

era revista dera Val d'Aran

AraNau


Revista Mensual GRATUITA

com

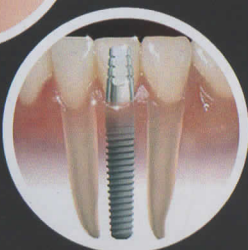
Nº 66

MARÇ
2014



Suplemento
Luchon 
Pyrénéz-vous !

CLINICA CHELA IMPLANTOLOGIA



- ODONTOLOGÍA
- ESTÉTICA DENTAL
- IMPLANTOLOGÍA
- CIRUGÍA MAXILOFACIAL
- ORTODONCIA niños y adultos
- ODONTOPEDIATRÍA
- PRÓTESIS

IMPLANTES Y DIENTES FIJOS EN 1 DÍA

En las mejores manos

VIELHA

AV. PAS D'ARRÓ, 23 bajos VIELHA

973 64 33 33

LLEIDA

C/ Lluís Companys, 1 LLEIDA

973 28 99 99

PRIMERA VISITA + DIAGNÓSTICO GRATUITO

WWW.CLINICACHELA.COM

Talleres Salva

PRESENTANDO
ESTE CUPÓN
5%
DE DESCUENTO
EN CUALQUIER
REPARACIÓN.

Chapa y pintura · Revisiones pre ITV · Cambio de neumáticos
Vehículo de cortesía · Tintado de cristales

Tel. 973 64 25 93 - fax 973 64 30 73 · talleressalpa@gmail.com



Puntet
Immobilària

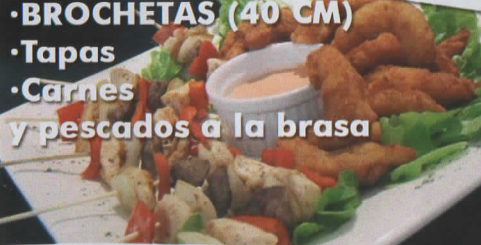
www.puntet.com
info@puntet.com
Passeg dera Liberal 12 Vielha
973 64 25 31 605 87 98 36



Consulte
nuestras
ofertas de
inmuebles
procedentes
de bancos
con
financiación
especial

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



FOTO PORTADA:
ARIADNA VALL
www.visualpointweb.com

Edición:
NAU ARAN S.C.P.
Impresión:
Indugraff Offset
Maquetación y Diseño:
Alèxia Grustan.
Directora Comercial:
M^a Rosa Puig.
Director de redacción:
Jorge López Pallarés.
Tirada:
5.000 ejemplares
Depósito legal:
L-1145-2008
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 Vielha e Mijaran
- 12 Teléfonos de interés
- 13 Anuncios económicos
- 14 Trucos
- 16 Biblioteca
- 18/19 Horarios de autobuses
- 22 Mascotas
- 24 Noticias Era Escola
- 24 Agenda
- 25 Una casa en el Valle
- 26 Aran pour nous amis français
- 27 Era val d'auti tempsi
- 28 Horóscopo
- 29 Comic
- 39 Índice anunciantes

LA CASUCA DE ARTIES

Restaurante en casa típica aranesa
Exquisita cocina del Norte
Surtido de pintxos, raciones y tapas
Venta de productos Delicatessen



c/Major, 16 · 25599 ARTIES
Tel.: 973 64 20 24



Inicio | Entrar

VIELHA COMPUTER
Servicio Integral Empresas/Particulares

Tu
Tienda
Online

Software & Hardware
Atención Cliente 973 641053

Ahora puedes comprar desde la Web todos nuestros productos
Visítanos en: www.vielhacomputer.com

BBVA

FINANCIACIÓN
DESDE 200 €



TPV - REGISTRADORAS
Y SOFTWARE -PARA
HOSTELERIA Y COMERCIOS



ORDENADORES DE ULTIMA
TECNOLOGÍA



SISTEMA DE SEGURIDAD
MONITOR Y CÁMARAS



PORTÁTILES A LA MEDIDA

REBAJAS EN TINTAS DE IMPRESORAS
REPARAMOS TU EQUIPO EN 24 HORAS

Av. Castiero Nº 15, Local 13. Vielha - Lleida
Teléfono: 973 64 10 53 / 626 20 70 62 - Fax: 973 64 29 69

