINERIA

Estamos frente al INTERMARCHÉ

**ABIERTO TODOS LOS DIAS**  
**(EXCEPTO DOMINGOS)**  
DE 9 a 12,30 y de  
14,30 a 19 HORAS

**BRICOMARCHE**  
**Les Trètes**  
**MOUSTAJON- 31110 LUCHON**  
**Tel. 00 33 561 94 51 25**  
**[www.bricomarche.com](http://www.bricomarche.com)**

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 JEHOVÀ	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  
 • pescados a la brasa



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

**LIMPIEZA DE CHIMENEAS**  
**EXTRACTORES DE RESTAURANTES**

**Tel.**  
**973 621 065**  
**661 606 260**

**michellarrue@hotmail.com**



# TALLERES GARONA

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



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

*El Rey del Bocata*  
**Luis**  
*Bar Restaurant*

Avda. Pas d'Arro, 38 / Tel. 973 64 25 87  
 (Abierto de 6 a 23 horas)

electrónica

## M. Perailes

- 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'Arro, 50  
 25530 - VIELHA  
 Tel. 973 641 560  
 Fax 973 641 955  
 cperailles@telefonica.net

S.P.F. SAURA, S.L.

FUNERARIA 24 H

SERVICI JUDICIAU  
 ALTA RIBAGORÇA I  
 VAL D'ARAN

TANATORIS	TANATORI VIELHA
EL PONT DE SUERT	Jorge Belmonte Móvil 609 571 098
VIEHA	Alberto Castet Móvil 619 842 915

25530 VIELHA  
 (Val d'Aran-Lleida)  
 spfsaura@gmail.com  
 www.funerariasaura.com

**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



# ETH AUET

bassols  
 nicoleta  
 reig martí  
 carlos luna  
 doymon

ROPA LABORAL  
 ESPECIALIDAD EN HOSTELERIA  
 PRIMERAS MARCAS EN ROPA DE HOGAR

c/ Casteth, 10 - 25530 - VIELHA  
 Tel.: 973 640 734 Mòbil: 620 860 241





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



**Se vende, se alquila o se traspasa, por jubilación, negocio a pleno rendimiento, totalmente equipado en Vielha. Tel. 973.642.093 - 630.059.171**

**D.J. Para amenizar todo tipo de fiestas, en el Valle de Aran y Barcelona. Celebra tu fin de año con música. Tel. 672.004.072 - 629.178.718**



**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**

**Vendo en Vielha almacén de 100m2 muy céntrico. Buen precio. Tel. 609.743.418**

**Se busca señora o señorita comercial bilingüe para el Valle de Aran. Tel. 0033. 616.588.861**

**Se alquilan habitaciones en Betrén. Tel. 655.269.870**

**Se vende apartamento seminuevo en Vielha. 3 hab., 2 wc, 2 terrazas, gas y parking. 250.000€ - Tel. 617.578.854**

**Alquilo apartamentos todo el año y temporadas Tel. 617.578.854**





# alquiler y venta de maquinaria **JOAQUÍN CALVO**



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

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

ALO JCR - [val.esaranribagerza.com](http://val.esaranribagerza.com)

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

## Jairo José Piñero Hurtado

*Servicios de mantenimiento y jardinería*

*Mantenimiento de áreas verdes  
Tala de árboles  
Limpiezas industriales  
Limpieza de nieve y salado de hielo  
Mantenimiento de comunidades  
Limpiezas de parking y grandes superficies*

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



VIELHA · Tél. 638 810 555 · [hermanosjayro@hotmail.com](mailto:hermanosjayro@hotmail.com) · [www.hermanosjayro.com](http://www.hermanosjayro.com)

## Cortinas Sant Jordi

### Especialidades

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

### Divisiones

- Hostelería
- Hogar
- Oficinas

### Taller de Diseño

- Confección e instalación propia

## Tapicerías Sant Jordi Toldos Sant Jordi

*Toldos de diseño y alta tecnología*

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

**973 249 950**

**Era Coquela**  
restaurant

Aza. Garona, 29  
(A 50 m. del Palau de Gèn)  
25530 VIELHA (Val d'Arán)

Reservas: tel. 973 642 915



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

**CONTRA LAS POLILLAS:** Cuando aparece el buen tiempo, las polillas vuelven a atacar. Si te molestan los insecticidas y quieres evitar que las polillas invadan tus armarios, coloca unos granos de pimienta negra en los estantes o en el interior de bolsitas que colgarán de las perchas.

**OLORES EN LA NEVERA:** La mezcla de alimentos provoca que la nevera, a menudo, despidan olores algo desagradables. Si quieres eliminarlos compra un trozo de carbón vegetal en la droguería y colócalo en el interior del frigorífico. Resultará igualmente efectivo si dejas durante un tiempo una botella de soda abierta.

**CAFE:** Si le añades un pellizco de sal o de azúcar al café recién molido antes de poner la cafetera en el fuego, conseguirás aumentar y resaltar considerablemente su aroma. Seguro que tus

invitados te piden que les reveles cuál es tu secreto.

**ALIÑO ORIGINAL:** Con un poco de imaginación, las sobras pueden ser de gran utilidad en la cocina. No tires los restos de queso, córtalos de forma uniforme o si lo prefieres rállalos y mézclalos con una salsa vinagreta. Es original salsa te servirá para aliñar cualquier tipo de ensalada.

**CONTRA LA CELULITIS:** Después de saborear la sabrosa carne del aguacate en alguna ensalada, su hueso te ayudará a eliminar la celulitis. Utilízalo para frotar cada día la zona afectada mediante movimientos circulares. Si lo haces después de la ducha y durante diez minutos, será más efectivo. Manos a la obra que en unos meses ya es verano.



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**

*Place N° Thé*  
*Café - Thé - Chocolate* *Tartas saladas - Pastes*  
*Salón de té & Pastelería*



18 place Jeffre 31110 Luchon 05 61 79 14 08 [place-n-the-chantal@orange.fr](mailto:place-n-the-chantal@orange.fr)





### Tintura básica de aloe:

Hojas de aloe completas.....350 g.

Alcohol medicinal de 96°.....550 cc.

Agua destilada o mineral.....450 cc.

Se machacan las hojas bien en el mortero y se mezclan con el alcohol y el agua. Se dejan en maceración 20 días, agitándolo bien durante un minuto todos los días. A continuación se filtra, primero con una tela fina de algodón y posteriormente con un papel de filtro y se envasa en una botella oscura o protegida de la luz.

### Ungüento para quemaduras:

Crema base humectante.....100 g.

Tintura básica de aloe.....50 gotas.

Tintura básica de caléndula.....50 gotas.

Se aplica directamente sobre las áreas quemadas, o con una gasa esterilizada.

### Jarabe contra diarreas y cólicos intestinales:

Miel.....100 g.

Tintura de aloe.....25 cc.

Tintura de belladona.....0,25 cc.

Se mezclan bien los ingredientes hasta obtener un fluido semilíquido, y se administra a razón de una cucharada por la mañana y una por la tarde, hasta que cesen los síntomas. A los niños ha de rebajárselos la dosis, que será de una cucharada de postre cada vez.

### Insomnio y excesos de tabaco, bebidas, café y otros excitantes:

Tintura de aloe.....100 cc.

Nuez moscada en polvo .....5 g.

Se administra en dosis de diez gotas, tres veces por día, hasta que cesen los síntomas por completo.

**Antes de comenzar un tratamiento tanto interno como externo con aloe hay que tomar las siguientes precauciones:**

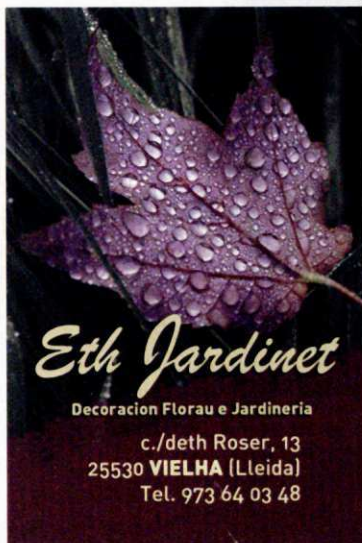
La primera vez que se toma (ya sea en formas de zumo, pulpa, etc.) la ingesta ha de ser gradual ya que hay personas a las que les puede provocar vómitos, diarreas, inflamaciones cutáneas, hinchazones y mareos. Las mujeres embarazadas no debe usarlo bajo ningún concepto ya que es abortivo. La ingesta no es recomendable en pacientes con fiebre y problemas renales graves, como nefritis o cólicos. Algunas de sus aplicaciones terapéuticas son:

Contrarresta la acción de las bacterias dérmicas. Disuelve los depósitos grasos que obstruyen los poros.

Destruye las células muertas, permitiendo su eliminación, y regula el pH en las tres capas de la piel (epidermis, dermis e hipodermis). Protege y regenera la dermis, ejerciendo sobre la piel una profunda acción bactericida, humectante y de limpieza.

Funciones antisépticas y cicatrizantes, ya que con sus nutrientes naturales ayudan a la regeneración de las células de todas las capas de la piel. Anti-inflamatorio, analgésico, antiviral, antitóxico. Hidrata en profundidad y es muy útil en pieles sensibles y estropeadas. Recomendable en irritaciones, quemaduras, picaduras de insectos, heridas superficiales superficiales, erupciones, eccemas, ... al acelerar el proceso de restauración celular. En el acné juvenil, elimina la infección de los poros. Por su acción anti-inflamatoria y analgésica, es ideal para su utilización local en articulaciones en proceso inflamatorio; así como artritis, reumatismo y dolor muscular. Se puede utilizar como fortalecedor del cabello por sus agentes nutritivos, ya que proporciona suavidad, resistencia y flexibilidad. Contribuye a alisar las arrugas, reducir el tamaño de los poros y es excelente como filtro solar, al proteger de sus efectos nocivos. Ayuda a prevenir las quemaduras solares y también es muy efectiva para aliviar la piel que ha estado mucho tiempo expuesta al sol. Se reducen las manchas oscuras de la piel y soriasis aplicando tres veces al día durante varios meses. Los resultados no son rápidos, pero sí definitivos. Es un estimulante biogénico que activa y vivifica las células de la piel. Excelente para cuidados del cutis (arrugas, tonalidad, textura, etc.). Su uso tonifica los tejidos flojos, las arrugas se suavizan y tienden a desaparecer.

