

era revista dera Val d'Aran

Nº 42

AraNau

com

Revista Mensual GRATUITA

MARC
2012



Suplemento

Luchon ▲

Pyrénez-vous!

VAL D'ARAN

gourmet

eveniments gastronomic

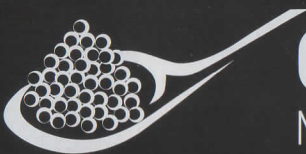
març



era Òlhada

Degustacion dera Òlha Aranesa

Beret, dimenge 4 de Març



Caviar d'Aran

Mòstra Gastronomic deth Caviar

Val d'Aran, deth 5 ath 11 de març

www.visitvaldaran.com



Conselh Generau
d'Aran

VAL D'ARAN
Era essència des Pirenèus

CENTRE COMMERCIAL LES PORTES DU VAL D'ARAN



Solamente a 33 Km.
del Valle de Aran

 de 9 h à 19 h du lundi au samedi	 de 9 h à 22 h 30 - de 14 h à 19 h du lundi au vendredi le samedi 05 61 94 22 60	 de 9 h à 19 h - de 14 h à 19 h du lundi au vendredi le samedi 05 61 94 40 08	 de 9 h à 19 h 15 - de 14 h à 19 h du lundi au samedi 05 61 89 98 89	 de 9 h à 19 h - de 14 h à 19 h du lundi au jeudi de 9 h à 19 h vendredi et samedi 05 61 88 40 43	 de 9 h à 19 h 15 - de 14 h à 19 h du lundi au samedi 05 61 95 11 62	 de 9 h à 19 h Non-stop du lundi au samedi 05 61 94 25 73	 de 9 h à 19 h 30 du lundi au samedi 05 61 95 79 79	 Ouvert 7/7j de 8 h à 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

Inmobiliaria del Valle de Aran y Costa Blanca

617 578 854

Consulte nuestras
interesantes ofertas en:

www.sebasaran.com

registre d'agents immobiliars
de Catalunya n.º 43.16

AraNau

era revista dera Val d'Aran



Foto : Javi Montes

Edición:
NAU ARAN S.C.P.
Impresión:
Indugraff Offset
Maquetación y Diseño:
Alèxia Grustan.
Directora Comercial:
M^a Rosa Puig.
Director de redacción:
Jorge López Pallarés.
Tirada:
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 Era escola
- 19 Agenda en Aran
- 20 Horóscopo
- 22 Mascotas
- 23 Medicina y estética
- 26/27 Horarios de autobus
- 28 Noticias Vielha
- 29 Pasaratos
- 30 Era val d'auti tempsi
- 31 CAEI
- 33 Aran pour nos amis
- 35 Nuevas Tecnologías
- 36 Una casa en el valle
- 37 Gent d'Aran
- 38 Soluciones Pasaratos
- 47 Indice anunciantes

AraNau
era revista dera Val d'Aran

NAU ARAN
c/ Jaime II, 14 Baixos
25530 Vielha
Tel.: 973 64 04 87

rosa@arannau.com

Suscripciones a ARAN NAU
Llamar al teléfono 973 64 04 87 y
por sólo 30€* anuales (55€ para Francia), les
enviaremos puntualmente la revista a su casa

T&A
TOLÓ
ASSOCIATS
ASSESSORIA INTEGRAL
GARANTIA DE QUALITAT



Nos adaptamos a tus necesidades, no dudes en consultarnos

Filosofía de la empresa,
contácto, tarifas y packs
especiales.

La empresa

Consultas a asesores
fiscales/laborales, abogados,
técnicos en prevención
de riesgos laborales y área
de consultoría
web/corporativa.

Consultoría online

Acceso al area de prensa
y comunicaciones a
clientes

**Prensa y comunicaciones
a clientes**

Acércate más a nosotros

Contacto

TE INFORMAMOS: ENTRA

www.toloassociats.com

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

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

Fontanería
Calefacción
BUSQUET S.L.

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

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



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

Gairebé 900 marxadors, participen a la 33èna edició de la Marxa Beret.

Els organitzadors de la Marxa Beret, Conselh Generau d'Aran, Baqueira Beret i Ajuntament de Naut Aran, qualifiquen d'exitosa la Marxa Beret d'enguany.

La Marxa Beret, en la seva 33èna edició es va celebrar amb plena normalitat, tot i que durant tota el dia no va parar de nevar i calien cadenas a primera hora del matí per accedir al Pla de Beret, el que va fer que la MARXA comencés amb 15 minuts de retard sobre l'horari previst.

Les condicions de neu i la fantàstica organització, van fer que la Marxa Beret hagi estat qualificada amb molt bona nota per part dels responsables del circuit europeu Euroloppet, que han afirmat, que amb la neu caiguda des de primera hora del matí, el circuit estava en perfectes condicions, i han valorat molt favorablement la feina feta pels organitzadors, els responsables tècnics, Manu Caseny i Robert Costa, i

del director de la Marxa, Marcos Viló, així com també la tasca dels voluntaris de la Val d'Aran. Els responsables d'Euroloppet, han manifestat que l'organització i el desenvolupament de la Marxa Beret, està a l'alçada de les millors curses del Món, en aquesta especialitat.



Torisme Val d'Aran present ena hèira de Fitur

Era conselheira de Torisme, Anna Díaz, assistic ara inauguracion dera hèira de FITUR, ua des hèires més importants deth sector turistic a nivèu internacionau que se celèbrec en Madrid pendent es dies 18, 19, 20, 21 e 22 de gèr.

Torisme Val d'Aran compdèc damb un stand a on aufric, a més dera aufrèta dera nhèu, es productes dera rèsta der an coma sòn: eth senderisme, era bicicleta de montanha (BTT), eth ciclitorisme e eth benèster ena montanha.

"Çò que se pretèn ei potenciar eth torisme pendent tot er an e sajar de desestacionalizar-lo, atau coma era promocion des eveniments gastronòmics e culturaus que se desvolpen en Aran" manifestèc era conselheira, Anna Díaz.

Ara inauguracion tanben an assistiren eth director

generau de Baqueira Beret, Aureli Brisbe e eth director de Marquèting e Comunicacion de Baqueira Beret, Roberto Buil que visitèren er stand d'Aran damb era conselheira de Torisme.



Aviacion Civila, autorize era empresa TAF Helicòpters entara practica der elisquí ena Val d'Aran.

Ei eth primèr còp qu'era Aviacion Civila autorize ua activitat d'aguestes caracteristiques en Estat espanhòl.

Eth passat 19 de gèr eth sindic d'Aran, Carlos Barrera, acompanhat des responsables des empreses TAF Helicòpters e Pyrenees Heliski, presentèc en roda de premsa era autorizacion entara practica der elisquí ena Val d'Aran, per part d'Aviacion Civila. Barrera expliquèc qu'era practica der elisquí ena Val d'Aran comencèc perque i auie ua demana deth mercat, e qu'açò comportèc que des de TAF Helicòpters se possèssen a trabalhar entà obtier era sua regularizacion. Aguesta ei era primèra, e de moment unica autorizacion entar elisquí de tota Espanha, çò que segontes eth sindic d'Aran, convertís era Val d'Aran en un destin turistic exclusiu en tot er Estat, damb

un producte de qualitat qu'amplie era aufrèta deth país, un des objectius de Torisme Val d'Aran. En çò que hè ara seguretats s'apliquen es madeishi protocols internacionaus qu'ena rèsta, en tot tier en conde que s'an de complir aguesti requisits e que TAF Helicòpters ei era unica empresa autorizada que pòt realizar aguesta activitat aeronautica.



Estudio en Tredòs con Balcón 76.000 €



Obra Nueva
Ático 3 Hab. en Vila Garaje individual 195.000 €



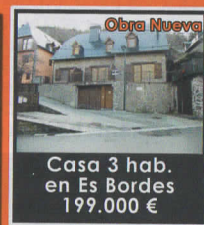
Dúplex en Vielha 3 habitaciones 210.000 €



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



Dúplex 3 hab. Solan de Vielha 230.000 €



Obra Nueva
Casa 3 hab. en Es Bordes 199.000 €



Dúplex en Vielha 2 habitaciones 130.000 €



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

aran veterinaris

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

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

Ahora tambien peluqueria canina!!!

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

www.granaran.com

GRANARAN CONSTRUCTORA

REFORMAS EN GENERAL

Avd. Castiero, 17 2º 5º 25530 VIELHA

Tel. 676 658 639
granaran@granaran.com

TALLERES GARONA

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

Centros del Automovil
CONFORT auto

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

LIMPIEZA DE CHIMENEAS

EXTRACTORES DE RESTAURANTES

Tel. 973 621 065
661 606 260
michellarrue@hotmail.com

Presentada era Memòria de Consum 2011 dera Oficina de Consum deth Conselh Generau d'Aran.

Eth Conselh Generau d'Aran a transferides, des der an 2005, es competències de Consum en ambít dera resolució de conflictes, dera inspeccion e contròl des productes e des tasques inspectores que se deriven dera presentacion de denúncies, atau coma en ambít dera informacion as consumidors e usatgers de caire personau e collectiu.

Pendent er an 2011, s'an amiat a tèrme quate campanhes programades de vigilància de mercat centrades en: rebaishes d'iuèrn, productes alimentaris, productes industrials e requisits generaus des relacions de consum as establiments, centrada aguesta darrera en sector des perruqueries, visitant es 14 establiments existents ena Val d'Aran.

En an 2011, s'an realizat tres inspeccions d'ofici motivades en un cas per ua mediacion non resolvida

e es autes dues per denúncies de consumidors. S'an inspeccionat ua estacion de servici, un comèrc e un ostau que tanben a restaurant, sense detectar cap indicí d'infraccion administrativa en matèria de consum. Era Oficina de Consum deth Conselh Generau d'Aran, a rebut un totau de 9 denúncies pendent er an 2011: 4 d'òtels, 1 de restaurant, 1 de subministrament basic (gas) e 3 de comèrc.

Oficina deth consumidor



Torisme Val d'Aran, promocione era aufèrta toristica deth país en Salon Mahana de Toulouse.

Eth passat 3, 4 e 5 de hereuèr, Torisme Val d'Aran siguec present en Salon Mahana de Toulouse. Laguens des activitats de promocion dera aufèrta toristica dera Val d'Aran, es professionaus de Torisme Val d'Aran, participèren pendent tres dies en Salon Mahana de Toulouse, a on tenguèren era oportunitat d'exposar tota era aufèrta Culturau, de Patrimòni, de Léser, Esportiva e relacionada damb era Natura dera Val d'Aran, tant laguens dera campanha d'iuèrn coma damb es naus productes toristics qu'era Val d'Aran a dejà premanits entara pròplèu sason d'ostiu. Era participacion de Torisme Val d'Aran en aguest important Salon, siguec laguens der estand de promocion des Pirineüs que i placèc era Agència Catalana de Torisme.