Todo en Informática
Venta de Equipos - Accesorios
Mantenimiento - Reparación
Formación
Internet -Redes
Software - Hardware



Tel 973 642 075
www.aranseguretats.com



ASESORAMOS SU SEGURIDAD

Intrusión, fuego,
videovigilancia y accesos

Collaboracion entre eth Conselh Generau e er Ajuntament de Naut Aran entath finançament d'ua via herrada en Pui d'Unha

Eth sindic d'Aran, Carlos Barrera, e er alcalde de Naut Aran, César Ruiz-Canela, an signat un convèni entà bastir ua via Herrada en Pui d'Unha damb un pressupòst totau de 82.154,50€, des quaus ja a rebut ua subvencion dera Diputació de Lleida de 10.000,00€, e que tanben compde damb ua aportacion dera EMD d'Unha de 10.000,00€. Ara signatura tanben a assistit eth conselhèr d'Espòrts, Luís Carlos Medina. En paraules deth sindic d'Aran, Carlos Barrera, "aguesta actuacion ei de besonh entà mielhorar era nòsta qualitat toristica e inversions en equipaments toristics e esportius agranissen era

aufèrta toristica en ua destinacion de prumèr nivèu coma ei era Val d'Aran."



Era Val d'Aran arrecep eth certificat de prumèra destinacion de montanha Biosphere Destination, ua destinacion sostenibla que gerís de manèra responsable era activitat toristica

Era Val d'Aran a arrecebut aué era certificacion "Biosphere Destination" qu'autrege er Institut de Torisme Responsable, entitat associada ara UNESCO e ara Organizacion Mondiau de Torisme e membre deth Conselh Globau de Torisme Sostenible (GSTC Globau Sustainable Tourism Council), afavorit pera Fondacion de Naciones Unidas.

Era Val d'Aran, e es sòns municipis, se convertissen ena prumèra destinacion de montanha a arténher aguesta certificacion qu'en Catalonha sonque a era ciutat de Barcelona.

Er acte a compdat damb era preséncia deth conselhèr d'Empresa e Aucupacion, Felip Puig, e eth president dera Deputacion de Lleida, Joan Reñé, entre d'aites autoritats politiquas catalanes; ath delà de representants d'aites institucions e d'empresaris aranesi.

Era obtencion d'aguesta certificacion de qualitat e sostenibilitat toristica ei entath sindic d'Aran, Carlos Barrera, "ua reconeishença ar esfòrc de força aranesi, entre toti desvolopam un model toristic responsable e sostenible es tèrmes economics,

ambientaus e socioculturals". aguesta certificacion en paraules deth Sindic ven a demostrar que "era Val d'Aran coma destinacion a d'apostar pera sostenibilitat, non sonque entà conservar aguest territòri deth Pirenèus entà futures generacions, mès tanben entà seguir en tot èster competitiu, entà seguir en tot èster era Esséncia des Pirenèus en tot mèter en valor eth miei ambient, er auviatge naturau e culturau locau qu'auem conservat ath long des sègles e que son eth principau motiu entà atrèir naut toristes que gaudisquen des encants unics deth nòste país."



Eth freerider aranés, Aymar Navarro, 4th en FWQ 3* (GrandValira)



Se celèbrec eth FWQ 3* en GrandValira, a on Aymar Navarro registrec un 4th loc.