*Artículo facilitado por Antonia Bergé de Eth Jardinet*





# Actividades en Aran

## Febrero 2012

Día 5: XXXIII Marxa Beret. Competición internacional de esquí de fondo, que este año está incluida en el circuito europeo. Tres recorridos, 30, 20 y 10km, y abierta a todos los interesados. En el circuito de esquí de fondo de Beret [www.marxaberet.com](http://www.marxaberet.com)

Del 10 al 12: MEMORIAL MONTSE COROMINAS / CTO. ESPAÑA INFANTIL II. Pruebas de esquí alpino, organizada por el CEVA, para infantiles II. En el Stadium de Beret. [www.clubceva.org](http://www.clubceva.org)

Del 18 al 19: XVI TOP CAEI. Competición FIS de esquí alpino para categorías juvenil y senior en slalom gigante, organizada por el CAEI. En el Stadium de Beret. [www.caei.es](http://www.caei.es)

Día 18: SKI & RALLYE FOTOGRAFICO & DISFRACES. Participa y disfruta esquiando en todas las zonas de la estación realizando las pruebas que te han preparado (recogida de la hoja de instrucciones en las oficinas de atención al cliente de la cota 1500 de Baqueira).

Regalos para todos los participantes. A las 15.30 - FIESTA DE CARNAVAL en la terraza del bar Audeth de Beret. Invitación a coca, cava y chocolate. Concurso de disfraces y entrega de regalos del Ski & Rallye Fotográfico & Disfraces. [www.baqueria.es](http://www.baqueria.es)

Día 18: FIESTA CARNAVAL EN LES. A las 20h desfile de carrozas seguido de cena popular y baile de verbena con orquesta en la Sala Polivalente. [www.turismoles.com](http://www.turismoles.com)

- Todos los miércoles del mes, MERCADO, en Bossòst. En el Paseo Eduard Aunòs.

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

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

## Era Escòla

### informa

### ERA ESCÒLA REALIZA UN BALANCE POSITIVO DE LAS NAVIDADES:

Era Escòla, Escuela de Esquí del Valle de Aran, evalúa las navidades pasadas con nota.

Las extraordinarias condiciones de la estación, han permitido una elevada afluencia de esquiadores que se han sentido atraídos por los espesores de nieve. La ubicación de Baqueira en cara norte, permite que las nevadas se suelen acumular ofreciendo unas condiciones idóneas para la práctica del deporte blanco. Era Escòla por su parte, afirma que durante estas fiestas se ha trabajado con normalidad por pistas, las dimensiones de Baqueira permiten que los numerosos esquiadores se dispersen y disfruten de la nieve, sin apenas molestarse. Para el profesorado de Era Escòla, estas características benefician y facilitan el trabajo con el cliente.





# Jairo José

VENTA DE LEÑA (SERVICIO A DOMICILIO)

## Piñero

Precios: 55 € m3. (haya)

110 € m3 (mezcla de luxe)

## Hurtado

LIMPIEZA DE CHIMENEAS



Tel. 638 810 555

hermanosjayro@hotmail.com

www.hermanosjayro.com

Foto: J. M. Engonides (O.T. Escoria)

BAQUEIRA  
BANHS TREDÓS  
ROTONDA SALARDÚ  
VIELHA  
PLAZA SALARDÚ

*Gris*

C/. Major, 18  
25598 Salardú  
Val d'Aran

973 644 926  
619 813 594

# Bak

BAR/RESTAURANTE

c/ Pas d'Arró, 23  
25530 VIELHA  
Tel. 973 64 16 17

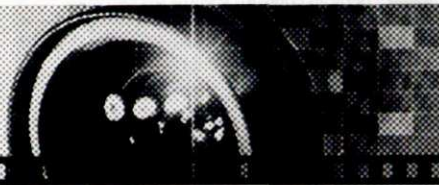
ASADOR GARONA POLLOS A L'AST ASADOR ASADOR GARONA COMIDA PARA LLEVAR

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

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

# ARAN COLOR

LABORATORIO  
FOTOGRAFICO DIGITAL



- REVELADO Y AMPLIACIONES, MÁXIMA CALIDAD AL MEJOR PRECIO
- TRATAMIENTO Y MANIPULACIÓN DE LA IMAGEN, RETOQUE FOTOGRAFICO
- MATERIAL FOTO Y VIDEO, PASAMOS TUS VIDEOS A DVD
- VENTA DE FOTOS DEL VALLE

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



## ARIES

Deberías volver a pedirle otra oportunidad a esa persona en la que tanto piensas, pues quizás no siente lo que tú crees. Es posible que te estés equivocando respecto a sus sentimientos. Hablando se entiende la gente y eso es lo que deberías hacer, si no quieres dejar escapar un oportunidad que quizás no se vuelva a presentar.



## TAURO

Solucionarás de manera total ese problema que te mantenía en vilo y podrás volver a centrarte en lo que más te interesa: tu familia y tu trabajo. Va a ser un mes tranquilo para ti, en el que disfrutarás de todos esos pequeños placeres que habías dejado de percibir a causa del estrés.



## GEMINIS

Será un mes de trámite laboral, tu última oportunidad para hacer las cosas que debes si no quieres que el año próximo las cosas cambien. Económicamente vas a estar muy bien, la fortuna te sonreirá y recibirás algunos extras con los que no contabas. Por eso quizás te decidas a hacer ese viaje que tanto te apetece.



## CANCER

Muy pronto conseguirás algo a nivel personal que llevas tiempo deseando. Y, aunque en principio te asustará un poco y sentirás que no estas preparado, será un paso de gigante en la consecución de tu felicidad y en la de los que más te quieren.



## LEO

La comunicación seguirá funcionando en el trabajo, los compañeros le pedirán consejos y entre sus cercanos lograrán un gran entendimiento. En el amor estará en plena armonía, por lo que se pensará en agrandar la familia.



## VIRGO

El tema laboral seguirá causando problemas, ahora no será el dinero, sino que las relaciones laborales, deben tener cuidado con la relación que mantengan con su jefe o compañeros de trabajo, que muchos de esos enfrentamientos podrían estar cargados de malas intenciones y podrían terminar resintiendo tu salud.



## LIBRA

Este año no ha empezado con muy buen pie y las cosas no están saliendo como querías o esperabas. Sin embargo no debes desanimarte, porque ya a finales de este mes empezarás a notar un cambio en las circunstancias que harán que veas las cosas de otra manera.



## ESCORPIO

Un mes donde todas las cosas se concretan. De claridad, estabilidad, concreción de situaciones, de fortaleza, comprensión y de amparar situaciones positivas de la vida. Un mes bastante bueno, donde se tendrá el mundo en las manos, y uno se sentirá pleno y realizado.



## SAGITARIO

Prepararás un viaje de vital importancia. Puede que sólo sea metafórico o puede que te mudes, pero la influencia de Júpiter es, aunque indirecta, fuerte. Se cierra una temporada, sé positivo con lo que has conseguido este año y prepárate para los cambios.



## CAPRICORNIO

Estarás radiante de felicidad y exultante con tu 'nueva' vida. Por fin se alejarán de ti esas personas que tanto mal te hacían, aunque tú no te dieras cuenta. Encontrarás muchas cosas que hacer, actividades que quizás antes no llamaban tu atención pero que ahora estás dispuesto a probar.



## ACUARIO

Un mes de cambios en muchas cosas. Mucha satisfacciones, vida placentera, anuncios de estabilidad en la parte laboral, ascensos para algunas personas, y cambios de trabajo y pareja también.




## PISCIS


Tienes ganas de hacer proyectos nuevos, el buen humor que rebosas te anima a ello. No dejes pasar esta oportunidad y busca el modo de dar rienda suelta a tu creatividad o espiritualidad de modo práctico. Atrévete a hacer cosas nuevas y ponte manos a la obra en algo grande.







*la borda*  
*de betren*  
**RESTAURANT**  
*desde 1930 en el valle de aran*




C/Major, 63 (frente Iglesia)  
**BETREN** Telef. 973 64 00 32

**Bar Restaurant**  
*Can Pere*



*Plats de'n Pere \* Platos del Pere*  
**Pas d'Arró, 29, 25530 VIELHA**  
**Tel.:973642912 - 676765528**

**ES PIRENÈUS**



**Presents**  
**Ceramica**  
**Joguets**

Passeg dera  
Libertat, 19  
Tel. 973 64 04 73  
**VIELHA**  
Val d'Aran



**CASA PAU**  
**SIDRERIA**

Pinchos y cazuelitas  
Chuleton y pescados asados  
al Estilo Vasco  
Menú de cuchara económico  
"Cupela" de Sidra

C/ Molí, 14  
**ARTIES - Telf. 973 64 52 31**



**SPORTS Yeti**

**SPORTS D'IUÈRN**  
**VENDA / TALHÈR / LOGUÈR**

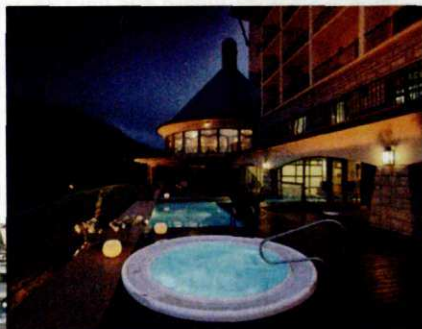
PAS D'ARRO, 48  
25530 VIELHA TEL. 973 64 18 86

Parador de Vielha  
Tel. 973 64 01 00 - [spa.viella@parador.es](mailto:spa.viella@parador.es)

**DATE UN CAPRICHIO Y**  
**DISFRUTA DE**  
**NUESTRO SPA**



*Vielha*







Si está usted leyendo este artículo, supongo que ha logrado sobrevivir a la trillada cuesta de enero, y tal y como están las cosas, es como para darle la enhorabuena. Aunque no es por ser aguafiestas, pero no se relaje: por lo que dicen, este año nos tocan doce meses de cuesta arriba.