Session de presentacion en Conselh Generau d'Aran dera Oficina Antifrau de Catalunya.

Eth passat 13 d'hereuèr auec lòc en Conselh Generau d'Aran, era session de presentacion dera Oficina Antifrau de Catalunya. Aguest acte anèc a cargue de Jordi Climent, director de Prevenció e de Lourdes Parramon, cap de Relacions Institucionalas dera Oficina Antifrau de Catalunya. Ena session de presentacion i assistiren es conselhèrs e eth director executiu deth Conselh Generau d'Aran e es alcaldes der Aran.

Es responsables dera Oficina Antifrau, expliquèren qu'era Oficina ei un organ independent, non sancionador, ja qu'aguesta ei un trebalh dera fiscalia o era autoritat administrativa, qu'actue des dera proximitat, pr'amor que quinsvolha persona pòt interposar ua denúncia e que protegís era identitat des denunciants.

Era Oficina Antifrau de Catalunya, trebalha tanben enes ambits dera formacion, en tot aufrir arreu deth territòri sessions e còrsi tà cargues elèctes e tecnicas dera Administracion Publica, e tanben ena divulgacion mejançant eth Projècte Educatiu, "Jo; sí, educació per a la integritat", que ja a arribat a 1.500 alumnes d'entre 12 e 18 ans de centres de Segondària de tot Catalunya.



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

JC maquinaria

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

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

ALQ.JCR@vallesaranribagorza.com

Jairo José Piñero Hurtado

Servicios de mantenimiento y jardinería

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

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

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



CLUB ESQUÍ VAL D'ARAN



"MEMORIAL MONTSE COROMINAS" CIRCUITO AUDIQUATTRO CUP INF II

El Club de Esquí Val d'Aran (CEVA) organizó los pasados días 10-11 y 12 de febrero de forma conjunta con la RFEDI la 2ª fase de copa España del "circuito audiquattroCup," siendo al mismo tiempo válido para la 29 Lliga catalana con el Trofeo CEVA "Memorial Montse Corominas" de la categoría de infantiles II es considerada la segunda competición más importante del circuito nacional después de los Ctos. de España que se celebrarán en Sierra Nevada.

Ante un absoluto éxito de organización se pudieron celebrar las 3 disciplinas con unas inmejorables condiciones de carreras a pesar del intenso frío, la prueba se vió envuelta con un gran despliegue de banderas y carpas con productos para los corredores y espectadores.

El corredor del CEVA Iñigo Larriu consiguió ganar 2 de las mangas celebradas consiguiendo la segunda posición en el slalom especial y 3º en el slalom gigante lo que le coloca 2º en el ranking de la Copa España Y 1º de la liga catalana.

RESULTADOS CARREDORES DEL CEVA

En lo que llevamos de temporada los corredores del CEVA está obteniendo destacados resultados en todas las categorías:

VIII Floquet de Neu Alev

El pasado día 21 de enero se disputó en la estación leridana de Espot "VIII Floquet de Neu" la primera carrera de la temporada en la categoría de Alevines. El CEVA acudió con 34 corredores de ambas categorías obteniendo destacados

resultados en los pódiums. En total consiguió dos primeros puestos, un segundo y un tercero.

En la categoría de Alevines I Tomás Barata consiguió clasificarse en primera posición lo mismo que su compañero de equipo, el aranés Lluc Montes, en la categoría de Alevines II. Pol de Rio consiguió la tercera posición.

En lo referente a las damas, en Alevines II destacó Carla Barata que consiguió la segunda posición.

2º GP PALLARS INF II

En Espot se realizó el "2º GP PALLARS" siendo la primera carrera que se ha celebrado de la categoría Infantil II de la liga catalana.

En el Slalom el corredor del CEVA Iñigo Larriu ganó con gran superioridad al resto de corredores en las dos mangas disputadas. Larriu consiguió una diferencia de segundo y medio respecto al segundo clasificado y actual ganador de la prueba internacional de La Borrufa, Ferriol Llibre.

BORRUFÀ 2012

Del 23 al 26 de enero se celebró la prueba internacional "La Borrufa" en la estación Andorrana de Arcalis con la participación de más de 25 países de Europa y América.

Del CEVA fueron seleccionados Ana Iriondo y Marc Montes para representar al equipo español.

JUVENILES

El corredor del CEVA Iker Gaztaminza de primer año de juveniles después de las primeras carreras FIS se está consolidando como uno de los mejores en la categoría de juvenil I



riderssteamceva@terra.es
650 182 082

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.

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

Cortinas Sant Jordi

Especialidades

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

Divisiones

- Hostelería
- Hogar
- Oficinas

Taller de Diseño

- Confección e instalación propia

Tapicerías Sant Jordi Toldos Sant Jordi

Toldos de diseño y alta tecnología

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

973 249 950

electrónica

M. Perailes

• Instalación y reparación de antenas individuales y colectivas

• Televisión vía satélite

• Alquiler megafonías para eventos

• Venta de electrodomésticos

Instalador oficial nº 4191



Distribuidor: DIGITAL+

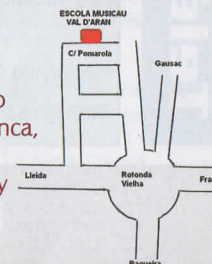
Av. Pas d'Arò, 50
25530 - VIELHA
Tel. 973 641 560
Fax 973 641 955
cperales@telefonica.net



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 - saxofón
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

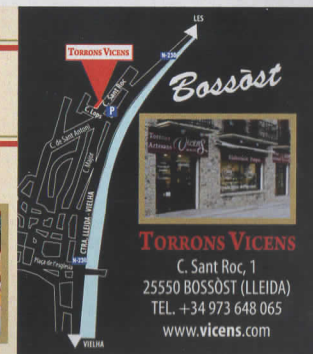
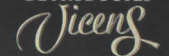


BOSSÒST TORRONS VICENS ARTESÀ D'AGRAMUNT DES DE 1775

Fabricació Pròpia
Venda al Detall

Grand assortiment de turrone, chocolats,
fruits secs caramélisés, biscuits, dragées et Anis.

DEGUSTACIÓ
GRATUÏTA
DE PRODUCTES



TORRONS VICENS
C. Sant Roc, 1
25550 BOSSÒST (LLEIDA)
TEL. +34 973 648 065
www.vicens.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 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
EMERGENCIAS 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
MUSEUM DERA VAL D'ARAN	973 641 815

MAPFRE

Los mejores precios y garantías en seguros de:

- Hogar.
- Responsabilidad Civil.
- Comercio.
- PYMES.
- Vida.
- Accidentes.
- Planes de Pensiones.
- Comunidades de Propietarios.
- Dececos.
- 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

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

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

Jairo José Piñero Hurtado

VENTA DE LEÑA (SERVICIO A DOMICILIO)

Precios: 55 € m3. (haya)
110 € m3 (mezcla de luxe)

LIMPIEZA DE CHIMENEAS



Tel. 638 810 555
hermanosjayro@hotmail.com
www.hermanosjayro.com

Foto: J. M. Empolles (O.T. Luchany)

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



SERVICI JUDICIAU
ALTA RIBAGORÇA I
VAL D'ARAN

TANATORIS TANATORI VIELHA
Jorge Belmonte
Móvil 609 571 098
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



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

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



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

Se vende casa adosada en Vielha. 180m2, 4 habitaciones dobles, 2 baños completos, cocina, comedor, aseo y plaza de parking para 2 coches. Precio 350.000€. Interesados llamar al 630.065.170

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 dan clases de pintura sobre porcelana. Tel. 669.753.088

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

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

Assessorament



LABORAU
FISCAU
COMPTABLE

973 64 20 79

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

dempús 5 ans i a tostemp eth solej*

2006 RADIOVAL 2011
PIRENEOS

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

* there is always sun, since 5 years

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

ESCURRECUBIERTOS:

Si tienes un escurrecubiertos metálico, lo más probable es que al cabo del tiempo se oxide. Para evitarlo, aplícale limón y sal y frótalo bien con un cepillo. A continuación, lávalo con agua y detergente, acláralo y sécalo bien.

SANITARIOS BRILLANTES:

Con el tiempo y el uso, los sanitarios pierden su brillo original. Sólo tienes que calentar un poco de vinagre, esparcirlo frotar con un paño seco. Tus sanitarios volverán a lucir como nuevos.

DESCAMAR SALMONETES:

Para descamar los salmonetes, prueba a sujetarlos por la cola con un paño (para que no se escurran) y raspalos con el revés de un cuchillo en dirección contraria a la cabeza. Después, enjuágalos bien con agua fría.

PASTELES:

Al amasar, es normal que muchas veces la pasta se te quede pegada a las manos. La solución consiste en: colocarla dentro de una bolsa de plástico y amasar como lo haces normalmente.

PUNTOS NEGROS:

¿Te molestan los puntos negros? Después de un "peeling", hierva agua y toma un baño de vapor en el rostro. Al cabo de unos minutos, colócate un pañuelo de papel en cada dedo índice y con cuidado extrae los puntos negros.

GOLPES:

Si tu hijo siempre llega a casa lleno de golpes, procura tener a mano una solución a base de árnica. Para prepararla, mezcla en una taza una cucharada sopera de tintura de árnica con cinco de agua. Empapa un trozo de gasa y colócala sobre la contusión o herida. Sujétala suavemente con un vendaje y repite la operación varias veces. Te maravillarás de lo rápido que llega a curar.

KENTIA *Howea Forsteriana*

Es la palmera que más se usa para interiores junto a la *Areca* y a la *Chamaedorea*. De sus virtudes es que no exige mucha luz y va bien en los rincones. Es una palmera resistente y caracterizada por su **elegancia**. Si le das lo que pide disfrutarás de ella durante **muchos años**.

En climas cálidos, sin heladas, o si las hay, muy débiles, se plantan al exterior, en jardines a la sombra o en macetones en patios y terrazas. Por ejemplo, en la Costa del Sol española se ven en parques públicos. resiste hasta -5° C, siempre que sea poco tiempo (unas horas). Crece muy lentamente y por eso su **precio es alto**. La de la foto puede tener más de 10 años. Veamos los consejos y exigencias que tiene para cultivarla como planta de interior.



rompa, lo acusaría mucho o podría morir. Es una de las palmeras más delicadas que hay en el trasplante.