Aymar Navarro, signèc enguan un convèni damb eth Conselh Generau d'Aran entà promòir era destinacion toristica esportiu Val d'Aran peth mon, representada ena imatge e enes valors deth freerider. "Qui melhor qu'es nòsti joeni esportistes professionaus aranesi entà representar eth nòste país e eth sentiment d'identitat" manifestèc Carlos Barrera, sindic d'Aran.

www.granaran.com



GRANARAN

CONSTRUCTORA

REFORMAS EN GENERAL

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



TALLERES GARONA

CARROCERIA Y PINTURA DEL AUTOMOVIL
INSTALACIÓN DE LÁMINAS DE CONTROL SOLAR
VENTA DE CADENAS / NEUMÁTICOS
SUBSTITUCION DE LUNAS / MECANICA



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




J. ESTRADA

INSTALACIONES ELECTRICAS
Y TELECOMUNICACIONES

AV. Maladeta, 5 local 1 / 25530 VIELHA
Tel. 606 424 573 / 973 64 18 98
iejestrada@gmail.com

Assessorament



CADION s.l.

Gestion

LABORAU FISCAU COMPTABLE

973 64 20 79

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

Premsa
Revistes
Llibreria
Regals
Papereria



Plumier

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

LIMPIEZA DE CHIMENEAS

EXTRACTORES DE RESTAURANTES

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

Eth Govern dera Generalitat autrege ar Institut d'Estudis Aranesi eth caractèr d'Academia der Occitan, aranés en Aran

Eth Govern a aprovat eth decrèt peth quau s'autrege ar Institut d'Estudis Aranesi eth caractèr d'Academia e d'autoritat lingüística der occitan, aranés ena Val d'Aran, a prepausa des departaments de Cultura e de Justícia. Er occitan ei era lengua pròpia d'Aran, a on ei nomenada aranés, e ei lengua oficiala en conjunt de Catalunya d'acòrd damb er Estatut de 2006. Er encastre d'accion der Institut d'Estudis Aranesi ei Catalunya. Er objecte der Institut d'Estudis Aranesi ei era nauta investigacion e estudi der aranés e er establiment des criteris de normativa d'acòrd damb es principis dera gramatica occitana de Loïs Alibèrt e es Nòrmes Ortografiques der aranés, coma part integranta der

espaci lingüistic e culturau occitan. Er Institut d'Estudis Aranesi ei damb aguest decrèt era autoritat entar assessorament ena matèria de lengua occitana, aranés en Aran, entàs administracions publicas e es organismes que ne depenen, entàs centres d'ensenhament public e privat e entàs mejans de comunicacion de titularitat publica. "Dempús de dus ans de trabalh, s'a culminat damb un gèst fòrça important dera Generalitat de Catalunya cap ara identitat, cultura e lengua aranesa" a manifestat eth vicesindic d'Aran e conselher d'Administracions Publicas, Finances e Coneishement, Luïs Carlos Medina.

Er esquiador aranés, Àlex Puente, ha het concurrència es dies 19 e 22 de hereuèr en es Jòcs Olímpics d'luèrn de Sochi enes modalitats d'Eslalom e Eslalom Gigant

Eth joen esquiador Àlex Puente (19 ans e naturau de Vielha) prene part es dies 19 e 22 de hereuèr en dus competicions des Jòcs Olímpics de Sochi (Russia), ena modalitat d'Eslalom Gigant e ena modalitat d'Eslalom, damb era unica mèta d'anar madurant esportivament e participar sense cap tipe de pression. Àlex Puente se formèc en CAEI (Club Aranes d'Espòrts d'luèrn), mès dempús de hè diuersi ans residís en Soïssa a on entrene entà hèr concurrència a nivèu internacionau. Ath delà, Puente compde damb eth suport des institucions publicas dera Val d'Aran. Eth Conselh Generau d'Aran aufrís ua subvencion as esportistes professionaus deth territòri, entre es quaus

se tròbe Puente, entà poder hèr concurrència dehòra d'Espanha. A compdar d'aguest convèni de colaboracion, es esportistes pòrten logos dera Val d'Aran ena sua ròba de competicion.