Así que en medio de tanto apretarse el cinturón, tanto recorte por aquí (por aquí, porque lo que es por allí no se recortan, ni se cortan, nada de nada), tanta subida del IRPF (y del IVA, me juego el cuello, y si no ya hablaremos en unos meses), tanta bajada de sueldos y subida de intereses...pues eso, en medio de todo este desbarajuste en el que nos han metido, a ver cómo le pido yo a usted que no se olvide de su perro.

Y es que en estas historias siempre acaban pagando justos por pecadores, y, aunque a los que me gustaría ver tirados en la calle, atados a un árbol y sin un mal grano de pienso que llevarse a la boca, sería a los señores esos de "standard and poor's" (figuradamente, digo, no sea que algún tío inteligente lo consiga y me echen la culpa a mí), pues parece ser que van a ser nuestras mascotas las que acaben en esa situación. Cinco perros abandonados han llegado a la clínica en la primera semana del año, y varias personas más que buscan dueño para los suyos porque no los pueden atender.

Y yo lo entiendo, que si en casa todos nos hemos ido a las marcas blancas del súper, si las vacaciones de este año van a consistir en soltar a los niños en la plaza del pueblo, pues mira, al perro también le tocará apretarse el cinturón: que aguante con la colchoneta y el collar del año pasado que tampoco es ninguna tragedia. Y si tan mal van las

cosas (y adviertan que tiro piedras contra mi tejado) pues tampoco pasa nada por comprarle un pienso un poco más barato hasta que la cosa mejore. Pero mire, por lo de dejarlo tirado en la calle con la excusa de que la cosa está muy mal, por ahí sí que no paso...que ya nos lo dicen los suecos, que donde caben dos caben tres. Y además que el tío que hoy te viene a la clínica diciendo que le visites al perro de gratis porque lo han echado del curro y no tiene con qué sacar adelante a la familia, al día siguiente te lo encuentras de cubatas en el bar de la esquina.

Pero como con ese tipo de gente no hay nada que tratar, mejor me dirijo a todos aquellos de ustedes (supongo que mayoría) que, aún yendo justitos para llegar a mitad de mes, ni se les ocurriría abandonar a Toby a su suerte. Miren, sólo quería comentarles una cosa: ahora que todos intentamos ahorrar en lo que podemos, les pediría que, en sus mascotas, inviertan en prevención. La vacunación y la desparasitación de su perro o gato puede parecer gastos prescindibles, pero son la forma de evitar enfermedades, algunas de ellas transmisibles a las personas, que son mucho más caras de curar que de prevenir. De la misma manera, la visita que el veterinario realiza a su mascota antes de vacunarle, va a permitir ver signos de posibles problemas que serán más fáciles de tratar cuando estén empezando que no cuando lleven años arrastrándolos. Invierta en prevención. Seguro que Toby se lo agradecerá...y su veterinario también (que yo escribo esto a 15 de Enero y este mes no sé si hago cima...)

*Eva Deza de Aran Veterinaria*



# La Ferme d'Espiau Boutique

Distribuidores exclusivos de :  
Ange des Montagnes  
Comptoir de Famille  
Les Sculpteurs du lac  
Alessi

*Ambiente de montaña*



Decoración - Complementos  
Regalos - Arte en la mesa

*Ambiente "New Design"*

Distribuidores exclusivos de :  
Alessi

64, Allées d'Etigny  
31110 Luchon (Francia) Tel. 00 33 561 79 33 07



## DIETA PERSONALIZADA Y EJERCICIO DIRIGIDO CONTRA EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD

Una dieta personalizada en función de la energía que cada individuo gasta en su actividad diaria y un programa de ejercicio dirigido pueden hacer que una persona con problemas de sobrepeso u obesidad pierda entre uno y dos kilos al mes durante seis meses, conservando una buena salud y consiguiendo un cambio de talla duradero.

Así lo ha demostrado un estudio pionero en España, presentado en el marco del Congreso Internacional de Programas de Nutrición y Actividad Física para el Tratamiento de la Obesidad (PRONAF), en el que han trabajado durante cinco años más de 30 investigadores, que está avalado por el Ministerio de Ciencia e Innovación.

El objetivo de la investigación era descubrir qué tipo de ejercicio, combinado con dieta, era el más adecuado para luchar contra la obesidad y el sobrepeso. Además, querían determinar la importancia de la composición corporal de cada individuo (su masa grasa y su masa muscular) en el gasto energético diario.

Para averiguarlo, los autores observaron a un total de 3.000 adultos, individuos con normopeso en las tres primeras fases y a personas con sobrepeso u obesidad en las etapas cuarta y quinta del estudio.

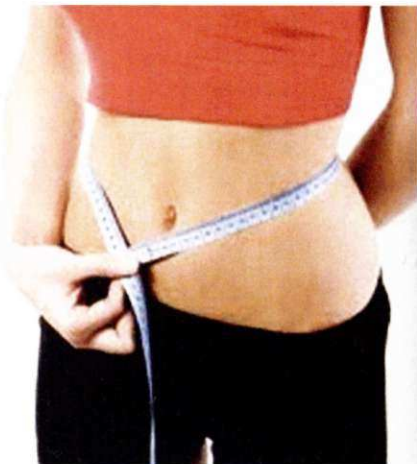
Después se seleccionaron a 120 pacientes con sobrepeso y a otros 120 con obesidad, dividiéndoles en cuatro grupos que siguieron, durante seis meses, distintos programas para bajar peso: uno con dieta y recomendaciones de actividad física, otro dieta más actividad aeróbica, otro dieta más ejercicio de fuerza y un cuarto grupo al que se le asignaron ejercicio mixto de fuerza y actividad aeróbica.

Según ha señalado el investigador principal del Proyecto PRONAF, Pedro J. Benito Peinado, doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (UPM), "los pacientes con obesidad consiguieron perder una media de unos 12 kilos en seis meses y los que tenían sobrepeso, de entre 8 y 9 kilos, con grandes diferencias en función de su estado inicial y de su adherencia al programa".

"No hemos visto grandes diferencias entre los distintos tipos de ejercicio a la hora de perder peso, pero sí en el grado de adherencia que se conseguía en cada individuo: el tratamiento resultó más eficaz cuanto más duradero en el tiempo", destaca. En este sentido, el ejercicio regulado es mejor que el libre, pues "fideliza" al paciente, tanto con la actividad

como con la alimentación saludable.

Este estudio también ha demostrado la **eficacia de las dietas personalizadas** diseñadas en función del gasto energético que requiere cada persona en su actividad diaria. Para ello, a los participantes se les midió su nivel de actividad física y su tiempo de descanso durante 15 días. Con estos datos se calculó la energía que necesitaban y la dieta adecuada para cubrir este gasto, situándola algo por debajo de lo que requería el individuo, para provocar la pérdida de peso.



Dra. María José Cutando Longás  
Médica colegiada nº 12.011

**MEDICINA**  
**NATURISTA Y**  
**ESTÉTICA**

**Dra. M<sup>a</sup>. 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)

Placa Pas d'Arro, 5 1<sup>a</sup> 3<sup>a</sup> - 25530 VIELHA (Val d'Aran)

**Tel. 661 68 64 84**

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

**INFORMACIÓN  
GRATUITA  
PREVIA CITA**



## PLA RENOVAT

Desde 130€/m2 de subvención  
en ventanas de madera.

No esperes más e infórmate en  
**FUSTERIA CLAPERS I PIQUÉ.**

Tel. 973 640 539



## FUSTERIA CLAPERS & PIQUÉ

Carpintería y Ebanistería  
en general

Muebles y Cocinas a medida  
con cualquier madera

Especialistas en escaleras  
compensadas

Cualquier detalle para  
bodas en madera

Presupuestos personalizados  
sin compromiso

LLÁMENOS O VISÍTENOS EN:

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

Tel/Fax 973 640 539  
claperspique@claperspique.com



## TALLERES MIJARAN

Taller de última generación  
en chapa y pintura

Mecánica en general

Ctra. De França, Nau 2 / VIELHA - Tel. 973 64 37 56

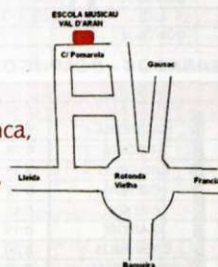
talleresmijaran@hotmail.com



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

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

BANDA MUSICAL Y BATUCADA INFANTIL



## TARIFAS ESPECIALES PARA QUE TODOS PODÁIS APRENDER MUSICA

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

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











notícies  
reportatges

**aran**



entrevistes  
espòrts  
actualitat

**De deluns a diuendres  
tàs 14,45 ores**

**De deluns a diuendres  
tàs 19,45 ores**

**Dissabte tàs 14,00 ores**

**Dimenge tàs 17,00 ores**

**Lleida TV  
canal 51 UHF.**

**Seguís-mos en internet: <http://arantv.xiptv.cat>**



**Conselh Generau  
d'Aran**

**Aran**  
un país





La naturaleza  
en la estación de esquí

# mourtis

FORFAIT TEMPORADA	MEDIO DÍA	DÍA COMPLETO
<b>Adultos</b> (de 18 años - 69 años)	<b>19€</b>	<b>22€</b>
<b>Jóvenes</b> (de 13 años - 17 años)	<b>16€</b>	<b>19€</b>
<b>Niños</b> (de 6 años - 12 años)	<b>14€</b>	<b>16€</b>
<b>Baby</b> (Niños menores de 6 años)	<b>5€</b>	<b>5€</b>

## ▶ Forfait gratuito

a partir de 70 años

## ▶ mourtis family

2 adultos + 2 jóvenes  
o 2 niños

**64€**

suplemento  
por niño **10€**

Para más información :  
**Estación Le Mourtis**

& **Oficina de Turismo**

31440 BOUTX LE MOURTIS

Tel. + 33 (0)561794479

33 (0) 561794598

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





## Un aute cors en Cfa Val d'Aran

En mes de seteme comencèc eth cors ena escòla d'adults, nomentada Cfa Val d'Aran. Es ensenhaments, de franc, que se i hèn son: cicle de formacion instrumentau 2 e 3 (que consistís en aquerir coneishements basics); corsi de nivèu iniciu d'aranès, de catalan, de castelhan e de francés; corsi de nivèu basic de catalan e de francés. Tanben se i hè informatica iniciu e basic; ath delà deth cors de preparacion tara pròva d'accès a grad miei entad aqueri que volguen accedir a estudiar mòduls de grad miei. Rebrembar que tanben s'i pòt estudiar era ESO, ensenhament basic reglat.