PROBLEMAS

- ¿Puntas marrones? Puede ser por un ambiente seco. Pulveriza la planta
- ¿Podredumbre negra en la base del tallo? Poca aireación o exceso de riego
- ¿Hojas sin color, amarilla? Falta de riego y alta temperatura. Aumenta los riegos y traslada a un lugar más fresco.
- **Procura que no roce en la pared**, se abrirían las puntas de las hojas y se pondrían marrones. La Cochinilla algodonosa, Araña roya y Tripos son las plagas más comunes, que generalmente aparecen en periodos muy calurosos. Vigila su aparición para actuar en los primeros momentos.

LUZ

Como dije al principio, es resistente a la escasa iluminación de las viviendas. Aunque si tiene más, mejor, estará más fuerte. Queda muy elegante en un rincón sombrío.

HUMEDAD

No la pongas cerca de radiadores ni expuesta a corrientes de aire frío. Pulveriza con agua las hojas, especialmente en verano y también si está en un cuarto con calefacción. La sequedad del aire las estropea.

RIEGO

En verano riega dos veces por semana y una o dos veces al mes en invierno. Su peor enemigo es el encharcamiento, sobre todo en invierno. Sin embargo, en verano, no debes dejar que se seque el cepellón. Comprueba que drena bien la maceta y que no se queda acumulada el agua en el fondo. Tampoco que pase sed, ya que las hojas amarillearían.

ABONO

Echa un poco de fertilizante líquido disuelto en la regadera cada diez días desde marzo hasta octubre.

CAMBIO DE MACETA

Si la trasplantas, cuidado con el cepellón, que no se

Artículo facilitado por Antonia Bergé de Eth Jardinet

Eth Jardinet
Decoración Florau e Jardineria
c./deth Roser, 13
25530 VIELHA (Lleida)
Tel. 973 64 03 48

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

- Alimentació
- Complements
- Autorrentat

TUCA CAN,
la botiga on trobaràs tot per a la teva mascota, alimentació, complements i una banyera d'auto rentat on podràs deixar el teu gos net, còmodament i a un preu molt econòmic.

25530 - Vielha (Lleida)
tucacan@tucacan.com

AVDA. MOLIÈRES, 2 LOCAL 4-5
(davant del Palai de Gèu)
973 64 03 83 / 660 805 815
Jordi Garcia



LOS ALUMNOS DE SKI CAMP SE INICIAN EN EL TELEMARK

La dirección de ski camp, aparte de realizar la actividad normal del esquí alpino, también organiza otras

actividades para potenciar en los alumnos de ski camp otras habilidades o modalidades como el esquí de telemark. Esta elegante forma de desplazarse por la nieve llamó la atención de los alumnos de Ski camp, que sintieron el esquí de un modo diferente. Durante la temporada se organizarán otras actividades...



LOS PROFESORES DE ERA ESCÒLA PRACTICAN EN NIEVE POLVO

Los profesores de Era escòla estan aprovechando las últimas e intensas nevadas en Baqueira Beret para perfeccionar la técnica de la nieve polvo. Los profesores de Era escòla afirman que es bueno que los alumnos puedan ver una buena demostración para que la enseñanza sea más completa...

SKI CAMP ENTRENA CON EJERCICIOS EDUCATIVOS

Los alumnos de Ski camp han aprovechado la jornada de esquí para realizar ejercicios educativos. Se ha trazado un recorrido con puertas y palos en donde los profesores de Era escòla han dado las instrucciones adecuadas a los niños y niñas de Ski camp. El objetivo de la dirección del camp ha sido poner a prueba las habilidades de los alumnos para mejorar la técnica y el nivel de esquí.



Del 3 al 4: CTO. ESPAÑA TRINEO CON PERROS. El sábado 3 la competición se celebrará de 10.00 a 12.00. El domingo 4 será de 9.30 a 12.00. Esta competición, se ha consolidado como una de las pruebas más importantes del mushing nacional, con cerca de un centenar de equipos y alrededor de 500 perros. La prueba se disputa con la modalidad de contrarreloj. Organiza REFEDI y FCEH. www.fceh.org

Del 3 al 4: XV AMICS DE MONTGARRI. Competición de esquí alpino, a partir de las 10.00h en el Stadium de Beret, en las modalidades de slalom gigante y combi RACE. Participan los mejores corredores alevines de España, Andorra y Francia. Organiza CAEI. www.caei.es

Día 4: IV DEGUSTACION DE OLLA ARANESA. A partir de las 10:00 en la terraza de la cafetería de Beret, los restaurantes participantes comenzarán a preparar este plato típico de la gastronomía aranesa; una vez finalizada la demostración de cocina, los presentes podrán degustarla. Organiza Torisme Val d'Aran y Grèmi d'Ostalaria dera Val d'Aran.

Del 10 al 11: V TROFEO FUNDACION JESUS SERRA. Competición de esquí alpino para las categorías juvenil, sénior y veterano. Organiza Baqueira-Beret. www.baqueira.es

Día 24: LA REVELACION DEL 2012 DE MIDI PYRÉNÉES. Funky Crew, Cédric Aillet, Monkey Swag, Team Azing, Jamais 203, United Monkey's, X-Prim, Dans6T Junior y con la participación de Sin Hip Hop No Hay Crew. En el polideportivo de Bossòst a las 21h. (Entrada 5€).

Día 24: HIP-HOP NIGHT. En el pub K-Fay de Bossòst a partir de las 23h.

- 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 para que sea publicada.

Era istòria d'un país

Semana Santa. Deth 31 de març ath 8 d'abriu



Musèu dera Val d'Aran

	Del.	Dim.	Dim.	Dij.	Diu.	Dis.	Dim.
Musèu dera Val d'Aran. Vielha		10 a 13 17 a 20	10 a 13 17 a 20	10 a 13 17 a 20	10 a 13 17 a 20	10 a 13 17 a 20	11 a 14
Ecomusèu çò de Joanchiquet. Vilamòs	11 a 14 16 a 19	11 a 14 16 a 19	11 a 14 16 a 19	11 a 14 16 a 19	11 a 14 16 a 19	11 a 14 16 a 19	11 a 14 16 a 18
Sant Joan. Arties	17 a 20	17 a 20	17 a 20	17 a 20	17 a 20	17 a 20	
Rota deth Romanic. (visita guiada)							
Sant Fèlix. Vilac (gessuda)	16:00	11:30	16:00				
Santa Maria. Arties							
Fabrica dera Lan. Vielha (visita guiada)			12:00		12:00		
"Es croztes deth Musèu" Musèu dera Val d'Aran. Vielha (visita guiada)		18:00		11:30		18:00	

ARIES

Marzo va a ser para ti un mes tranquilo, tanto en el trabajo, como en la salud y en el amor. Estarás bastante sereno y habrá muy pocas cosas que te alteren. En plena primavera, te vas a sentir como hacía tiempo que no te sentías.



TAURO

Este mes se presenta con buenas perspectivas para Tauro. Todo va a ir sobre ruedas y además estarás muy bien ánimo. Si tienes pareja, recibirás un grata sorpresa suya y, si no la tienes, este es sin duda el mejor mes para conseguirla si es que la quieres. Vas a irradiar una energía positiva que hará que todas las miradas se centren en ti.



GEMINIS

Este mes vas a estar más sensible y perceptivo que nunca. Y deberás tener cuidado para que muchas de las cosas que te pasen no te afecten. Darás importancia a hechos y comportamientos que no la tienen y eso lo único que hará es perjudicarte. Puede que tengas un pequeño desengaño amoroso.



CANCER

Vas a tener una sorpresa muy agradable en el plano laboral. Además, en el amor todo irá viento en popa. Este será un mes muy positivo para cáncer, pues después de todo lo que te ha pasado, este es momento de recuperar la alegría y cobrarse la deuda por todo malo.



LEO

En el trabajo todo empezará a ir sobre ruedas y sentirás que tanto esfuerzo habrá valido la pena. Por fin te sentirás reconocido y valorado. En el amor todo estará tranquilo, no habrá nada que altere tu relación, si es que la tienes. En caso de no tenerla este no es el mejor momento para buscarla.



VIRGO

Este mes tendrás algunas discusiones con tu pareja porque crearás que no se está portando bien contigo. Sin embargo, tu necesidad de seguridad, hace que seas demasiado celoso a veces sin motivo. Controla tus reacciones si no quieres perder a alguien muy querido



LIBRA

A finales de mes se presentan buenas posibilidades para viajar al extranjero e incluso tener un golpe de suerte. La salud irá bien pero continuarán los pequeños achaques con los que acabó el pasado año. Un poco de ejercicio y descanso es la mejor terapia.



ESCORPIO

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



SAGITARIO

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



CAPRICORNIO

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



ACUARIO

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



PISCIS

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



Vielha e Mijaran



Ajuntament de

Er Ajuntament de Vielha e Mijaran damb er objectiu de reactivar era situacion economica deth caplòc a trauèrs de diuèrsi èishi d'accions (coneishement, economia, identitat e ajuda sociau a convocar:

Convocatòria de dues Bèques Universitàries de Trabalh "Fradin de Vielha"

"Economia dera Identitat"

Objectiu dera bèca

Tamb era convocatòria d'aguesta bèca se vò arténher era confeccion d'ua prepausa de modèl economic que sigue capable de trabalhar sus era identitat entath sòn profitament economic.

"Vielha, Centre Internacionau d'Òci deth Pirenèu"

Objectiu dera bèca

Tamb era convocatòria d'aguesta Bèca, se pretén visualizar Vielha, coma un destin toristic d'òci. En tant ara aufèrta intèrna d'òci, coma ara extèrna. Eth resultat dera bèca aurà d'èster eth dessenh d'ua carta de servicis e productes adreçada autant ara fidelizacion deth client que mos visite, coma ara captacion deth nau client entà Vielha e Mijaran.

Aspirants

Poderàn optar ad aguesta bèca titolars universitaris o ben estudiants/es que siguen en 3au. cors de grad universitari, que de manèra individuau o collectiu, presenten ua prepausa de bèca d'acòrd damb aguestes bases. Auràn d'auer un minim de cinc ans d'antiguitat en padron municipau de Vielha e Mijaran. En cas que se presente ua prepausa collectiu, aguesta condicion l'auràn de complir eth 50% des membres sollicitants.

Plaç de presentacion

Es prepauses s'auràn de presentar ena sedença der Ajuntament de Vielha e Mijaran, abantes deth **31 de març de 2012**.

Veredictè

Eth veredictè deth jurat, que serà inapelable, se harà public eth 18 d'abri de 2012 entàs 13,30 ores en acte públic ena Sala de Plens der Ajuntament de Vielha e Mijaran.

Dotacion dera Bèca

Er impòrt dera bèca serà de **2.000 €**.