Endesa invertís 400.000 èuros enes infrastructures maumetudes pes inundacions d'Aran

Era Fondacion Endesa destinarà 400.000 èuros ara Val d'Aran entara reconstruccion des principaus infrastructures maumetudes pes inundacions de junh d'est an passat. Eth president dera fondacion, Rafael Miranda e eth sindic d'Aran, Carlos Barrera, signèren un convèni de colaboracion que regule era aportacion e qu'a ua vigència d'un an. Era Fondacion coopera en iniciatius de caractèr social en es territòris a on desvolòpe era sua activitat industriau en tot promòir era adequacion paisatgistica d'espacis naturaus protegidi. Endesa ei implantat ena conca der arriu Garona e a mantengut ena sua dilatada presència ua politica activa e de suport economic en projectes d'encastre culturau, economic e social. Pendent es inundacions, Endesa activèc eth sòn plan operatiu d'emergéncias e destinèc dus elicoptèrs entà

desplaçar a manòbres e materiau electric enquias punts deth territòri a on es vies d'accès èren incomunicades e installèc dotze grops electrògens entà garantir eth subministrament. Atau, arribèc a mobilizar un centenat de tecnicos e manòbres en es trabalhs de reposicion deth subministrament e apareiament o reconstruccion d'infrastructures electricas.



Cortines Sant Jordi

Tapiseria internacional

Profesionales del sector de la cortina y tapiceria.

Disponemos de taller de confección e instalación propios.

Para peninsula y baleares

Divisiones:

- viviendas
- Oficinas
- Hosteleria
- Contract.

c/Penedes, 87 · LLEIDA

Tel. 973 24 99 50 · Fax 973 24 99 54

www.cortinessantjordi.com



BELANENA

Moda, calzado y complementos para niños

20 y 30 € PRECIO ÚNICO

Av. Castiero, 6 · 25530 VIELHA (Lleida)

alèxia grustan

recycled with love

hand made

alexia-grustan.com



NEW COLLECTION



Dr. Enrique Mas Prieto

Médecien especialista en medicina del deporte (Vía MIR)
Médecien especialista en traumatología deportiva

PRUEBAS DE ESFUERZO (tapiz rodante, cicloergómetro, test de campo)
RECONOCIMIENTO MÉDICO-DEPORTIVO (clubs, colegios, federaciones)
TRAUMATOLOGÍA DEPORTIVA (tratamiento y seguimiento de la lesión)
NUTRICIÓN DEPORTIVA (antropometría, dietas, ayudas ergogénicas)

655 501 808

medic@sportvielha@yahoo.es

Av. Garona, 17 - Bl. B - 1º D
25530 VIELHA (Lleida)

SPORT CLUB MEDICAL

CENTRO DE MEDICINA DEL DEPORTE

Inauguración de un nuevo sistema de cine digital en Era Audiovisual de Vielha

Eth diuendres 31 de gèr s'inaugurèc en Era Audiovisual de Vielha eth nau sistèma digitau de projeccion e de son de nauta definicion que permet gaudir d'ua melhor imatge e son enes projeccions de cinèma. Era installacion d'aguest nau sistèma a estat de besonh entà poder contunhar aprofitant un cinèma de qualitat, ja qu'eth nau format de projeccion digitau non ère compatible damb era maquinària existenta enquiara,

çò qu'a obligat a hèr ua importanta inversion de mès de 49.000€ entà adaptar Era Audiovisual as naues tecnologies.

Aguesta quantitat a estat aportada per ajuntament de Vielha comptant damb ua subvencion dera Diputació de Lleida de 10.000€, e aguesta sala ei ua des 8 qu'ena provincia de Lleida s'an adaptat ad aguest nau format de projeccion.

300 escolars dera Val d'Aran protagonistes dera Gira Movistar Megacracks realizada a Vielha damb era plantilha der Inter Movistar

Er equip Inter Movistar Fotbòl Sala, d'Alcalá de Henares, a hèt participats ath delà de 300 escolars dera Val d'Aran d'ua grana jornada esportiva amada a tèrme aué laguens dera Gira Movistar Megacracks que s'a realizat en Palai d'Espòrts de Vielha. Eth cap-lòc aranés a estat era prumèra parada dera gira deth 2014, que prosseguís era sua marcha en Alcarràs, deman 29 de gèr.