Entàs dates senhalades, coma en totes es escolès, se celèbren aguestes hèstes damb era finalitat de qu'és escolans se coneishen e se relacionen. Ei eth cas dera Hèsta dera castanhada, entath 28 d'octobre, aguesti premaniren pastissi e coquilhons entà tastar-les e escambiar diuèrses recèptes. Aprofitant era celebracion s'organizèc per prumèr viatge un petit concors de codina.

Tanben entà encetar es hèstes de nadau se celebrèc un sopar de Nadau... E que ja se sap, passen es dies e ja lèu arribè Magràs.

Des dera escòla se vò organizar activitats extraescolares e demoram era collaboracion deth nòste escolans. Eth claustre de professors ja premanis eth viatge de finau de cors.

Entàs interessadi podetz trapar informacion sus era auferda formatiua e es oraris en nòste blòg: <http://blocs.xtec.cat/afavaldaran/benvengudi/> o simplament en tot telefonar ath numèro 973-641364.



## nota de prensa

La escritora asturiana María Luisa Prada presentó el pasado mes de diciembre en Gijón, en el Centro de Cultura Antiguo Instituto, su novela 'La sombra del ámbar' con la presencia, además de la autora, de Socorro Suárez Lafuente, profesora de Filología en la Universidad de Oviedo, y César Inclán, de KRK Ediciones.

Nacida en Mieres (Asturias) M<sup>a</sup> Luisa Prada es muy querida y conocida en el Valle de Arán, ya que la trama de su tercera novela, publicada en Abril del 2006 con el título "En El túnel", transcurre en nuestro Valle durante la construcción del primer túnel de Vielha.

Ahora con " La sombra del ámbar ", que ya está a la venta en las librerías y va por la segunda edición, le deseamos que siga cosechando el éxito que siempre acompaña a sus novelas, que consiguen que el lector no pueda dejarlas hasta terminar.

Desde la Editorial de ARAN NAU, le deseamos, como siempre grandes éxitos.





Bar- Hotel Restaurante

# SULEY



15 habitaciones.

Comedor 65 plazas,  
gran terraza de 40 plazas.  
Menús para grupos

c/ deth Lop s/n BOSSOST  
tel. 973 64 83 63

## MANEL CAPEL Taxi 4x4

Confort y seguridad , climatizado,  
DVD, USB y MP3.  
(6 plazas) corto y largo recorrido.



Transfers AVE , aeropuertos:  
Barcelona, Toulouse etc. .



Tel. 659 90 38 84  
973 64 53 74

Leida      Vielha      Arties      Baqueira  
Pension Montarto

### Pensió \*\* Montarto

Ctra. a Baqueira - Beret  
25999 Arties Val d'Aran  
Tel. i fax: 973 640 803

[www.pensionmontarto.es](http://www.pensionmontarto.es)

## ZAPATO RÁPIDO

CALZADOS MARISA PIQUÉ

GRAN SURTIDO EN BOTAS  
ZAPATOS, DESCANSOS  
BOTAS DE MONTAÑA Y  
DEPORTIVOS  
REPARACIONES

AV. PAS D'ARRÓ, 48  
VIELHA  
TEL. 973 64 12 22

# NHAC

## SnowBar Restaurant Lounge

Galería Comercial Val de Ruda - Baqueira  
Tel. 973 644 776  
[hola@nhac-baqueira.com](mailto:hola@nhac-baqueira.com) [www.nhac-baqueira.com](http://www.nhac-baqueira.com)  
8:00h a 23:00h

## ETH CERER

Vinacoteca & Delicatessen

Jamón de bellota, torradas,  
especialidad gin tònics,  
mojitos y caipiriñas.  
Abierto desde las 16 horas

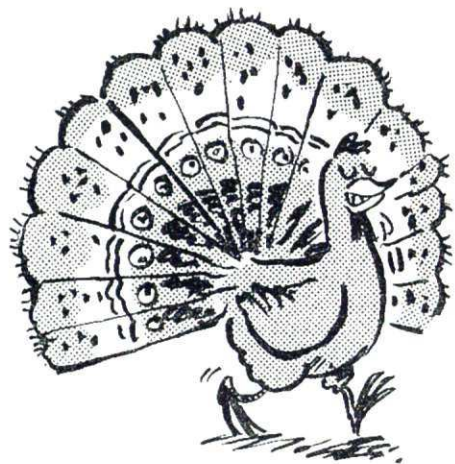
c/ Mayor, 20 • UNHA  
Telfe. 617 652 418

## HOTEL CASTIERU\*\*

Hotel pequeño y confortable  
con habitaciones suite.  
A 10km de las pistas de esquí.  
Wi-fi. Parking.  
Restaurante.  
Cocina aranesa casera.  
Carnes de caza y caballo.

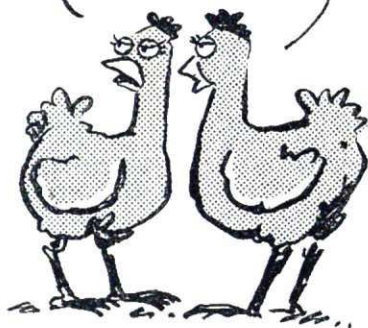
Ctra. Baqueira, s/n - ESCUNHAU  
Tel. 973 641 628/ Fqx 973 64 04 70





OJO, QUE  
ESE VIENE  
A LIGAR

YA... SE  
LE VE EL  
"PLUMERO"



DO PARA... EJEM, ¡PARA PE-  
DIR LA MANO DE SU HIJA!

¡¿PARA QUÉÉÉ?!

PARA...  
LIMPICO





RESTAURANTE - LLESQUERIA  
"EL MOLÍ"

Carnes, verduras  
y pescados a la brasa  
"Calçots"

*Lunes mediodía cerrado*

c/ Sarriulera, 26 - VIELHA - Tel. 973641718

LA  
TERTULIA  
UNHA



Especialidad en montaditos  
calientes, raciones para picar,  
menús especiales, vinos y  
copas (gin tónicos, mojitos, etc)  
Abierto todos los días  
no cerramos  
cocina en la tarde.

Calle major 45 / Unha  
tlf.-973644665  
latertuliaaran@gmail.com

Assessorament



LABORAU  
FISCAU  
COMPTABLE

973 64 20 79

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



San Joan de Toran  
BAR • TABERNA • RESTAURANTE

CARNE A LA BRASA • ESPECIAL PARA GRUPOS  
COMIDAS • GENAS • EXPOSICIONES

www.sanjoandetoran.com

tel: 679 75 47 04



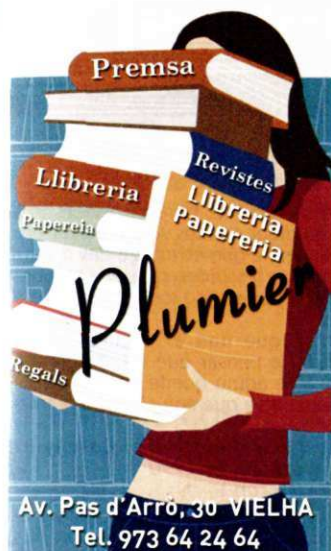
# pasa ratos

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

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

Una cuadrilla de segadores debía segar dos prados, uno de los cuales tenía doble superficie que el otro. Durante medio día trabajó todo el personal de la cuadrilla en el prado grande; después de la comida, una mitad de la gente quedó en el prado grande y la otra mitad trabajó en el pequeño. Durante esa tarde fueron terminados los dos tajos, a excepción de un reducido sector del prado pequeño, cuya siega ocupó el día siguiente completo a un solo segador. ¿Cuántos segadores componían la cuadrilla?





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

alèxiagrustan  
graphic studio



625 14 25 05

alexiapubligraf@telefonica.net



Restaurante TURNAY

*Gracias a la dedicacion familiar y tras años de experiencia seguimos ofreciendo la autentica cocina tradicional aranesa, donde la calidad, servicio y precio hablan por si solos.*

Restaurante TURNAY Desde 1977

Escunhau / Tel. 973 64 02 92

Restaurante ETH PUI Desde 1987

Unha / Tel. 973 64 53 74



Restaurante ETH PUI

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

# era val de d'auti temps!

## ERA GUÈRRA CIVIL

En tot parlar damb Pau des de Lamat de Gessa e demanar-le que condèsse quauque causa qu'auesse passat en Gessa, me conde ua istòria viscuda per eth madeish, coma ei era guèrra civil espanhòla. Pau qu'auie viscut tostemp en Gessa, en er an 1933 auec d'anar tà « Tetuan Marròc », a hèr eth Serviçi Militar. Estèc ena mili enquia er an 1935 que tornèc entà Gessa ; ath pòc temps auec d'anar entara guèrra, lo demanèc eth costat « rojo » ; e atau damb 23 ans se veiguec lutant ena guèrra civil. Estèc lutant en Catalonha e Aragon, enquia era "Batalha der Èbre", a partir d'aquiu les heren recular enquia era frontera, e alavetz les heren presoèrs e les portèren entà un camp de concentración plaçat en AGDE ath costat de Montpelhièr. L'aueren presoèr tres mesi, enquia que ua tia sua lo reclamèc, e pagant ua fiança lo deishèren anar damb era condicìon que trabalhèsse damb era en Luishon. Durant un an estèc trabalhant damb era tia enquia qu'esclatèc era segona guèrra mondial; alavetz es parents lo manèren un aute còp tà Gessa . Quan hège ua setmana qu'ère en Gessa vinguèren a cercar-lo es soldats e lo tornèren a hèr presoèr e lo portèren tath Castèth de Lhèida a on i estèc un mès, ath cap deth mès lo deishèren liure e tornèc tà Gessa, a on i viu enquia ara.

Per ua auta part era hemna de Pau que se cride Terèsa, me conde que passaue en Gessa mentre Pau lutave.

Quan entrèren es soldats ena Val d'Aran era gent de Gessa nomentada "roja" hugeren entà Corilha; prumèr pugèren es hemnes e mainatges acompanyats de quauque òme, mentre es auti premanien minjar entà tota era gent que s'auie escapat.

Se quedèren ena cabana dera Planhèra e ena capela de Sant Martin dus dies; quan baishèren tà Gessa e arribèren en casa vederen que les auien panat fòrça causes, inclòs es mantes e es linçòs.