APROFITA!!!!!!

www.vielha-mijaran.org



Lo de nueva, porque ha salido recientemente, no porque hubiera una vieja. No sé si recordarán que hace unos meses les hablé de la leishmaniosis, una enfermedad transmitida por la picadura de determinado tipo de mosquitos que lleva unos añitos haciendo furor, sobre todo en las zonas costeras de nuestro país. Como Pachá, vamos.

Pues bueno, hasta ahora, la única arma que teníamos para luchar contra esta enfermedad, que se lleva por delante a cientos de perros (y algún gato) cada año, era la utilización de collares repelentes del dichoso mosquito. A parte, por supuesto de los tratamientos leishmanicidas que utilizamos, con éxito desigual, cuando el animal ya ha contraído la enfermedad. Pues ahora, tras dura pugna y varios quitame allá esas patentes, un laboratorio que empieza por V y acaba por C (y no digo el nombre, no porque se me prohíba hacer publicidad, sino porque el susodicho laboratorio no me paga por la propaganda), ha sacado, por fin, una vacuna frente a la leishmaniosis.

Todos aquellos "new age" detractores de la vacunación a ultranza, pueden dejar de leer en este momento, si es que aún hay alguno que me lea. De los anti-vacunas ya hablamos otro día.

No es que vaya a decirles que ya tenemos aquí el arma definitiva con la que vamos a conseguir erradicar definitivamente esta enfermedad...nada más lejos, no nos hagamos ilusiones; pero bueno, nos proporcionan un nuevo enfoque en protección, que en unos años ya veremos qué resultado da.

Básicamente la idea de la vacuna es promover en cada animal el tipo de respuesta inmune que sabemos que es más eficaz para vencer a esta enfermedad. Sabemos desde hace un tiempo, que no todos los animales a los que pica el mosquito y les transmite la enfermedad, llegan a desarrollarla: algunos son capaces de vencerla, al parecer y entre otras cosas, por una respuesta inmune adecuada. Pues lo

que se pretende con la vacuna es conseguir que todos los animales "sepan" desarrollar ese tipo de respuesta inmune.

El laboratorio vende un 97% de eficacia, que consiste en que de un grupo de 100 perros vacunados y expuestos a la leishmania, sólo un 3% enfermaron. Pero claro, también hay que tener en cuenta que de un grupo de 100 perros no vacunados y expuestos enfermaron 23... que cada uno aplique la estadística como quiera...

Desde el punto de vista práctico, se trata de aplicar tres dosis de vacuna, separadas entre sí tres semanas, previa realización de un test para comprobar que el animal no ha contraído la enfermedad. Y luego revacunar, con una sola dosis, una vez al año. De momento, aconsejan en animales mayores de 6 meses, y, me saco yo de mi cosecha, menores de 12, por aquello de que sólo se vacunarán animales en perfectas condiciones de salud. De momento, y se lleva aplicando como un mes, nadie ha comunicado reacciones adversas...En cuanto a eficacia, comprobada en las trincheras, es decir, con nuestros perros, en la calle, lejos de un laboratorio y de condiciones perfectamente programadas...bueno, pues todavía es pronto para decirlo...

Mi opinión, y con todas las reservas: es una ayuda más. Y una ayuda, cuando has visto decenas de animales morir de leishmania, sin poder hacer nada para evitarlo, créanme, es mucho. Sinceramente, ante una enfermedad que está creciendo; que hasta hace unos años era impensable aquí en el valle, y que ahora ya se ven casos; con porcentajes de animales infectados de hasta el 80 % en algunas zonas de España; con un tratamiento que frena pero no cura; para mí cualquier opción que me permita disminuir su incidencia un 97, un 50 o un 5%, bienvenida sea.

Eva Deza de Aran Veterinaria

DIETA PERSONALIZADA, EJERCICIO DIRIGIDO Y MESOTERAPIA

El mes pasado planteé, a través de un importante estudio científico en nuestro país, la importancia de la dieta personalizada y el ejercicio físico dirigido en el tratamiento de la obesidad y el sobrepeso con el objetivo de conseguir efectos duraderos. Si tuviera que añadir una tercera pata que mantuviera en pie el banco del tratamiento completo de la obesidad y el sobrepeso, elegiría a la mesoterapia. Las razones las he expuesto en varias ocasiones en esta revista y han sido referencia fundamental en las publicaciones y los materiales que forman parte del curso de Técnicas de Diagnóstico y Tratamiento en Medicina Estética que he tenido la oportunidad de dirigir varios años. En esta ocasión me permito traer las palabras que sobre esta técnica expone la Sociedad Española de Medicina Estética:

La mesoterapia es una técnica de inyección intradérmica o subcutánea indolora que se utiliza principalmente para el tratamiento de la celulitis y la obesidad localizada. Se realiza mediante inyecciones en la zona afectada y consigue muy buenos resultados. Con esta técnica se logran tres acciones fundamentales:

1. **Celular:** Se actúa sobre las células grasas estimulando la liberación de su contenido en grasa.
2. **Vascular:** Favorece la microcirculación local y general.
3. **Linfática:** Favorece el drenaje linfático de las toxinas acumuladas en los tejidos.

Estas tres acciones permiten explicar los extraordinarios efectos de la técnica de la Mesoterapia y su papel en el tratamiento integral de la obesidad. El tratamiento dietético y el ejercicio físico son fundamentales pero la mesoterapia consigue efectos difíciles de conseguir únicamente con ellos. Éstos son los siguientes:

1. La pérdida de volumen es armónica y fundamentalmente allí donde más se acumula la grasa y el volumen antiestético. Se evita la pérdida desproporcionada (más en la cara que en el abdomen y las piernas, por ejemplo).
2. Mejoría espectacular del aspecto de la piel, la hidratación, la tersura y los fenómenos que, a veces, acompañan a la adiposidad localizada,

como la celulitis. Lo mismo podríamos decir de las molestias asociadas a la mala circulación de las extremidades inferiores (varices, hinchazón, dolor...).
3. Los efectos son más duraderos y no se recupera el peso ni el volumen fácilmente. Por supuesto la dieta y el ejercicio físico adecuado deben mantenerse así como las sesiones de mantenimiento con mesoterapia.

Y para terminar, constatemus la realidad: Del mismo modo que es necesario acudir periódicamente a la peluquería para conseguir el cabello adecuado, el tratamiento integral (dieta, ejercicio, mesoterapia), constante aunque flexible, conseguirá mantener los efectos deseados.



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'Artrò, 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

notícies

reportatges

aranTV



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

Intermarché

Les Mousquetaires

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



Siempre los mejores precios, aproveche nuestras
excepcionales ofertas de nuestro **42 ANIVERSARIO.**



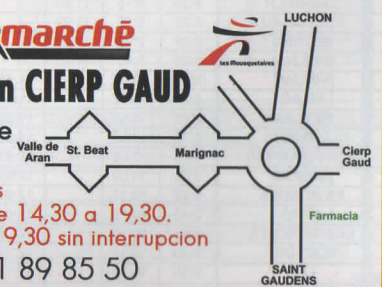
Grandes ventajas y descuentos
con la Tarjeta cliente
Intermarché



De Lunes a Sábado
de 9 a 19,15
Les Trètes
MOUSTAJON - 31 110 LUCHON
Tel. 00 33 561 79 24 00
Fax: 00 33 561 79 83 01



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.
Sabados de 9 a 19,30 sin interrupcion
Tel. 00 33 561 89 85 50



Primer Concurso de Muñecos de Nieve de Vielha

La *Associacion deth Comèrc de Vielha e Mijaran* organizò el pasado sábado 11 de Febrero, el Primer Concurso de Muñecos de Nieve (l Concors de Pipòts de Nheu) en Vielha.

Aprovechando la gran cantidad de nieve acumulada en las calles de Vielha, se decidió organizar este pequeño concurso con un doble objetivo: dinamizar las calles y plazas, así como animar a los niños a entretenerse de una manera diferente. La convocatoria estuvo orientada a los chavales de menos de 12 años y contó con la colaboración del

colegio CEIP Garona. En cualquier caso, se aceptó la presencia de todo el mundo.

Los muñecos se elaboraron de 17 a 18h y a las 19h se realizó el reparto de premios en el porche del Ayuntamiento.

El total de grupos participantes fue de 9 y los ganadores resultaron ser:

- 1º Premio: Pipòt "Ripi", del Passeg dera Libertat
- 2º Premio: Pipòt "El guitarrista" de la Plaça pas d'Arrò
- 3º Premio: Pipòt "Yoss", de Avda. pas d'Arrò



Presentación del ciclo de cine infantil en catalán, Cinema Cinc

CINEMA INFANTIL EN CATALÀ
FEBRER MARÇ 2012

Vielha
Lloc: ER AUDIOVISUAU
Avinguda Calbetó

Dià i hora:
els dissabtes, a les 18:15 h

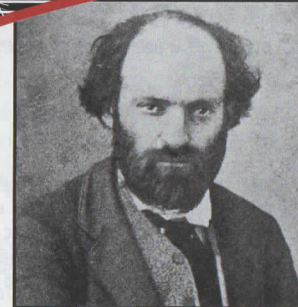
Preu:
4,00 euros

Ajuntament de Vielha e Mijaran
www.circusa.com

 4 de febrer	 11 de febrer	 25 de febrer
 3 de març	 10 de març	

El Alcalde de Vielha, Sr. Alex Moga Vidal y el Gerente del Circuit Urgellenc, Sr. Pere Aumedes; han presentado hoy en la Sala de Actos del Ajuntament de Vielha e Mijaran el ciclo de cine infantil en catalán, Cinema Cinc.

Cinema Cinc es un ciclo de sesiones de cine infantil en catalán que se celebrarán en diversas poblaciones durante los fines de semana de los meses de enero, febrero y marzo de 2012 y que cuenta con la colaboración de la Dirección General de Política Lingüística de la Generalitat de Catalunya. Estas sesiones se proyectarán en la sala "Era Audiovisua" de Vielha los sábados de febrero y marzo a las 18:15 horas y el precio de la entrada será de 4 euros.