En aguesta escadença es mès petiti an pogut gaudir de multiples activitats restacades damb eth fotbòl sala acompanyadi des jogadors dera plantilha der equip madrilenh, e tanben de diuersi partits. Era gira qu'amie a tèrme er Inter Movistar per diferents punts dera geografia espanhòla a coma objectiu mostrar as

mainatges es valors restacadi damb era educacion, er espòrt e era integracion. Ua labor social e esportiva qu'eth club *alcaláino* desvolòpe des der an 2007. Com comentè era conselheira de Torisme, Comèrc e Consum deth Conselh Generau d'Aran, **Anna Diaz**, "era preséncia der Inter Movistar damb jornades ludiques e esportives coma aguesta, supause un gran allicient entara Val d'Aran entà créisher cada dia mès coma destinacion esportiva tant en ostiu coma en iuèrn."

Ath delà, Diaz a ahijut qu' "er espòrt ei de besonh ena vida des mès joeni, e aguesta jornada les ensenhe justaments es valors dera vida e der espòrt."



alquiler y venta de maquinaria
JOAQUÍN CALVO



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

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

ALQ.JCR@vallesaranribagorza.com

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

Bar Restaurants
Coto Marzo

Platos Combinados
Tapas
Degustaciones

Plaza Coto Marzo, 5
25530 VIELHA
Tel. 973 64 22 08

Espacio reservado
ANÚNCIATE

elena vallés
fotografía

decoracions
amb encant
pel teu casament

www.elenavalles.com
tel. 696 657 147

informació sense compromís
elenavalles@elenavalles.com

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

SERVICI JUDICIAL
ALTA RIBAGORÇA I
VAL D'ARAN

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

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

TREBOL
Taberna & copas

Pl. Ortau, 8 · 1º · ARTIES · Tel. 619 831 674 · www.trebolarties.com
síguenos en:

Gallaecia

Construcción y reforma de todo tipo de viviendas

Carpintería de PVC
Ventanas / Puertas / Contraventana Interior /
Mallorquina Exterior / Persiana Interior y Exterior / Vidrios.

Edificación en General
Estructuras y Albañilería / Pladur / Pulido de Suelos /
Colocación de Piedra / Alicatados / Reformas en general.

CAP DETH CARRER, 1ª / 25538 CASAU (LLEIDA)
Móviles.: 608 78 96 32 / 691 84 17 18

EMERGENCIAS:
 BOMBEROS 112
 MOSSOS D'ESQUADRA 112

SERVICIOS PÚBLICOS:
 MOSSOS D'ESQUADRA VIELHA 973 357 285
 POMPIERS D'ARAN 973 640 080
 GUARDIA CIVIL - VIELHA 973 640 005
 POLICIA NACIONAL - LES 973 648 014

ORGANISMOS PÚBLICOS:
 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

INFORMACIÓN Y TURISMO:
 TORISME VAL D'ARAN 973 640 688
 INF. TURISME VIELHA 973 640 110
 INF. TURISME BOSSÒST 973 647 279
 INF. TURISME SALARDÚ 973 645 197
 INF. TURISME LES 973 647 303
 MUSÈUS VAL D'ARAN 973 641 815

SERVICIOS MÉDICOS:
 ESPITAU VAL D'ARAN 973 640 006
 DISPENSARI ARTIES 973 642 847
 DISPENSARI BOSSÒST 973 648 211
 DISPENSARI LES 973 648 229
 DISPENSARI SALARDÚ 973 644 030

FARMACIAS:
 FARMACIA PALÀ (VIELHA) 973 642 585
 FARMACIA CATALÀ (VIELHA) 973 642 346
 FARMACIA ALMANSA (BOSSÒST) 973 648 219
 FARMACIA ALMANSA (LES) 973 647 244
 FARMACIOLA PALÀ (ARTIES) 973 644 346
 FARMACIA PALÀ (BAQUEIRA) 973 644 462
 FARMACIOLA CATALÀ (SALARDÚ) 973 644 225