As pògui dies vinguèren a cercar-les es soldats, e s'emportèren a toti es « rojos », òmes e hemnes, e les meteren ena preson en Vielha ; les tinguèren presoèrs un mès.

Tanben me conde que quan les heren presoèrs, tota era gent coïncidia en dider que les volien portar entà Lhèida entà fusilhar-les, e que et mètge des d'Autès auia pagat ua fiança, e les didec que eth responie per tota aquera gent, e per aquerò sonque les meteren ena preson un mès.

Açò ei quauquarren que non ei segur mès toti coïncidissen en dider e pensar que eth mètge auie pagat aquera fiança, e aquiu quede aqueth dubte, perque açò ei quauquarren que non s'a sabut jamès.

*Entrevista hèta pera Senhora Isabel Caseny ath Senhor Pau Caseny eth 20.01.1990  
(Deth libre Istòries d'Aran )*





## XX TROFEO BORRUFÀ

Seis corredores del CAEI seleccionados para representar a España en el XX Trofeo Borrufà FIS de Andorra. Esta próxima semana, del 23 al 26 de enero, se celebrará en el sector de Arcalis de Vall Nord la XX edición del trofeo Borrufà, Trofeo FIS internacional para las categorías de infantiles I y II. España participará con una representación de dos equipos el A y el B y 6 son los corredores del CAEI que estarán en estos

Equipos:

Equipo A: Blanca Bargallo, Barbara Vives, Miren Miquel, Aingeru Garai i Pol Salvat.

Equipo B: Inés Maristany.

Todos estos corredores forman parte del grupo de Pre-tecnificación del CAEI y del Consell General d'Aran, que se hospedan en el Albergue Era Garona de Salardu y compaginan sus estudios con el esquí entre el IES d'Aran y en el Stadium de Beret.

## EQUIPO DE COMPETICIÓN ALPINO CAEI 2012

Este pasado fin de semana se presentaron en Baqueira Beret, los Equipos de Competición de Alpino del CAEI, Club Aranès Espòrts Luèrn para la temporada 2011-2012.

El CAEI es una entidad deportiva con sede en el Valle de Aran dedicada a fomentar la práctica de los deportes de invierno en el Pirineo y a formar desde la base a jóvenes deportistas que en un futuro pueden ser competidores nacionales o internacionales en disciplinas de Alpino, Freestyle, Snowboard y Nórdico.

El grupo de Juveniles de Alpino está dirigido por Edu Puente y Miguel Mampel con 12 corredores, en categorías II los responsables técnicos son Marcos España y Juanka Ramos y cuentan con 14 corredores

y la base de los infantiles está en manos de May Peus y Sisco Fernández con otros 14 corredores.

Estos 6 técnicos tienen un gran palmarés en el mundo de la competición tanto como corredores como entrenadores con una larga experiencia en la docencia y en el entrenamiento deportivo de alto rendimiento. El club apuesta además por un preparador físico que es Juanka, que coordina esta área llevando así la preparación física de los tres grupos.



## Colaboración DESIGUAL-CAEI para los equipos de Freestyle durante las tres próximas temporadas

Durante estas navidades se hicieron entrega de las nuevas equipaciones de la marca de moda DESIGUAL que utilizarán los componentes de los Equipos de Freestyle de Snowboard y esquí del CAEI, Club Aranès Espòrts Luèrn.

DESIGUAL y el CAEI han llegado a un acuerdo de colaboración para las 3 próximas temporadas. Las dos entidades han valorado muy positivamente este acuerdo ya que ayudará a ambos a promocionarse y hacerse conocer aun más en el ámbito socio deportivo de nuestro país.

Las equipaciones de DESIGUAL constan de anorak y pantalón y están compuestas por membranas y tejidos como Dermizax y Primaloft garantizando una calidad y confort de alta gama en las prendas, como es habitual en DESIGUAL.

Desiguales desde 1984: "Vestimos personas, no cuerpos"

A sus 20 años, el suizo Thomas Meyer imaginó un futuro en el que las personas pudieran vestirse de forma diferente, con prendas que provocaran emociones positivas y que estuvieran al alcance de mucha gente. Y así nació Desigual, en 1984. Desde entonces, el proyecto respira positivismo, compromiso, tolerancia, mejora constante, innovación y diversión. Porque como reza nuestro primer eslogan, Desigual no es lo mismo.

El CAEI (Club Aranès Espòrts d'luèrn) es una entidad deportiva con sede en el Valle de Aran dedicada a fomentar la práctica de los deportes de invierno y entre sus secciones destacan los 3 grupos de Snowboard y el de Freestyle de alpino.



## Evento de Freestyle;

Como parte del acuerdo, el 10 de marzo se organizará, en el Snow Park de Beret el "DESIGUAL Slopestyle"

un evento de Freestyle de Snowboard y Alpino de la modalidad de Slopestyle. Este evento forma parte del circuito de la FCEH, "mini surfers".



# Aran pour nos amis les francs

DU RISQUE POUR UN MELON (2<sup>ème</sup> partie)



Toute notre bande, que nous nous faisons appeler « Puissance 2 », nous attendions le samedi en tirant es plans, et enfin, le samedi soir, nous voilà rampants comme des lézards direction ver nos melons. Mais ce soir là, notre gardien n'était pas en concert. Et c'est lui qui avec sa « baguette » nous donna un récit que je ne vous dis pas. Et malgré que nous étions très habitués à ça, car le maître à l'école le employait souvent le même méthode. Cette fois là, cela fut bien plus fort et avec beaucoup plus de cadence. Enfin, nous avons quitté le paradis des melons le dos plein de blessures et sans pouvoir rien dire chez nous, car nous allions recevoir le double de nos parents. Notre affaire ne pouvait pas en rester là, surtout que notre frappeur ne vous avez pas reconnu. Et à la sortie de l'école nous voilà en réunion exceptionnelle, et voilà qu'à la majorité absolue nous avons décidé de nous venger de celui qui gardait ce qui lui appartenait mais ce que nous voulions qu'il partage. Dans notre bande il y avait un copain qui n'était jamais dans les temps, car, paraît-il, il était né à six mois, et en principe, c'était toujours lui qui servait d'appât et prenait tous les coups de bâtons de la bande. Alors dans notre plan , il devait aller au devant de la porte de la baraque réveiller la brute et le provoquer, et au moment qu'il sortirait, nous, avec une corde tendu devant la porte le faire tomber. Et une fois par terre, avec ses mêmes méthodes et force, lui filer une branlée ,et surtout emporter deux melons énormes qu'il gardait devant sa porte, qu'il r' servait pour faire de la graine pour la continuation de l'espèce.

Chose rare, tout marche comme à la télé. Le type sortit le bâton en main comme un fou, mal réveillé trébuché sur la corde, tomba par terre, et alors, le ciel se mit à pleuvoir des coups de bâton. Le pauvre type pris de panique se mettait les mains sur la tête et appelait au secours tout affolé. Nous aussi, pris d'une grosse peur, nous avons déguerpé en essayant d'emporter les deux fameux melons, lesquels étaient

tellement gros qu'il fallu faire un choix et n'emporter qu'un seul. Comme il était très tard dans la nuit, ce n'était pas le moment de le manger. Alors nous avons décidé de le cacher et venir lui faire sa fête le lendemain. Nous avons rejoint nos maisons, soit par les toits ou les fenêtres, et nous avons attendu l'évènement en rêvant d'une ventrée de melon digne des festins romans. Le lendemain comme il fallait s'y attendre, tout le village parlait de l'attaque del « Tio Ramón » par toute une bande organisé, qui étaient au moins dix. Il avait été rué de coups, et ils étaient partis juste avec un melon. La garde civile trouvait la chose bizarre, mais vu la réputation et la qualité du produit, tout était possible. Donc pour notre bande, il restait juste à nous lécher les babines à la sortie de l'école.

Réunion du groupe, et direction notre butin. Et à notre grande surprise, devant nous, les dents Prêtes à mordre, rien. Le melon avait disparu. Avec un silence mortel, nous nous regardions sans comprendre. Et assis sur l'herbe, nous avons décidé de faire une enquête sur les autres groupes de mangeurs de melons du village.

Très peu de temps après, avec mes frères et parents. Nous partions en exil en traversant les Pyrénées à pied, toute une aventure. Mais, en me laissant toujours le regret de ne pas savoir qui nous avait volé le melon tant convoité, et qui nous avait valu, pas mal de coups de bâton, qui auraient pu être très graves, car souvent, ont trouvait des types frappés à mort, la Tête fendue, sans que les gens cherchent à comprendre si c'était la garde civile qui les avait frappés et abandonné comme à son habitude, ou si c'était un mangeur de melon qui était tombé sur le gardien du fruit défendu. Je vous raconte tout ça, Madame, car chaque fois que je choisis un melon, 65 ans après, ma mémoire coupable me ramène à mon melon deux fois volé, et dont je n'ai jamais su s'il était sucré.

Histoire écrite par M. Jo Tarin de Cornebarrieu





Submergeix-te en les aigües sulfurades de  
**TERMAS BARONÍA DE LES**  
 Un plaer per a cos i ment

**FEBRER "BY THE FACE" A PREUS INMILLORABLES**

Netaja de cutis, Tractaments antiaging, Massatge facial japonès,  
 Tractaments for Men, Tractaments nutritius, Hidratants, Reafirmants

Informació i reserves: T. +34 973 648 717 • [www.termasbaroniadeles.com](http://www.termasbaroniadeles.com)



Pinchos y Raciones.  
 Taste & shopping  
 Grandes vinos por copas



Paseo de la libertad, 5 / VIELHA / Tlf.626 54 56 97

RESTAURANT

**La fonda  
 d'en Pep**

Especialitats amb:  
 Cargols  
 Ous trencats amb foie  
 Cazuelitas

Av. Pas d'Arro, 52  
 25530 Vielha

Tel. 973 642 654

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

CODINA CATALANO-ARANESA  
 SELÈCTA BODEGA

**SOLUCIONES**

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

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

Solución:  
 8 segadores  
 Por la mañana se siegan los 2/3 del campo grande y por la tarde la otra tercera parte, que sumada con el trozo del campo pequeño que se siega al día siguiente equivale a la mitad del campo grande.  
 Por tanto una persona siega en un día 1/2 - 1/3=1/6 de campo y 8 personas 8/6



### CENTRE SOCIAU JUBILATS DE BOSSÒST



#### Carta entà arregrair era gent qu' a collaborat tamb eth Centre Sociau de jubilats de Bossòst

Ath començament der an 2008 un grop de persones volec agropar -se entà crear un Centre Sociau de Jubilats en Bossòst

Entà fomentar aguest hèt ua Junta ei creada ath sòn cap eth president, eth senhor Aurelio Paban Berart

Tamb era ajuda d' un cantier de persones e Entidads aguest progècte a arthenhut çò que toti es Jubilats de Bossòst demanauen aue un lòc entà gaudir estones de rencontra .