	Vestimenta turca y mora		Incensar Pueblito celtibero		Cultura peruana Inv. Onomatopéyicos	Piedra preciosa	Árbol africano
	Goce muy vivo						
	Dios de la vegetación						
					Redondez o círculo		
					Tera		
	Sin luz						Cacharros
	Piedra filosofal						
Dispuesto	Sobre	Político ruso				Embustoso	
		Mudable				Labio grueso	
Parecer Inv.			Litro	Puerco			Litro
Nombres			Volteretas, piruetas	Innato			Antiguo do
							Denota fastidio, Edetanos, Lacetanos
Fósforo	Aflojar				Última letra	Aeta	
Estado mexicano	Estado árabe				Calidad	Madero para entibar	
				Hijo de Lot			Roentgen
				Sacerdote			Iguana pequeña
Arte de bien decir						Consienta, permita	
Hacer caricaturas Inv.						Corteza de encina Inv.	
				Transgredir			
				Infusión			
Acusador						Planta medicinal	
Dávila						Hace ruido	
		Conozco					
							Cajones para amasar

EN LA FOTO: Pintor francés postimpresionista, considerado el padre del arte moderno. Trabajó en medio del aislamiento, desconfiaba de los críticos, tenía pocos amigos y expuso sólo ocasionalmente. Picasso y Matisse lo admiraron.

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

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

era val de d'auti tempsi

ETH CONDE DETH TOLET / ETH CONDE D'UA MÒLA / ETH CONDE DES SEMINARISTES

Enes nets de heired era vielha "Roseta de çò de Mariano" condaue aguestes e d'outes istòries mentrestant es mainatges l'escotauen e eth huec desmortaue. Corrie er an 1936 e eth lòc ere çò de Galièr. Era cèga comencèc:

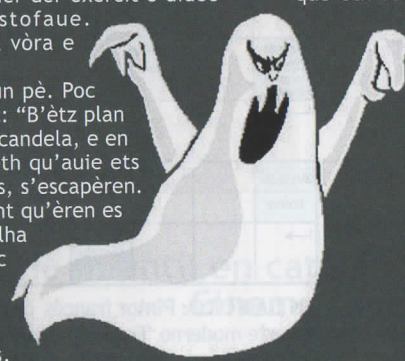
ETH CONDE DETH TOLET



Eth vielh de çò de Narton pujaue era còsta d'Arròs e trobèc un somèr igual que eth sòn e l'agarrèc e lo hec acodir entara sua bòrda. En arribar ena pòrta li hec un pet e ua tirada e se tornèc a escapar. Alavetz er òme entrèc ena bòrda e vedec que eth sòn somèr ère estacat, e tot enforismat exclamèc: "Ja m'a enganhat eth Tolet" Alavetz se parlaue deth Tolet que les enganhaue a moltri. Se qu'ère? Non se sabie

ETH CONDE D'UA MÒLA

Toti es moliers que començauen a trebalhar en aguesta Mòla que ac cap deth temps les estofauen ena aigua. Se condaue qu'ère ua bruishòta. En tout aquerò qu'arribèc en poble un gojat qu'acabaue de vier der exèrcit e didec que eth se quedarie ua net entà saber qu'ère çò que les estofaue. En tot querò que s'alugèc ua candela, e se seiguec ara sua vòra e comencèc a lièger un libre. Ath cap d'ua estona, arribèc un gat e se li cochèc dessus d'un pè. Poc dempús n'arribèc un aute e se li cochèc en aujte pè. Eth didec: "B'ètz plan bravi, gats". Li n'arribèc un aute e se li metec a dar torns ara candela, e en tot dar torns, procurèc desmon tar-la damb era pauta. Mès eth qu'auie ets sable preparat li talhèc era pauta. Ath veir aquerò es auti gats, s'escapèren. Eth gojat recuelhec era pauta e se la mete cena pòcha, condant qu'èren es bruishes que i anauen. A londeman demanèc per ua hemna vielha que la condauen bruisha, li dideren qu'ère en lhet. S'apropèc tà casa sua e l'anèc a veir. Era sorpresa siguec ac dar-se'n compde que li faltaue era man, a ac volec treir era pauta que portaue en pòcha, li apareishec era man dera vielha. Alavetz que saberem qu'èren es bruishes qu'estofauen es moliers.



ETH CONDE DES SEMINARISTES

Ath costat deth seminari i auie un uart damb perèrs, e cada ser que es seminaristes s'anauen a panar peres. Eth amo se n'enterèc que li panauen peres e decidic demorar-les pujat en un arbre. Pensèc: "me pujarè en un perèr e demorarè a que venguen, atau que les agarrarè". Es seminaristes que sabien quina les demoraue que preparèren eth sòn plan; comencèren a pensar de coma harien entà hèr baishar ath amo deth perèr e atau minjar-se es peres.

Alavetz que calculèren de vestir-se de hantaumes dam un linçò. Passèc eth prumèr deuant deth perèr e didec: « Quan jo èra viu que me passejaua per aguesti uarts e ara que só mort sonque sò de pas » Passèc eth segon e didec çò de madeish. Passèc eth tercèr e didec: "Jo que sò eth darrèr, que m'emporti ath amo deth perèr" Er òme espantat sautèc deth perèr e s'escapèc. Alavetz tornèren es tres seminaristes e que s'emportèren es peres deth perèr.

Entrevista a Luis Caubet Ramos hèta per Isabel Caubet Marin eth 5.11.89



C/ Arnals, 7 Baish - 25530 Vielha
www.caei.es Telf. 973 642 057
info@caei.es Fax 973 642 409

EL TOP CAEI-FIS Y CTO. DE ESPAÑA CIUDADANOS SE QUEDA EN EL VALLE DE ARAN

Los corredores del CAEI, **María Ucelay** y **Eduardo Puente** se hicieron con el Campeonato de España en la modalidad de GS en categoría ciudadanos (corredores que no pertenecen a ninguno de los equipos de la RFEDI ni a ningún Centro de Tecnificación), al quedar en la primera posición del GS que se disputó ayer sábado coincidiendo con la XVI edición del Top CAEI-FIS.

Por su parte, la también corredora del CAEI y actualmente bajo la disciplina de los equipos juveniles de la RFEDI, **Ona Rocamora**, se proclamó vencedora absoluta del GS del sábado, y ocupó la tercera posición en el GS del domingo.

250 corredores de toda España y de varios países más como Francia, Andorra, Turquía, Italia, Chile y Sudáfrica se dieron cita el viernes y el sábado en la estación aranesa de Baqueira-Beret para participar en la XVI edición del Trofeo internacional TOP-CAEI FIS, única prueba internacional de esquí alpino que se celebra en el Aran y que este año además era Cto. de España de la Categoría Ciudadanos.

En esta competición, organizada por el CAEI y Baqueira Beret, se disputaron 2 GS para hombres y damas en la pista Stadium en el sector de Beret, y a pesar de las recientes nevadas, la carrera pudo desarrollarse sin ningún problema, en una pista que aguantó en perfectas condiciones durante toda la competición.

La organización premió a los tres primeros Absolutos, tres Ciudadanos y primero en juveniles I y II hombres y damas, en una entrega de trofeos en la que estuvieron presentes representantes de las administraciones del Valle de Arán como el Sr. Agusri Calbetó (Conseller d'Espòrts del Ayuntamiento de Viella), el Sr. Luís Carlos Medina (en representación del Conselh Generau d'Aran), el Presidente de la FCEH (Sr. Oscar Cruz), el Vicepresidente de la FCEH (Sr. David Samper), el delegado en la Val d'Aran de la FCEH (Sr. Ferran Peus), y también estuvieron presentes Carlos Garrido en representación de Baqueira beret y Jordi Pujol de La FIS



Foto: Eduardo Puente (Foto: FOTO TUR)



Foto: María Ucelay (Foto: FOTO TUR)



Foto: Ona Rocamora (Foto: FOTO TUR)

Los comercios de Bossòst aplican descuentos especiales cada jueves

La Asociación de Comerciantes y Empresarios impulsa la campaña JEUDI PROMO de promoción de sus productos. La Asociación de Comerciantes y Empresarios de Bossòst (ACEB) impulsa una campaña específica de promoción de sus productos con el nombre JEUDI PROMO. Los establecimientos adheridos a esta campaña, que se desarrolla fuera de las épocas de rebajas, ofertan sus productos cada



jueves con descuentos especiales para sus clientes. Hay un total de 30 comercios de sectores diversos (artesanía y decoración, bodegas, carnicerías, charcuterías, delicatessen, estética, growshop, jugueterías, hoteles, moda y complementos, pastelería, peluquería, pub, restaurantes y supermercados) que participan de esta promoción semanal para dinamizar la economía de la zona. establecimientos adheridos incorporan un logo-marca identificativo con el lema **Jeudi-Jueves Promo**. La campaña organizada por la ACEB cuenta con el apoyo del Ayuntamiento de Bossòst, el Conselh Generau d'Aran y Radio Val Pireneos.

Era Junta de Govern de Bossòst apròve eth plan especiau deth Parc de Fauna

Er Ajuntament demane concretar ua estratègia de promocion. Era Junta de Govern Locau der Ajuntament de Bossòst a aprovat, de forma inicial, eth Plan Especiau urbanistic deth Parc de Fauna de Bossòst-Aran (en Portilhon), encomanat peth Conselh Generau. A comdpar d'ara, aguest plan se someterà a informacion publica pendent un mes. Dempús s'aprovarà de forma provisionau e ath sòn torn era Comission d'Urbanisme n'aurà de hèr era aprobacion finau. Er Ajuntament de Bossòst a manifestat eth besonh de daurir eth parc çò de mès lèu possible, perque pòt significar un **revulsiu economic** entath Baish Aran. Per aguest motiu, considèra avient que s'amie a tèrme ua **estratègia de promocion e comercializacion** entà atrèir visitaires des deth primèr dia de dubertura e se'n poguen beneficiar es comèrci, restaurants e otèls de Bossòst e er ensem de Quate Lòcs.