OTROS TELÉFONOS INTERÉS:
 CORREOS - OFICINA VIELHA 973 640 912
 OFICINA AUTOBUSES - VIELHA 902 422 242
 GREMI D'OSTALARIA V.A. 973 640 601
 ESCOLA D'OSTALARIA - LES 973 647 242
 IES D'ARAN - VIELHA 973 643 761
 PARROQUIA DE VIELHA 973 640 021
 PARROQUIA BOSSÒST E LES 973 648 253
 BIBLIOTECA VIELHA 973 640 768
 FUNERARIA SAURA (VIELHA) 609 571 098

anuncios económicos

Se busca pareja de masoveros para cuidar chalet en Les. Se ofrece vivienda con jardín. Interesados contactar con Gonzalo en el Tel: 656.822.307 o a través del mail: lesvalle77@hotmail.com



Se alquilan 2 locales céntricos en Bossòst, uno en la plaza de la Iglesia y el otro en la Calle Major. Aptos para actividad comercial. Tel. 629 279 348

VENDO SOBANTES OBRA: Pilares madera de fresno. 1,81 alto x 14 x 14, grueso, Barandillas escalera y rellanos. Puertas antiguas mode. Aranés. Local ideal para guardar muebles Tel. 973 64 02 20 - 620 860 243



Se vende ático en Betren, edificio Tresens, de 3 habitaciones, salón-comedor con chimenea cerrada, cocina independiente, 2 baños completos, parking y trastero. Muy soleado y con excelentes vistas de Baqueira. Totalmente reformado. Precio muy asequible. Tel. 696.452.564

OFERTA DE EMPLEO: Empresa de Vielha de congelados busca comercial para la zona francesa. Imprescindible francés hablado. Contacto en el tel: 973 64 25 77

Se alquilan viviendas para todo el año y temporadas de esquí. Tel. 617 578 854



Departament juridic:

- **Civiu:** eréncies, accidents de circulacion, indemnizacions, divòrcis, demandes ordinàries, impagats, reclamacions judiciaus
- **Mercantil:** concorsi creditors, derivacions responsabilitat...
- **Penau**
- **Administratiu**
- **Urbanistic e miei ambient**

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

RENDA 2014

Vos rebrembam qu'eth tèrme entá presentar era vòsta declaración ei deth 2 de mai enquiath 30 de junh

RADIO VALPIRENEOS

ALASKA . AT VERSARIS . AIR . ARNAUD FLEURENT DIDIER . AEROPLANE . LOVE OF LESBIAN . BEBE . BRAMATOPIN . FANGORIA . BASEMENT JAXX . BJÖRK . BLONDIE . BOB MARLEY . NOUGARO . CASSIUS . COCTEAU TWINS . CYPRESS HILL . DUNCA . COISE HARDY . DAVID BOWIE . EL CANTO DEL LOCO . RITA . FRAJ . EMILY SIMON . BARBARA . DOMINIQUE A . FAMILIA . FERDINAND . GAI SABER . GOLDFRAP . I AM . JACO . QUAI . KLAUS & KINSKI . KATERINE . KATE . LAUREN . ALICIA KEYS . LA TALVERA . LA GRACIA . METRONOMY . MASTERS OF DESTRUCTION . MAS- SIVE ATTACK . METRONOMY . PHOENIX . PORTISHEAD . ELS PETS . RÖYK- BRUJO . ORIGINAL OCCITANIA . PHOENIX . PORTISHEAD . ELS PETS . RÖYK- SOPP . SAIAN SUPA CREW . SERGE GAINSBURG . SHAKAPONK . THE BARES THE CHEMICAL BROTHERS . ZAZA FOURNIER

99.5 fm
rvpfm.net **LIVERADIO** **tunein** **iTunes** **rAdio** **SiNtOnlZA**

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

CHOCOLATE A PUNTO:

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

OLOR A HUMO:

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

TINTE EL LA ROPA:

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

LABIOS XXL:

Para conseguir un aspecto voluptuoso y carnoso en tus labios, tienes que, antes de maquillarte, humedecerlos con vaselina.