Volen arregrair er Ajuntament qu' a hèt era òbra tà mieilhorar eth locau .

Era Entidad dera Obra Sociau dera Caixa qu' a tostemps collaborat tamb centres Sociaus, tara cultura , era literatura tàs joeni e tàs mès grani En Bossòst a hèt possible era construccion dera rampa tà minusvalids , era pintura des rèishes des hièstres dera façada . Eth centre Sociau des jubilats tanben a podut gaudir d' un donatiu de 3000 euròs que la permetut poder pagar quauques despènes

Arregrair toti es socios jubilats e protectors, en aguest moment auem cinquanta sies socios

Arregrair un socio protector dera era empresa de construccions ANPEMA eth senhor Perfecto Brea Ramos qu' a auut era bontat de hèr- mos un donatiu de 1535 euros

Arregrair as Supermercats Rubio de Bossòst e Boya de Les pera sua collaboracion

A Toti gracies per ajudar- mos

Eth primèr de Mai dauriram eth Centre Sociau de jubilats , de quate enquia ueit ores dera tarde vos i demoram a toti

Era junta va hèr tot çò qu' ei possible entà tirar entà dauant eth Centre

Plan corauments  
Era Junta



# ABANIKOOS

Diseño web y promoción digital

Mantenimientos informáticos

Venta de productos informáticos y recambios

Instalación de TPVS

VISITE NUESTRO NUEVO CENTRO DE SOLUCIONES INFORMATICAS

Avda. Garona, s/n (Edifici Eth Palai) - Frente al Palacio de Hielo

VIELHA - Tel. 973 64 29 24 - 638 75 61 03

De 9,30 a 13,30 i de 16 a 20 horas

[soporte@abanikos.com](mailto:soporte@abanikos.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**



# una casa en el Valle

## Caracoles

“ ¡Yo quiero comer caracoles!” Mi nieto tenía quince años. Eran las nueve de la mañana. El había sido muy puntual al esperarme en la acera, sabiendo que yo no podría aparcar en aquella calle congestionada de Barcelona. Solos los dos en la rubia Peugeot ocho plazas ampliables a nueve encogidas, me encantaba ir con él, mano a mano, a Les, y le había ofrecido algo que le gustase en ese viaje con el abuelo. Me dejó sorprendido con lo de los caracoles, que a mi también me gustaban, y como palabra es palabra, le dije que pasaríamos por Coll de Nargó para comer en un restaurante donde los caracoles eran famosos.

“ ¡Pero no es dar mucha vuelta para ti?” me dijo afectuoso. “ ¡Ni mucho menos!”. Porque además iremos a ver las ruinas de Castell de Mur si tu, claro, aguantas diez horas hasta Les” Yo sabía que era duro como yo en el coche, pero le oí con alegría: ¡Abuelo que yo aguanto como tú, lo que tú quieras!” Como de costumbre, mi nieto dirigió el usual Padrenuestro con San Rafael y San Cristóbal: “ ¡Que no nos hagan daño, que nosotros no hagamos daño a nadie.....y que no veamos que otros que otros se lo hagan, porque parar es una gaita!”

Autovía de Igualada, curvas de Copons, rectas de Pons, belleza en la bajada del Puerto de Comiols, desvío a Guardia de Tremp y Castell de Mur. En el Monasterio de Santa María de Mur nada nos impide meternos en el claustro, pero el Castillo del siglo XXI (Armau Mir de Tost) nos apabulla en su comparación, con la diferencia de casi besar los capiteles de piedra con motivos vegetales y alguna cara sin torso, y rozar con cuidado las piedras irregulares del suelo. En el

aire, encima de dos ventanales altos y estrechos y un tragaluz más grande, se ve el campanil sencillo apto, por lo menos para dos campanas.

Solos los dos, la paz del silencio románico rellena el alma. Pero para mi nieto es distinto: ¡”Me gusta más la Iglesia de Bossost!” , suelta con alegría.

De Tremp a Isona, el cruce de Sant Romá de Abella me recuerda a la Baronesa de Abella y el testamento que condiciona la Baronia.

¡Coll de Nargó, parada y fonda! Antes del cruce a la derecha, los caracoles son exquisitos y la gran bandeja está llena generosamente hasta los bordes.

Con apetito quinceañero y septuagenario, lentamente vamos comiendo y almacenado cáscaras

Vacias en un plasto sopero vacío a nuestro lado. Yo no puedo ni pensar en comer algo más, pero el nieto me pregunta: “ ¡Abuelo! ¡¿Puedo pedir algo más?” Envidiando sus tragaderas y recordando mi juventud, le digo que ¡desde luego!

Asombrado, le oigo decir al camarero .” ¡ Por favor! ¡Otra ración de caracoles! “.

Al pasar por Valencia d’Aneu, delante de Can Cortina famosa, me parece oír en mi interior: “Avui ens has fet el salt!”

En el Puerto de la Bonaigua, el espíritu de Juan Van Halen parece pasear por el Palacete de Productora, recordado en 1841. Yo recuerdo el Capitán moribundo en noviembre de 1.947, yo de Alférez, pero mi nieto no comprende.

Les a las siete, diez horas y mi nieto más fresco que yo.

*Escrito por D. Melquiades Calzado*





# gent d'Aran

**Laurent Dupont.** Director de Luchon Forme et Bien Être de Luchon

Nacido en Lourdes, y afincado en Luchon desde el año 2006, este francés/occitano, que habla 6 idiomas entre ellos un correcto castellano, se declara un enamorado del Valle de Aran al que acude a menudo para disfrutar de sus paisajes y gastronomía.

**En qué países ha desarrollado su actividad profesional, dentro de su especialidad en Hostelería y Turismo?**  
He trabajado en Venezuela, Estados Unidos, Austria... y Lourdes en Francia por supuesto.

**¿Cómo llegó a Luchon?**

Buscaba trabajo en Barcelona como Director de Hotel y me llamaron de la cadena APSIS, que acababan de inaugurar un nuevo establecimiento en Luchon. Y como en realidad no había olvidado nunca mis orígenes pirenaicos, acepté encantado, porque además toda mi familia está en Lourdes relativamente cerca, y podía volver a vivir junto a mis montañas.

**¿Y a Luchon Forme et Bien Être?**

Después de dos años en APSIS, me había ofrecido un puesto en París, pero el Ayuntamiento de Luchon al saber mi partida me ofrecieron el puesto en Luchon Forme et Bien Être, ya que querían dar un nuevo giro al establecimiento.

**¿Qué es Luchon Forme et Bien être ?**

Es un centro de Bienestar que combina una parte de SPA, con otra para ponerse en forma mediante tratamientos relajantes, masajes, tratamientos con barro, baños, gimnasio etc

**Hábleme del famoso Vaporarium, único en Europa.**

Realmente es único en Europa no hay otros lugar semejante. Son unas grutas naturales, descubiertas por los romanos, donde el agua termal sale de la roca, formando vapor entre 38º y 42º y un 97% de humedad, lo que lo convierte en un baño turco natural cien por cien. Es un sitio mágico donde uno se siente realmente desconectado de la rutina y del mundo exterior.

**¿Qué relación tiene con las Termas?**

Compartimos el agua termal con distintos fines. Las Termas acogen más a personas delicadas de salud (problemas respiratorios, reumatismo, artrosis, etc.) en cambio Luchon Forme et Bien être está fundamentalmente dirigido a las personas que necesitan bienestar, relajación, antiestrés, a cualquier edad a partir de 12 años.

**¿Tienen muchos clientes españoles?**

Afortunadamente cada día más, a medida que nos van conociendo.

**¿Y del Valle de Aran?**

Están empezando a venir y nos conocen, pero nos encantaría que vinieran más araneses a nuestro Centro, teniendo en cuenta la proximidad (15 minutos desde el Valle) y que cada vez

es más necesario intercambiar las relaciones, tanto culturales como comerciales entre nuestros dos Valles Pirenaicos y Occitanos. No olvidéis Rosa que gracias a la colaboración de Aran Nau nuestros primos araneses tienen un descuento de aproximadamente 15%.

**¿Proyectos de futuro?**

Vamos a ampliar con una entrada separada de las Termas, piscina exterior, otra piscina dedicada a los niños ofreciéndole también un "Vaporarium" especial para ellos y este artificial por supuesto. En la última planta vamos a construir un verdadero SPA TERMAL moderno y sorprendente con solárium, piscina especial, cabinas amplias ...

Muchas gracias, M. Dupont, por el tiempo que nos ha dedicado y le seguimos deseando los mayores éxitos en su gestión del Bienestar.

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





## ARAN TELEMARCK

Después de algunos años promocionando el movimiento "ARAN TELEMARCK" como grupo humano impulsor del telemark en el valle, ha nacido finalmente el primer club aranés cuyo objetivo es la práctica del telemark: el "ARAN TELEMARCK CLUB".

El club nace para sumar esfuerzos en todos los ámbitos de la promoción de este deporte en el valle, con la voluntad de expandirse entre los practicantes sea cual sea su tendencia, procedencia y nivel. Un

club abierto a todos los que deseen apasionarse con el telemark en nuestro territorio.

La presentación del club tendrá lugar el fin de semana 24-25 de febrero con dos eventos: TELEMARCK EASY en la estación de Baqueira-Beret, y GIRO COMPARTIDO salida de fin de semana de telemark de montaña en el refugio de Ventosa.