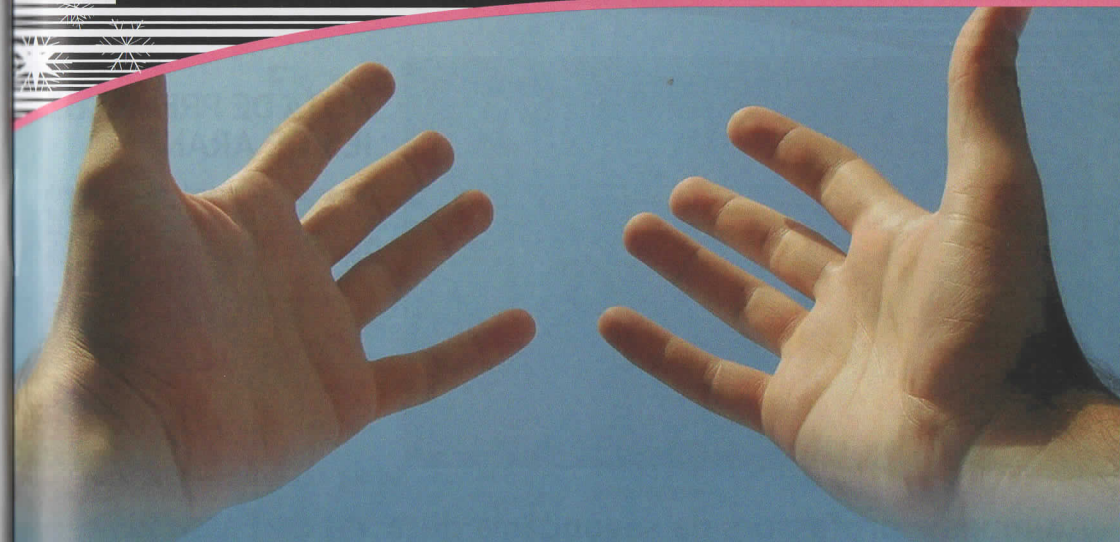
Magràs en Bossòst damb es mainatges

Dissabte 11 de hereuèr auec lòc, en Bossòst, era hèsta de Magràs damb es mainatges e mainades deth pòble e d'auti de vengudi de diuèrsi lòcs dera Val d'Aran. Aguesta hèsta, organizada pera AMPA damb eth suport der Ajuntament, se celebrèc ena Sala Polivalenta damb era actuacion deth grop d'animacion infantil **Los titiriteros de Binèfar**. Ath delà, eth consistòri aufric còca e chicolate, entà toti es assistents, e tanben muscat, entàs mès grani.



Aran pour nos amis les français

PROMESSES DE GASCON



Au milieu de la nuit, et dans un grand sursaut, je me suis réveillé complètement affolé, mon Dieu, qu'est ce qu'il arrive à mes mains ? Je ne peux plus les bouger. Alors, les yeux bien ouverts, dans le noir, je me suis mis à penser que au fond, c'était bien fait pour moi, je le méritait, car mes mains, je ne les avait jamais bien traitées, et avec vous jamais gentil je n'ai été, et pourtant, vous m'avez toujours accompagné. Quand vous aviez 5 ans, avec un panier, dans les rue du village, des petits pains vous vendiez, ensuite, des murs et des murs vous avez crépis et plâtrés et d'énormes surfaces de carrelage fait, du papier tapissé, peinture faire, voitures réparées, machines à laver, et toujours très mal payées.....

Je vous demande pardon, dans une manucure jamais vous avoir amenés, des coups de marteau, les doigts milles fois vous avoir écrasé, mais est-ce que c'est ma faute si dans le corps d'un maçon, vous êtes nées. Jamais en vacances je vous ai amené à la pêche et je vous

Merci faisait geler dans l'eau froide ou dans la vase l'été, quel moment de dégoût vous deviez passer ! Il y a une chose à part tout de même que vous ne pouvez pas me reprocher, de l'argent sale, jamais vous n'avez touché, des affaires louches jamais manipulées, et surtout je tiens à le souligner que des enfants et des femmes je vous ai commandé jamais de frapper.

Je sais que je suis un tyran, et que je vous ai toujours commandé de travailler, sans jamais vous demander si vous étiez fatiguées, avec l'excuse du ciment de chevalière, jamais avoir porté de gants, car cela me gênait, mais ce n'est pas ma faute, c'est en naissant, que l'on vous a trompé, et dans un mauvais corps on vous a raccordé.

Soyez gentilles, bougez un tout petit peu, au moins une ! la gauche, car de la droite je suis déjà handicapé,

faites vite et sans faire de bruit, car j'ai aussi deux pieds et s'ils venaient à le savoir, pourraient eux aussi s'arrêter, soyez pas têteues, une fois de plus je m'excuse, je reconnais que la vie plus d'une fois vous me l'avez sauvée, en vous accrochant a des murs qui voulaient m'écraser ou des rivières en crue, qui voulaient me noyer, mais avec du courage dans les branches vous vous êtes accrochées, je vous dois la vie, je le reconnais, mais pour le peu qu'il me reste à vivre, ce n'est pas gentil de me lâcher. J'ai quelque chose à vous proposer, si jamais de nouveau vous voulez bouger, je vous promets, juré, l'hiver dans mes poches, ou avec des gants au chauds vous vous promènerez, l'été à l'eau fraîche milles fois vous laverez, et avec un séchoir a l'air frais vous sècherez, avant je vous faisait serrer que par de vrais amis, à partir de ce jour, si vous le désirez, je ne vous tendrez qu'à des personnes qui pouvaient vous rapporter :

Maire, député, ministre et Même si vous y tenez une chevalière vous acheter, et du violon vous apprendre à jouer, mais je peux aussi vous montrer a tout le monde, et dire la vérité sans arrêter que vous êtes propres, et que vous n'avez jamais volé ni tué, et que la poussière des plâtres, de ciment avec du savon et de l'eau on peut l'enlever. Chez d'autres personnes, qui ont les mains tachées de sang ou d'argent volé, le savon et l'eau ne font que les masquer... Merci Seigneur, ce n'était qu'un mauvais rêve, et tu as bien fait de me réveiller, a partir de demain, toutes mes promesses sont annulées, on revient travailler plus qu'avant pour vous décourager.

Si un jour l'idée vous vient, de vous arrêter, car les mais d'un ouvrier, ont été faites pour toujours travailler.....

Écrit par M. Jo Tarin de Cornebarrieu

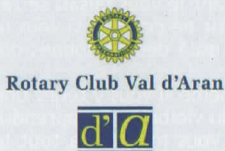


NOTA DE PRENSA DE IES DE ARAN

"Er escolan Alejandro Monje deth grop de 2au B d'ESO der Institut d'Aran, a estat eth guanhador deth concurs de lengües d'ostiu dera editoriau Castellnou. En mans de responsables dera editoriau, acompanyat pera sua familia, tutor e companhs der Institut, recebec eth prèmi d'ua bicicleta de montanha. Felicitam er escolan en nòm der Institut d'Aran".

Alumnes e professors de segundària dera Val de Fassa visiten era Val d'Aran.

Pendent aguesta setmana, quate alumnes e quate professors de segundaria dera Val de Fassa an visitat era Val d'Aran, laguens d'un projecte d'intercambi, entre er IES d'Aran e er Institut de Fassa. Fassa és una petita Val de les Dolomites a la provincia de Trento al nord d'Italia, que manté algunes similituds amb la Val d'Aran. Fassa a uns vuit mil poblants que, majoritàriament, viuen deth torisme d'iuèrn, an institucions pròpies e sustot ua lengua pròpia, eth Ladí. Eth Conselh Generau d'Aran mantie des de hè ans era relacion damb era Val de Fassa, cò qu'a hèt qu'en diuèses ocasions, representants des institucions, des mieis de comunicacion e dera comunautat educativa dera Val d'Aran, agen visitat era Val de Fassa entà generar sinèrgies comunes.



El Pasado 15 de diciembre se formalizó oficialmente la entrega del material para el centro de rehabilitación del Hospital, concretamente, una bicicleta de spinning. Al acto que se hizo en el

mismo centro asistió la directora del Hospital y los miembros de nuestro Club. Nuestro Club, hace unos años ya hizo entrega de un carro medicinal para la Residencia Sant Antoni de Vielha. También colaboramos con el centro ADDA suministrando material deportivo y con Caritas diocesanas del Valle también con la compra de material para almacenar la ropa. Con el fin de continuar colaborando con Caritas, para ayudar en lo posible a los más necesitados, vamos a iniciar una campaña de recogida de alimento no perecederos, como: arroz, legumbres, harina, aceite, etc. que culminará con una comida a celebrar durante el mes de abril cuyos beneficios irán destinados a Caritas y a Fundación Rotaria/Polio Plus con la finalidad de erradicar la polio en todo el mundo.



Fco. Javier Bordes Clavería. *President Rotary Club Val d'Aran*

Es viejo nuestro pc? Compramos otro o lo actualizamos?

Tal y como avanza hoy en día la informática y las nuevas tecnologías, a todos nos gustaria estar a la última, pero..... ¿es mejor cambiar nuestro viejo Pc o es mejor Actualizarlo?

Estamos en medio de la crisis y tal vez la mejor solución seria Actualizar y por dos buenos motivos:

- 1 Económico y
- 2 Ecológico

La velocidad tan vertiginosa que lleva hoy en día la tecnología nos hace pensar que nuestro equipo con tan solo un año de vida puede estar ya obsoleto, pero la solución no siempre es la de cambiarlo por uno nuevo.

A veces con una mínima inversión podemos tener nuestro equipo prácticamente a la última, un simple

cambio de tarjetas graficas o del disco duro o la memoria RAM.....Es decir, un sencillo "lifting", solución muchísimo mas económica y ecológica.

Un equipo de hasta 3 años podría ser recuperado con un poco de optimización de sus recursos, actualización de software etc.

Una buena forma de saberlo es acudir a un especialista, quien puede aconsejarte bien, darte soluciones.

Y si nuestro "problema" es que estamos aburridos de nuestro equipo a veces con un simple "tuning" podemos solucionarlo.

Piensa en las necesidades que tienes para tu equipo y que soluciones son las más adecuadas.



Carlos Vega González / comercial@abanikoos.com

ABANIKOOS

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

VISITE NUESTRO NUEVO CENTRO DE SOLUCIONES INFORMATICAS

Avda. Garona, s/n (Edificio 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 / www.abanikos.com

una casa en el Valle

Higos



“¡Tú ganas!” Mi nieta, ojos preciosos, algo rechioncha para sus siete años, al verme siempre sonriente, se puso a aplaudir y repitió el verso que acababa de ganar en el concurso que yo había organizado para aquella tarde de domingo de agosto, en la terraza del chalet.

“Cap de mau jo non le hèja

perque ar òme respectaue

Quan er òme coma jo

Estimaue era montanha »

La felicité y le pregunté de dónde lo había sacado (a mí me recordaba a M^a Carmen Campá) y me dijo que de una amiga suya que estaba en Bossost, pero que era de Vilassar, “que también quiere las montañas aranesas como tú y como yo, y que me ha explicado otra cosa que no te puedo explicar porque hay niños pequeños”.

Esos niños pequeños era sus primos que aún no habían cumplido los siete años como ella.

Empezaba a anochecer y me callé, porque estaban a punto de llevarse a los pequeños para bañarlos antes de cenar, y se me ocurrió que a ella yo la retendría, dejándola sin baño aquel día, para que me dijera esa cosa tan extraordinaria que no se podía explicar a “los pequeños” pero ella había escuchado tranquila, con toda su experiencia de sus siete años. Solos ya los dos, sentados en la terraza oyendo el Garona a nuestros pies se explicó:

“Me ha dicho que su abuelo tenía una higuera muy grande, pero que muy grande y muy vieja, en el jardín de su finca, y que le gustaban mucho los higos. Que unas ramas grandes, que se llenaban de higos salían por encima de la pared del jardín hacia el camino, fuera del pueblo, donde ya hay pocos vecinos. Pero su abuelo tenía prohibido a los nietos dos cosas. Una, que gateasen por esas ramas mientras fueran pequeños (a ella, ya mayor a sus siete años, le habían permitido gatear ese año). Y la otra, que cogiesen un solo higo desde dentro del jardín o desde el camino, de esas ramas, porque esos higos eran, desde que se hizo esa casa por el abuelo de su abuelo, “para los que pasaban por el camino”.