ADIOS A LA CASPA:

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

ARROZ COMO RECIÉN HECHO:

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

CRISTAL RALLADO:

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

BENICÀSSIM

visita y veranea



ALQUILA EN www.soloalquilerbenicasim.com

Tel. 647 37 57 02



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

MELIÀ
HOTELS & RESORTS

el viaje eres tú

Val d'Aran
Betrèn - Vielha



Jonerik
Joana & Erika

COMPLEJO ELURRA
(AL FINAL DE LA RAMPA)

LAUADERIA - 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

lavanderiajonerik@hotmail.com



Automóviles TONÉS
SERVICIO OFICIAL VOLKSWAGEN EN BARBASTRO

Amplio stock en vehículos de ocasión, consulte nuestras ofertas en nuestra web www.automovilestones.es o llámenos al teléfono 974 31 28 12

Servicio postventa, pídanos presupuesto sin compromiso para la revisión de su vehículo.



TALLERES MIJARAN

Chapa, pintura y mecánica en general.
Coche de substitución.

Ctra. De França, Nau 2 / VIELHA
Tel. 973 64 37 56
talleresmijaran@hotmail.com

ALIMENTEM-MOS COMA CAU

Aguest mes vos presentam un recuelh de libres sus era importància qu'a ua bona alimentacion entara nòsta salut e es beneficis que genèr en nòste organisme. Que vage de gust e bona lectura!

Bibliotèca
GENERAU DE VIELHA



Come sano y adelgaza: recetas fáciles y sabrosas para cada día. Barcelona: Planeta, 2004.
Un libre fòrça practic damb conselhs entà aprèner a baishar de pes sense que calgue passar hame, ath temps que mos descorbis es abituds saludables entà trobar-mos milhor e mos propòse recèptes entà cada dia dera setmana.



KOHAN, Laura: Alimentos saludables para el siglo XXI. Barcelona: Local-Global, 2009.
Un compendi des aliments que mos permetèràn gaudir de més bona salut en sègle que viuem, damb recèptes complementàries hètes damb aliments antioxidants, probiotics, legums e cereaus integrais.



RIGOLFAS, Rita: Educar en l'alimentació i la nutrició. Barcelona: Tibidabo, 2010.
Ua òbra ben completa hèta per un equip de tres dietistes-nutricionistes qu'inclúis quate DVD e un libre damb ua clara voluntat pedagògica, dividit en quate tèmes e en un pilèr de casi exemplificatiu, entà qu'era mainadèra e era joenasa s'eduquen enes bones abituds alimentàries.



RUSCALLEDA, Carme: Recettes antiaging: gastronomia i ciència. Barcelona: Columna, 2012.
Ua setanea de recèptes pensades pera codinèra més reconeishuda deth mon entà toti es mesi der an que vos permetèràn, amassa damb d'auti factors, arribar ena vielhesa en plenitud de condicions.



SENPAU, Pilar: Alimentos que fan bategar el cor. Barcelona: Proa, 2007.
En aguesta òbra, era doctora Sempau met en valor toti es aliments que son pròpis dera codina catalana: ath delà des frutes e es verdures deth uart, i a recèptes damb carn, peish e misharnons, pr'amor que tot ei bon ena mesura justa.



SWINNEY, Bridget: Comidas sanas, niños sanos: guía de alimentación saludable para que sus hijos gocen de buena salud. Barcelona: Oniro, 2000.
En aguesta guida i trobaratz es dètz manaments des pairs entà qu'es hilhs mingen coma cau, e tanben conselhs practics entà establir ues abituds alimentàries corrèctes a compdar des prumèrs mesi de vida.

FIGUERAS, Marta: Què han de menjar els nostres fills: guia per a una bona nutrició infantil. Barcelona: Pòrtic, 2012.