Más info en [www.arantelemarkclub.com](http://www.arantelemarkclub.com)

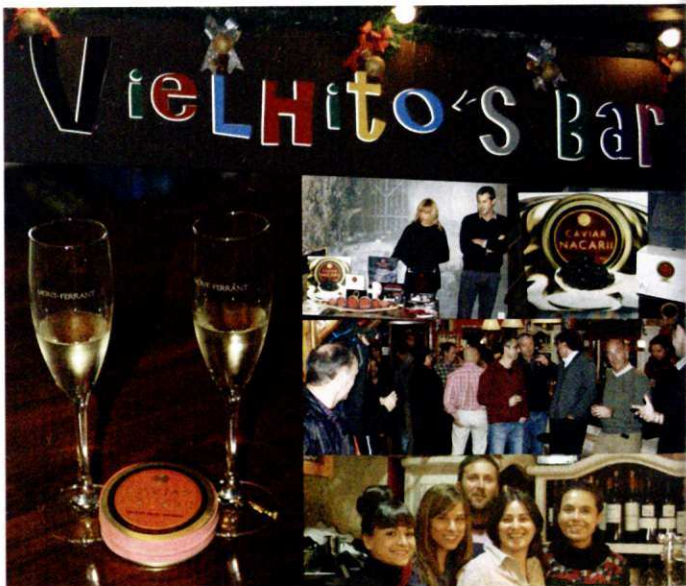


## CATA DE CAVIAR Y CAVA EN VIELHITOS BAR

El pasado día 28 de diciembre, Vielhitos Bar, de Vielha, organizó, conjuntamente con CAVIAR NACARII de Les y BODEGAS MONT-FERRANT, una cata de Caviar y Cava para un grupo de clientes en su local del Paseo de la Libertat de Vielha.

En la misma se pudo atender a las explicaciones de los diferentes productos de la representante del Caviar y del representante del Cava, que agradaron a todos los asistentes, mientras se realizaba la cata de los mismos.

Por parte del caviar fueron tres los productos que se degustaron y dos de cava. Todos los productos que se cataron pueden ser comprados y degustados en Vielhitos Bar de Vielha.



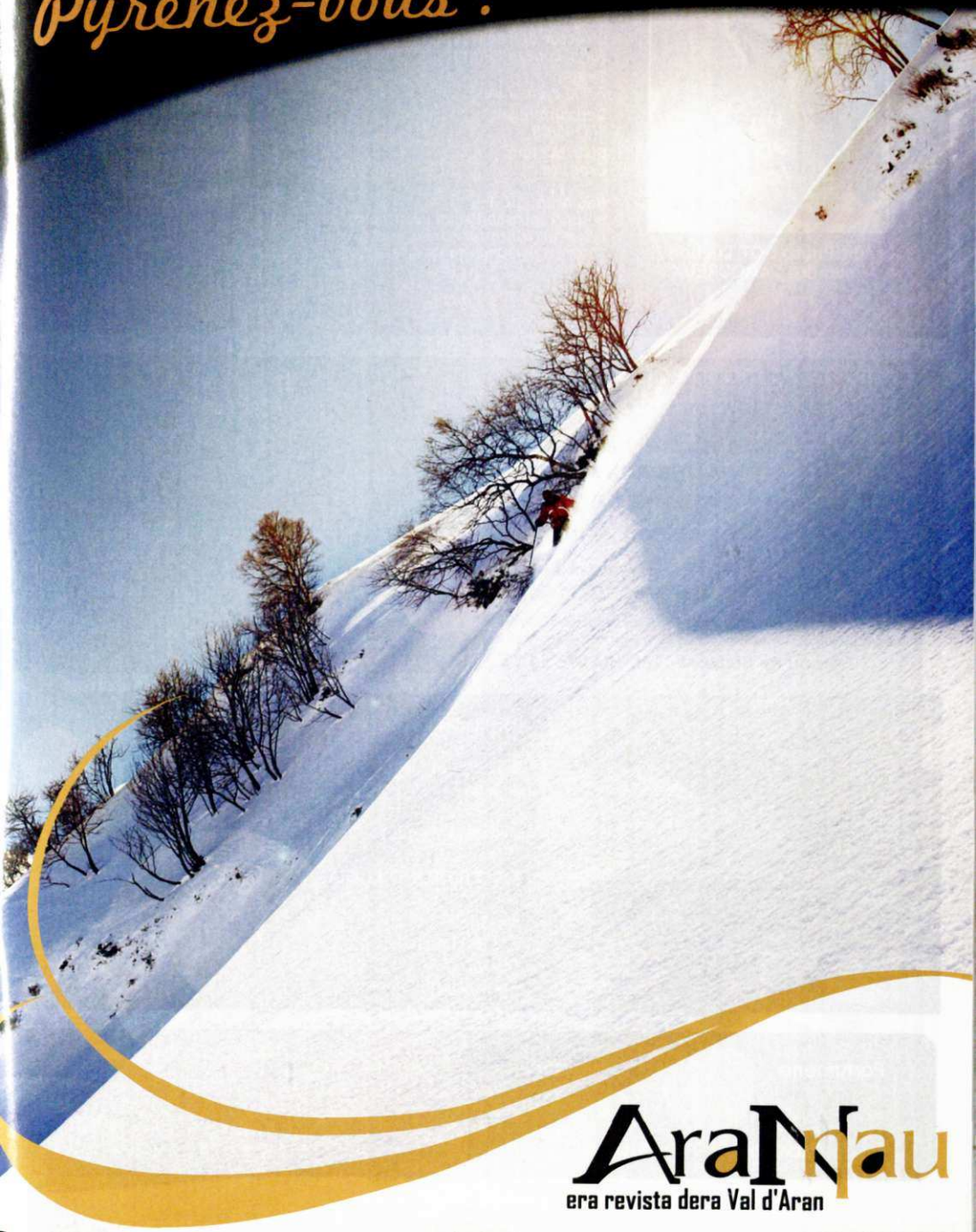


# Luchon

*Pyrénez-vous!*

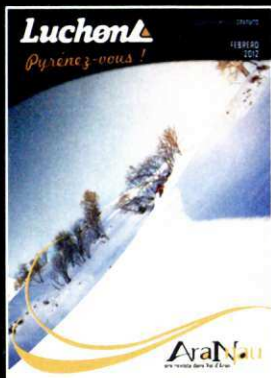
Suplemento Mensual GRATUITO

FEBRERO  
2012



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





Crédit Photo : OT Luchon /  
Alexandre LAMOUREUX

Edición:  
NAU ARAN S.C.P.  
Impresión:  
Indugraff Offset  
Maquetación y Diseño:  
Alèxia Grustan.  
Directora Comercial:  
M<sup>a</sup> Rosa Puig.  
Director de redacción:  
Jorge López Pallarès.  
Tirada:  
7.000 ejemplares  
Depósito legal:  
1-1145-08  
Distribución:  
Gratuita

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

## SUMARIO

- 4 Luchon Forme et Bien-Être
- 5 Vaporarium
- 6 Índice anunciantes

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](http://www.construccionesanpema.es) - [anpema2001@aranweb.com](mailto: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](mailto:info@hgbatimentexcavation.com)  
[www.hgbatimentexcavation.com](http://www.hgbatimentexcavation.com)



Parrilladas a la piedra

Raclettes al fuego  
de leña

Deliciosas Fondues

ABIERTO TODO EL DIA

30, Allées d'Étigny  
31110 LUCHON  
Tel. 00 33 561 945 945  
[www.lacremaillere.fr](http://www.lacremaillere.fr)



Parfumerie



Esthétique

Passion

Beauté

Parfumerie Esthétique

**Danièle**

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



# Luchon

Superbagnères

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

En poc temps pel túnel de Vielho!

## tarifes 2011/2012

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

Tancament: del 12 al 16 de desembre 2011

	TARIFA NORMAL de 12 a 64 anys inclòs	TARIFA REDUÏDA de 5 a 11 anys senyors 65-75 anys	ESTUDIANTS -28 anys
1 DIA <small>intègral</small>	20 €	17 €	
1/2 DIA <small>a partir de les 13.00 h</small>	25 €	21 <sup>50</sup> €	
Peut DIA <small>a partir de les 11.00 h</small>	28 <sup>50</sup> €	24 <sup>50</sup> €	
1 DIA	30 €	26 €	22 <sup>50</sup> €
1 DIA +BALNÉO*	32 €		
2 DIES	58 €	50 €	
3 DIES	87 €	75 €	
4/7 DIES	115 €	99 €	
5 DIES	134 €	114 €	
6 DIES <small>seniors 65+</small>	150 €	130 €	112 <sup>50</sup> €
7 DIES	168 €	145 €	
DIA <small>ADICIONAL a partir de 7 dies + 1</small>	18 €	15 €	
TEMPORADA	420 €	338 €	
TEMPORADA <small>ADICIONAL a partir de 10 dies</small>	330 €	265 €	

POU  
ORIGENET  
A 5x1  
DIEU

\*Fora de les vacances escolars.



**altiservice**  
professions montagne





# packs família

la tarifa  
**nens**  
és fins als  
**18 anys!**

week-end  
**134 €**

m'estalvio fins a **40€**

6 dies  
**515 €**

m'estalvio fins a **85€**

1 dia  
**106 €**

m'estalvio fins a **14€**

week-end  
**178 €**

m'estalvio fins a **54€**

forfet 1 dia **amb myaltiski**

tarifa **ESTACIÓ\***

a partir de

**30 €**

\* Forfet de dia en tarifa normal.

tarifa **MYALTI**

a partir de

**15 €**



sol·licita la teva targeta:

**NºIndigo 0 820 201 740**

\* Vàlid des de França 0,00 € TTC / MN

[myaltiski.com](http://myaltiski.com)

espavila, paga menys!

subscripció

**5**

fins a un

**50%**

de descompte

sense  
passar  
per caixa



compra  
el teu forfait  
des de casa!