Me reí por dentro del pudor de mi nieta, al no querer que otros niños más pequeños que ella y su amiga a sus siete años, sufriesen porque ellas fuesen ya consideradas como “mayores” para subirse a unas ramas de una higuera.

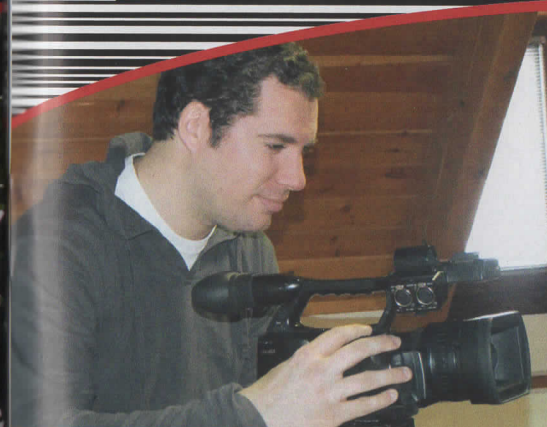
Le pregunté que le parecía a ella esa generosa costumbre de vecindad y me dejó sorprendido.

“¡Me parece estupendo compartir los higos con los demás! ¡Pero yo pondría un letrero diciendo que, si los higos les daban sed, entrasen en la casa, que les daría un vaso de agua fresca del pozo! ¡Y además yo haría lo mismo con las uvas de la parra del chalet, que sube desde el jardín hasta la reja de la terraza!”

Escrito por D. Melquiades Calzado

gent d'Aran

Manu Moga



Aguest joen jornalista aranés, ei ua des promesas qu'auem en aguesti moments en Aran enes mieis de comunicacion

A on neishereres?

Neishi en Vielha. Vieuí enquiás 10 ans en Vielha, e des d'alavetz en Unha.

Perqué te n'anères dera Val d'Aran?

Damb 16 ans me'n anè entà Barcelona entà estudiar 2 ans de Bachillerat e dempús contunhè estudiant ena Universitat.

Qué as estudiast?

Sò licenciat en Ciències Politiques e dera Administracion e tanben en Periodisme.

Com siguec que te proposèren aguest trabalh en ARAN TV ?

Aguest darrèr ostieu siguec quan me licencié en Periodisme. Alavetz ère quan s'estaue parlant sus eth projecte d'ARAN TV, e m'amassé damb eth Sindic e damb er Alcalde de Vielha e Mijaran, e arriberem a un acòrd. Eri cercauen a beth un qu'auesse estudis de Periodisme e a jo me semblec ua bona manèra de començar en aguest mon, e ath delà, ac poiria hèr ena mia lengua.

Te considères afortunat per auer podut tornar tath país, e ath delà auer un lòc de trabalh relacionat damb era tua carrèra?

Era vertat ei que se er an passat m'auessen dit qu'ara madeish seria trabalhant ena Val d'Aran en ua ocupacion relacionada damb eth Periodisme, non m'ac auria creigut pas. Pensi que siguec fòrça sòrt era qu'auí en son moment, més ath madeish viatge ei un privilegi trabalhar en çò qu'e estudiast pendent fòrça ans. Per açò, pensi que ei fòrça important profitar aguesta oportunitat, pr'amor que deman non sabi pas a on poiria èster.

Com ves eth tòn avier? T'agradarie trabalhar en bèth miei mès gran a nivèu nacionau? Tostemp è soniat damb poder trabalhar en quinselvòlh miei important, mès ara madeish tanpòc ei ua causa ena que siga pensant. ARAN TV ei eth mèn futur immediat e acieu ei a on jo voi contunhar de moment. Qué gesserà deman? Açò ei fòrça imprevisible, mès ara madeish sò content ena television.

Parlant dera naua ARAN TV, tu penses qu'a un bon futur? Ei important qu'era gent deth país la veigue e la dongue a conèisher ara resta de Catalonha ? Eth projecte d'ARAN TV ei sense dubte, ua des milhors manères de promocionar era nòsta lengua non sonque acieu ena Val d'Aran, senon ena Provincia de Lhèida. Ath delà, gràcies ara plana web qu'auem, tanben se pòt veír eth contengut des programes en quinselvòlh part deth mon. Ei bon entà ARAN TV aguesta difusió, pr'amor que mos permet èster coneishuts dehòra dera Val d'Aran, e pensi qu'açò mos pòt ajudar a auer un futur demori que fòrça long.

E era lengua? Com ves eth futur der Occitan d'Aran? Non podem amagar qu'ara madeish er Aranés ei en fòrça desauantatge respecte as autes lengües oficials deth país. Ei fòrça dificil poder saber se en un territòri tant petit coma eth nòste, era lengua poirà subervieuer a d'aguest mon globalisat. Mès sò segur, que se non èm nosati es prumèrs en defener-la non ac harà arrés. Nosati mos cau potenciar-la deuant des autes lengües.

Penses qu'ei important qu'era gent deth país la parle, coma lengua veiculara e oficiau, e que es que vien de dehòra, se veiguen damb era obligacion d'apreneu-la e estudiar-la?

Eth prumèr pas entà non deishar qu'er Aranés se pogue pèrder ei qu'es aranesi sigam conscienti qu'èm es responsables de qu'era lengua continhue existint. Es nauí aranesi pensi qu'aurien de hèr un esfòrc entà aprèner ua lengua que a fòrça segles de tradicion atau coma ac a eth castelhan o eth catalan. Ath delà, ei ua bona manèra d'adaptar-se a ua naua realitat coma ei era aranesa.

Manu, fòrça gràcies peth temps que mos as aufrít.

Te desiram fòrça sòrt

Entrevista hèta per M^a Rosa Puig

Prensa
Revistes
Llibreria
Papercia
Llibreria
Papereria
Regals
Plumier

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

NHAC

SnowBar Restaurant Lounge

Galería Comercial Val de Ruda - Baqueira
Tel. 973 644 776
hola@nhac-baqueira.com www.nhac-baqueira.com
8:00h a 23:00h

alèxiagrustan

graphic studio
625 14 25 05
alexipubligraf@telefonica.net

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 japonés,
Tractaments for Men, Tractaments nutritius, Hidratants, Reafirmants

Informació i reserves: T. +34 973 648 717 • www.termasbaroniadeles.com

SOLUCIONES

Vestimen- la tarca y mora	C	T	Incomen- Pueblito cañibero	A	Collora pe- ronna lre. Dionato pelycos	Piedra preciosa	B	Árbol áfricano
P	A	U	L	C	E	Z	A	N
Goce muy vivo Dios de la vegetación	F	R	U	I	C	I	O	N
Redondas o círculo Tera	Á	T	I	S	O	R	B	E
Sin luz Piedra floridal	A	F	O	T	I	C	A	Cachare- ros
Dispuesto	P	Sobre	Político ruso Mudable	L	E	N	I	N
Emblema grónico. Lallo grueso	C	O	B	A				
Paracer Inv. Nue- baranes	R	E	V	L	Puercos Imato	C	E	B
Libro Volverías privatas	L	C	E	B	O	N	L	
Libro Antiguo de	D	E	N	O	M	I	N	A
Densid. fastido Eletano, Lactano	S	E	S	U	F			
Fáfora, Estado mexicano	P	Añajar Estado árabe	L	A	X	A	R	Z
Última lira Cala- mad	Z	Asa Madre pa- ra entrar	I	T	A			
Viso de Let. Sacredote	M	O	A	B	R			
Basitgen Ipsana pequeta	R							
Arto de hues deca Hacer ca- ficio lre	R	E	T	O	R	I	C	A
Comienzo, gerencia, Cortosa de hues lre	D	E	J	E				
Trans- greñir Infusión	V	U	L	N	E	R	A	R
Planta medicinal Hace rosó	A	M	O	M	O			
Acuador Dada	D	E	L	A	T	O	R	
Cajones para amisar	A	R	T	E	S	A	S	

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

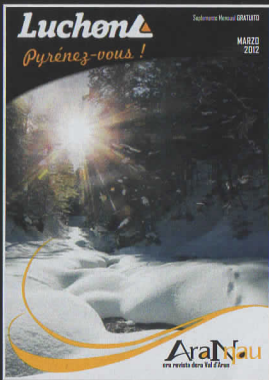
Luchon

Suplemento Mensual GRATUITO

MARZO 2012

Pyrénez-vous!

AraNau
era revista dera Val d'Aran



Edición:
NAU ARAN S.C.P.
Impresión:
Indugraff Offset
Maquetación y Diseño:
Alèxia Grustan.
Directora Comercial:
M^a Rosa Puig.
Director de redacci3n:
Jorge L3pez Pallar3s.
Tirada:
7.000 ejemplares
Dep3sito legal:
1-1145-08
Distribuci3n:
Gratuita

Nau Aran, S.C.P.
no se responsabiliza del contenido
de los art3culos facilitados por
terceras personas en esta revista.

SUMARIO

- 4 Luchon Forme et Bien-Être
- 5 Vaporarium
- 6 3ndice anunciantes

Cr3dit Photo : OT Luchon /
Alexandre LAMOUREUX

Construisez la maison de vos r3ves...
Une maison qui vous ressemble...

C'est possible!

MAT3RIEAUX NOBLES:
pierre, ardoise, bois, marbre

GROS CEUVRE et INT3RIEUR
CONSTRUCCIONES ANPEMA 2001 S.L.

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

www.construccionesanpema.es - anpema2001@aranweb.com

Bureau de Boss3st - T3l. +34 973 64 73 21



HAUTEGARONNE
CONSTRUCCIONS ET EXCAVATIONS

51, Rue de la R3publique · 31800 SAINT GAUDENS

T3l. 00 33 561 94 47 68

info@hgbatimentexcavation.com

www.hgbatimentexcavation.com



Parrilladas a la piedra

Raclettes al fuego
de leña

Deliciosas Fondues

ABIERTO TODO EL DIA

30, All3es d'Etigny
31110 LUCHON
Tel. 00 33 561 945 945
www.lacremaillere.fr



Parfumerie

Esth3tique

Passion

Beaut3

Parfumerie Esth3tique

Dani3le

24 all3es d'3tigny - 31110 - LUCHON
05 61 79 11 68

Luchon

Superbagn3res

Un domini esquiable 3nic i molt a prop, barrejant esqu3 i termalisme. De f3cil acc3s des del centre del poble amb un telecabina que conecta el cor de les pistes en menys de 10 minuts. 32 km de pistes per a tots els nivells: zones tem3tiques, Snowpark, Kidpark i pistes de trineu.

En poc
temps pel
t3nel de
Vielha!

tarifes 2011/2012

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

	TARIFA NORMAL de 12 a 64 anys incl3s	TARIFA REDU3DA de 5 a 11 anys seniors 65-75 anys	ESTUDIANTS -28 anys
1 DIA minipass	20 €	17 €	
1/2 DIA a partir de les 13.00 h	25 €	21 ⁵⁰ €	
Petit DIA a partir de les 11.00 h	28 ⁵⁰ €	24 ⁵⁰ €	
1 DIA	30 €	26 €	22 ⁵⁰ €
1 DIA +BALN3O*	32 €		
2 DIES	58 €	50 €	
3 DIES	87 €	75 €	
4/7 DIES	115 €	99 €	
5 DIES	134 €	114 €	
6 DIES <small>PREU ESPECIALITAT A 5x1 (DESE)</small>	150 €	130 €	112 ⁵⁰ €
7 DIES	168 €	145 €	
DIA ADICIONAL a partir de 7 dies + 1	18 €	15 €	
TEMPORADA	420 €	338 €	
TEMPORADA ANTICIPADA <small>abans 01/12</small>	330 €	265 €	

*Fora de les vacances escolars.



altiservice
professions montagne



Entreprise de construction
Toute sorte de travaux
de transformation

Avd. Castiero, 17 2º 5º
25530 VIELHA
Telf. 0034 676 658 639
granaran@granaran.com
www.granaran.com



- Alimentació
- Complementos
- Autorrentat

AVDA. MOLIÈRES, 2 LOCAL 4-5
(face a la Patinoire)
973 64 03 83 / 660 805 815
Jordi Garcia

25530 - Vielha (Lleida)
tucacan@tucacan.com

Existez-vous?... OUI

On vous voie?... NON

Ara Nau
era revista dera Val d'Aran

Aran Nau, s'en occupe
0034 973 64 04 87

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

Índice anunciantes

ALIMENTACION Y COMPLEMENTOS PARA MASCOTAS Tuca-Can (Vielha)	5	PERFUMERIAS Y ESTETICA Danielle Perfumerie (Luchon)	2
CONSTRUCCIONES Anpema 2001 (Bossòst) Gran Aran (Vielha)	2 5	RESTAURANTES La Cremaillère (Luchon)	2
ESTACIONES DE ESQUI Luchon Superbagnères	4	TERMAS Luchon Forme et Bien Être (Luchon)	6/7

TUCA CAN,

le magasin où vous trouverez tout pour votre animal de compagnie. Nourriture, compléments alimentaires... et une super baignoire de lavage automatique. Laissez votre chien, et récupérez-le tout propre. C'est nouveau, pratique et pas cher !

**RECHERCHE COMMERCIAL INDEPENDANT
POUR VENTE ESPACES PUBLICITAIRES
PRESSE/RADIO EN COMMINGES.
REMUNERATION AU POURCENTAGE.
CONTACT E.MAIL RADIO OU REVUE:**

radiovalpireneos@yahoo.fr
rosa@arannau.com

Vaporarium natural

Luchon
FORME & BIEN-ÊTRE
Pyrénez-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

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 galerias subterráneas, bajo la montaña.

Solamente a dos pasos de la Val d'Aran

Luchon Forme et Bien-Être
Cours des Quinconces
31110 Bagnères de Luchon - FRANCIA
Tél: 00 33 5 61 79 22 97 / Fax: 00 33 5 61 79 72 41
info@luchon-bien-etre.fr www.luchon-bien-etre.fr

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

© Hôtel République 2010

vaporarium
espacios para vuestro placer



El «Vaporarium»; Hammam Natural único de Europa

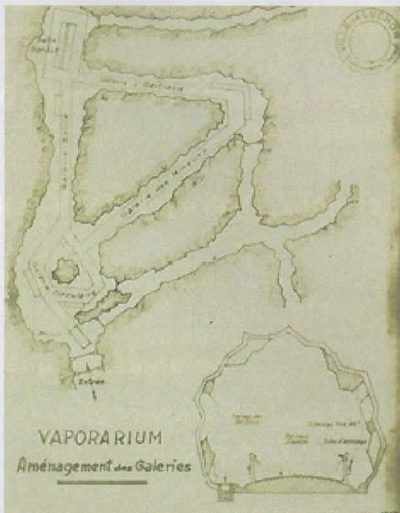
El famoso Vaporarium de Luchon es realmente lo que nos distingue de los otros centros de balneoterapia. Descubierta por los romanos, el Vaporarium es un hammam natural de agua con azufre. Según los mismos romanos:

« 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:

1º - 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).
2º - Se realiza una ducha obligatoria y un baño de 10 a 15 minutos en la piscina de agua caliente (33°C)
3º - 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.

du 01/03

au 22/04

10^{ème} édition HIPHOPWAYS

LA VIE NOUS APPARTIENT

BOSSÒST

SÁBADO 24 DE MARZO

21.00 POLIDEPORTIVO DE BOSSÒST

HIP HOP WAYS :
REVELACIÓN DEL 2012 DE MIDI-PYRÉNÉES : FUNKY CREW.
CÉDRİK ALLAIS. MONKEY SWAG. TEAM AZING. JAMAIS 203.
X PRIM. UNITED MONKEY Y DANS6T JUNIOR

LUCHON

SÁBADO 24 DE MARZO

POR LA TARDE EN LA EXPLANADA DE LAS TERMAS
HIP HOP WAYS : REPETICIÓN DE LA ACTUACIÓN
PARA TODO EL PÚBLICO DE URBAN MOTION A CARGO
DE LA COMPAÑÍA NATHALIE BILLARD. TALLERES BMX

LUCHON

DOMINGO 25 DE MARZO

14.30 HORAS. EN LA EXPLANADA DE LAS TERMAS
HIP HOP WAYS : 1ª PARTE - REVELACIÓN 2012 MIDI-PYRÉNÉES :
FUNKY CREW. CÉDRİK ALLAIS. MONKEY SWAG. TEAM AZING.
JAMAIS 203. X PRIM. UNITED MONKEY Y DANS6T JUNIOR
ESPECTÁCULO URBAN MOTION A CARGO DE LA COMPAÑÍA NATHALIE BILLARD

HIP HOP WAYS

INFOS PRATIQUES | 09.50.64.17.74 | 06.19.99.09.14 | HIPHOPWAYS31@GMAIL.COM | WWW.HIPHOPWAYS.COM

PISTA de hielo

PARC de LAS TERMAS



- Durante las vacaciones escolares abierto cada día de las 15 h a las 20 h

- Fuera de vacaciones abierto, miércoles, sábados y domingos de las 15 h a las 20 h

Jueves 8 de Marzo

Día de la Mujer



Museo del Pays de Luchon
Exposición sobre las
« MARIE CONTEMPORÁNEAS »

Exposición donde salen a luz jóvenes mujeres polacas, científicas contemporáneas que trabajan esencialmente en los campos de la química, bioquímica, física y biotecnología.

Conferencia sobre MARIE CURIE

Cine REX : Film sobre MARIE CURIE

índice anunciantes

ALIMENTACION

3 Super U – (Gourdan Polignan)
25 Intermarché- (Luchon- Cierp Gaud)
11 Torróns Vicens (Bossòst)

ALIMENTACION Y COMPLEMENTOS PARA MASCOTAS

Tuca- Can (Vielha)

ALQUILER MAQUINARIA

Calvo (Vielha)

ASESORIAS – GESTORIAS- ABOGADOS

Cadion (Vielha)
5 J. Toló i Associats (Vielha)
12 Cudos (Vielha)

CARPINTERIAS –MADERAS

Fustería Clapers Piqué (Vielha)

COMIDAS PARA LLEVAR

Asador Garona (Vielha)

CONSTRUCCIONES

Gran Aran (Vielha)

CORTINAS y TAPICERIAS

Magatzems Sant Jordi (Lérida)

DISEÑO GRÁFICO

Alexia Grustan

ELECTRODOMESTICOS

Electrónica M. Perailes (Vielha)
3 Super U – (Gourdan Polignan)

ESCUELAS

Escola Musicau Val d'Aran (Vielha)

CAEI (Centre d'Espòrts d'luèrn)

3 CEVA (Club Esquí Val d'Aran)
25 Era Escola d'Esqui dera Val d'Aran

FLORISTERIAS y JARDINERIA

9 Jairo José Piñero (Vielha)
17 Eth Jardinet (Vielha)

FONTANERIA- ELECTRICIDAD

9 Fontanería Busquet (Les)

FOTOGRAFIA

Aran Color (Vielha)

INFORMATICA

15 Vielha Computer (Vielha)
5 Abanikos (Vielha)

INMOBILIARIAS

–PROMOTORES

15 Eth Puntet (Vielha)
Gran Aran (Vielha)
13 Sebasaran (Vielha)

LAVANDERIAS- TINTORERIAS

7 Jonerick (Betren) Vielha

LIBRERIAS PAPELERIAS

11 Eth Plumier (Vielha)

LIMPIEZA DE CHIMENEAS

38 Limpiezas de Chimeneas (Sort)
9 Jairo José Piñero (Vielha)

MEDICINA. ESTETICA

3 Dra. Mª José Cutando (Vielha)

PINTORES

11 Jairo José Piñero (Vielha)

POMPAS FUNEBRES

31 Funeraria Borrás (Vielha) 13
48 Funeraria Saura (Vielha) 13

RESTAURANTES

Era Tiurna (Les) 9
Nhac (Baqueira) 38
Urb. Val de Ruda

SEGUROS

12 Mapfre (Vielha)

SERVICIOS –MANTENIMIENTO- LIMPIEZA

5 Jairo José Piñero (Vielha) 9

SUPERMERCADOS

3 Super U – (Gourdan Polignan)
5 Intermarché- (Luchon y Cierp Gaud) 25

TALLERES AUTOMOVILES

7 Talleres Garona (Vielha) 7
7 Norauto – (Gourdan) 3
3 Polignan)

TERMAS

38 Termas de la Baronia de Les (Les)

VENTA DE LEÑA

13 Jairo José Piñero (Vielha)

VETERINARIOS

7 Aran Veterinaris (Vielha) 7



**¡Vive y
siente
la experiencia!**