[altiservice.com](http://altiservice.com)







Entreprise de construction  
Toute sorte de travaux  
de transformation

Avd. Castiero, 17 2° 5°  
25530 VIELHA

Telf. 0034 676 658 639

granaran@granaran.com

www.granaran.com



SPORTS **Yeti**  
OUTLET – DESTOCKAGE  
Vêtements Sports d'hiver

Pº Eduardo Aunós, 48  
BOSSÒST

### índice anunciantes

#### CONSTRUCCIONES

Anpema 2001 (Bossòst) 2  
Gran Aran (Vielha) 6

#### ESTACIONES DE ESQUI

Luchon Superbagnères 3/4

#### PERFUMERIAS Y ESTETICA

Danielle Parfumerie (Luchon) 2

#### RESTAURANTES

La Cremaillère (Luchon) 2

#### TERMAS

Luchon Forme et Bien Être (Luchon) 6/7

#### TIENDAS DE DEPORTE

Yeti Sports (Vielha) 5

**Existez-vous?...OUI**

**On vous voie?...NON**

Alors, essayez de faire votre pub, sur la panneau de Vielha!

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

Aran Nau, s'en occupe

**0034 973 64 04 87**



Vaporarium naturel

# Luchon

FORME & BIEN-ÊTRE  
*Pyréneez-vous!*

único en Europa

Vaporarium  
HAMMAM NATUREL  
UNIQUE EN EUROPE

+ piscine  
EN EAU THERMALE

15  
EUROS

Ven a descubrir nuestros cuidados,  
consultando nuestra nueva WEB  
[www.luchon-bien-etre.fr](http://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

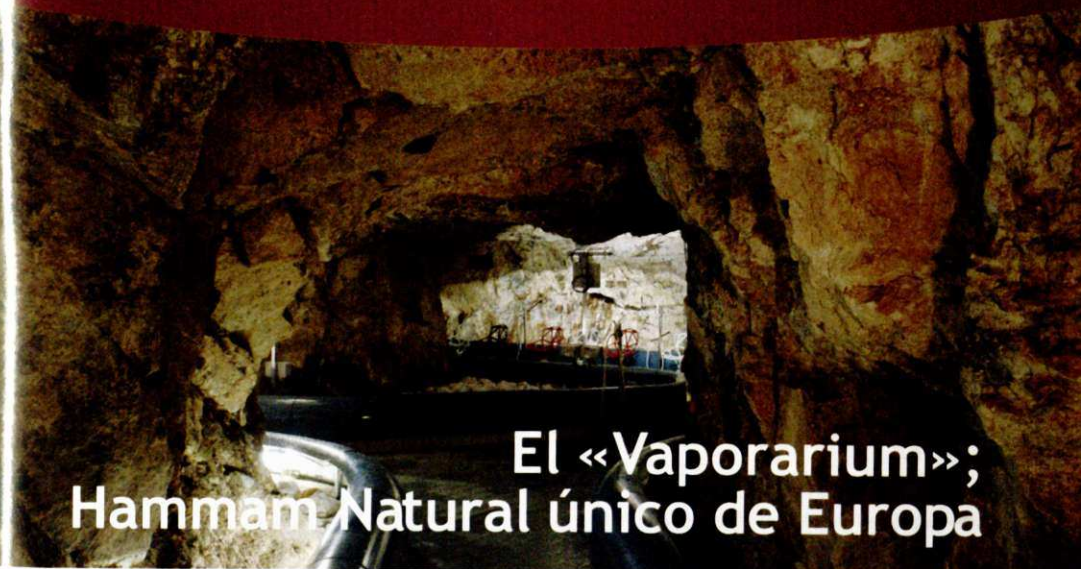
[info@luchon-bien-etre.fr](mailto:info@luchon-bien-etre.fr) [www.luchon-bien-etre.fr](http://www.luchon-bien-etre.fr)

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



# vaporarium

espacios para vuestro placer



## 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**.



14<sup>ème</sup> édition

# Festival des CRÉATIONS TÉLÉVISUELLES Luchon

Pays Comminges - Pyrénées

[www.festivaldeluchon.tv](http://www.festivaldeluchon.tv)

Du 8 au 12 février 2012

vos vedettes sont à Luchon

Venez prendre part à cette fête de la télévision

- Una competición entre canales de televisión para el Gran Premio del Festival, el "Pyrénées d'Or", así como los Premios al Mejor director, Mejor actor & actriz, Mejor guion y muchos más otorgados por el Jurado Profesional (y... por el Público que puede votar en cada pase)

- Producciones inéditas, TVMovies, Series, Mini-Series, Web-ficciones... ¡lo mejor de la televisión!  
Pases en presencia de los equipos artísticos y técnicos de las películas.

- Eventos, dedicatorias, encuentros y Masterclass. Estudiantes, público, profesionales... todo el mundo tiene un motivo para venir a disfrutar de esos momentos fantásticos junto a los famosos y a los que nos hacen soñar cada día.

- Una programación española de las últimas producciones, eventos...

¡ Acércate a Luchon y ven a conocer el mundo de la televisión !



Organización  
AFTVCP : 00 33 (0)5 61 79 89 7  
[contact@festivaldeluchon.tv](mailto:contact@festivaldeluchon.tv)

Información & Alojamiento  
Oficina de Turismo :  
00 33 (0)5 61 79 21 21





**VIERNES 24 DE FEBRERO**

por la tarde

# Espectáculo de luz y sonido

en el paseo de Allées d'Etigny

con final

## final pirotécnico

en el parque des las termas

Gratis

# Pista de hielo



- **Del martes 4 de enero  
al viernes 10 de febrero**  
abierto: miércoles, sábado y domingo  
de las 15h a las 20h.
- **Del sábado 11 de febrero  
al domingo 11 de marzo**  
abierto cada día de las 15 h  
hasta las 20 h.

**Luchon**



# índice anunciantes

## ALIMENTACION

Super U – Gourdan Polignan

## ALQUILER MAQUINARIA

Calvo (Vielha)

## ASESORIAS – GESTORIAS- ABOGADOS

Cadion (Vielha)

J. Toló i Associats (Vielha)

Cudos (Vielha)

## BRICOLAGE

Bricomarché (Luchon)

## CARPINTERIAS –MADERAS

Fusteria Clapers Piqué (Vielha)

## COMIDAS PARA LLEVAR

Asador Garona (Vielha)

## CONSTRUCCIONES

Gran Aran (Vielha)

## CORTINAS y TAPICERIAS

Magatzems Sant Jordi (Lérida)

## DECORACION Y REGALOS

Es Pirineus (Vielha)

La Ferme d'Espiau (Luchon)

## ELECTRODOMESTICOS

Electrónica M. Perales (Vielha)

Super U – Gourdan Polignan

## ESCUELAS

Escola Musicau Val d'Aran

(Vielha)

CAEI (Centre d'Espòrts du'uern)

CEVA (Club Esqui Val d'Aran)

Era Escola d'Esqui dera Val

d'Aran

## ESTACIONES DE ESQUI

Le Mourtis (Saint Beat)

## FLORISTERIAS y JARDINERIA

Jairo José Piñero (Vielha)

Eth Jardinet (Vielha)

## FONTANERIA- ELECTRICIDAD

Fontaneria Busquet (Les)

## FOTOGRAFIA

Aran Color (Vielha)

## HOTELES

Meliá Royal Tanau (Baqueira

1700)

3 Sol Vielha (Vielha)  
3 Hotel Castieru (Escunhau)  
31 Pensión Montarto (Artes)  
31 Hotel Aran (Vielha)  
5

## INFORMATICA

Vielha Computer (Vielha)

Abanikos (Vielha)

## INMOBILIARIAS

–PROMOTORES

Eth Puntet (Vielha)

Gran Aran (Vielha)

Sebasaran (Vielha)

## LAVANDERIAS- TINTORERIAS

Jonerick (Betren) Vielha

## LIBRERIAS PAPELERIAS

Eth Plumier (Vielha)

## LIMPIEZA DE CHIMENEAS

Limpiezas de Chimeneas (Sort)

Jairo José Piñero (Vielha)

## MEDICINA. ESTETICA

Dra. Mª José Cutando (Vielha)

## MODA – LENCERIA

El Niño (Vielha)

## PARADORES DE TURISMO

Parador de Vielha

Parador de Artes

## PINTORES

Jairo José Piñero (Vielha)

## POMPAS FUNEBRES

Funeraria Borrás (Vielha)

Funeraria Saura (Vielha)

## RESTAURANTES

Era Tiurna (Les)

Bar Restaurante Luis (Vielha)

Basteret (Vielha)

El Molí (Vielha)

Era Coquela (Vielha)

Gris (Salardú)

La Fonda d'en Pep (Vielha)

La Gentilhommière (Fos)

Nhac (Baqueira) Urb. Val de

Ruda

Place nº The (Luchon)

Restaurante Bok (Vielha)

Restaurante Ca'n Père (Vielha)

Restaurante Eth Pui (Unha)

Restaurante Tumay (Escunhau)

11 Rest. San Joan de Torán  
31 (Sant Joan de Torán)  
31 Restaurante Suley (Bossòst)  
5 Restaurante La Borda de  
21 Betrén (Betren-Vielha)  
21 Sidreria Casa Pau (Artes)

## ROPA LABORAL Y DE HOGAR

Eth Auet (Vielha)

## SEGUROS

Mapfre (Vielha)

## SERVICIOS – MANTENIMIENTO-LIMPIEZA

Jairo José Piñero (Vielha)

## SUPERMERCADOS

Super U – Gourdan Polignan

## TALLERES AUTOMOVILES

Talleres Garona (Vielha)

Talleres Mijaran (Vielha)

Norauto –Gourdan Polignan

## TERMAS-SPA

Termas de la Baronia de Les

(Les)

Parador de Vielha (Vielha)

## TIENDAS DE DEPORTE

Yeti Sports (Vielha)

## TAXIS

Manel Capel (Escunhau)

## VENTA DE LEÑA

Jairo José Piñero (Vielha)

## VETERINARIOS

Aran Veterinaris (Vielha)

## VINACOTECAS

Eth Cerer (Unha)

Gris (Salardú)

La Tertulia (Unha)

Vielhitos (Vielha)

## ZAPATERIAS (Reparación y venta)

Zapato Rápido (Vielha)





**San Valentín...**  
**Aran Nau te lo pone fácil!!!**

**...encontras lo que buscas.**





**ERA ESCOLA**  
BAQUEIRA - BERET



Escola Esquí  
**Valls d'Aneu**



**¡Vive y siente  
la experiencia!**



Tel. 902 218 228 \* [info@eraescola.com](mailto:info@eraescola.com) \* [www.eraescola.com](http://www.eraescola.com)