Un libre recomanat pera pediàtra der Espitau Val d'Aran que mos hè a prèner consciència dera importància d'ua alimentacion saludabla ja enes prumèrs etapes dera vida, qu'ei quan començam a aquerir ues abituds alimentàries corrèctes entà previer era obesitat, era diabèti o, tanben, eth càncer. Ua guida ben completa, hèta per ua especialista ena matèria, sus es besonhs nutricionau entà cada etapa dera nòsta vida. Ara fin deth libre i trobaratz un capitol sus credences alimentàries erronèes.

FOLCH, Montse: El mètode de la Dra. Folch: el sistema eficaç per menjar sa, apriar-se i sentir-se bé. Barcelona: Columna, 2008.

Un metòde clar e simple qu'ath delà de conselhs nutricionau sus es vitamines e mineraus qu'eth nòste còs a de besonh, e es aliments que cau limitar, inclúis ua dièta entà poder-la seguir, damb recèptes entà cada dia dera setmana ath long de quate setmanes.

FONSECA, Paula J.: Comer para vencer al càncer. [s.l.]: Nobel, 2012.

Sembla qu'aguesta malautia pòt èster conseqüència d'ua mala alimentacion: entà evità'c, era doctora Fonseca mos da més de quate recomanacions sus aqueri aliments que cau deishar de minjar e sus es auti, beneficiòs, o tanben antitumorau, ena proporcion adequada.

FULLERTON-SMITH, Jill: La verdad sobre la comida. Barcelona: Salamandra, 2007.

Un libre que desmentis pseudovertats alimentàries damb demostracions científiques e qu'ath delà propòse aumentar eth consum de fruta e verdura entà combàter eth càncer, non reduir eth consum de derivats dera lèit se volem pèrder pes o que minjar peish ei important entara salut deth nòste cervèth.

- 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

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

CENTRE COMMERCIAL LES PORTES DU VAL D'ARAN

Solamente a 33 Km.
del Valle de Aran

SUPER U

ALDI de 9 h à 19 h du lundi au samedi	Stylecto de 9 h 30 à 12 h 30 - de 14 h 30 à 19 h du lundi au vendredi le samedi 05 61 94 22 60	Chaussures de Chateau de 9 h 30 à 12 h 30 - de 14 h 30 à 19 h du lundi au vendredi le samedi 05 61 94 40 08	BRICORAMA de 9 h à 22 h 15 - de 14 h à 19 h du lundi au samedi 05 61 89 98 89	Point Vert de 9 h à 12 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	NORISKO de 9 h à 19 h Non-stop du lundi au samedi 05 61 94 25 73	SUPER U de 9 h à 19 h 30 du lundi au samedi 05 61 95 79 79	flunch Ouvert 7/7j de 8 h à 21 h 30 05 61 88 33 33
--	---	--	---	---	--	--	--

Zone Lane Bazert Avenue de Luchon GOURDAN-POLIGNAN

En **2'**
(en dues
minuttes)

#VielhaSostenible

#Vielha
"Endeuant"

Març
2014



Implantam un Modèu d'Urbanisme Sostenible

Caducitat Plan Especial
d'**Era Tuca** e reforma
Plan Parciau d'**Es Anglades**

Implantam un proècte dera Aigua

Un proècte Europèu
SUD'EAU 2 mos permetrà
sensibilizar e educar en
consum e gestion dera
aigua ara mainadèra,
adults e gent gran



Invertim en Eficiència Energetica

Un Plan d'Inversion en
compliment deth **Pacte
d'Alcaldes** pera Eficiència
Energetica (PAES) mos per
meterà arténher es objectius



Auem artenhut era restriccion ath pas de camions

Auem artenhut ua
ampliacion der orari de
limitacion deth pas de
camions peth municipi
enquiàs 22:00 or. es
dimenges e dies hèsters
Tamb aguest èxit, ath
margedera seguretat des
persones, tanben redusiram
considerablement era
contaminacion atmosferica,
consequència deth sòn pas.



Certificat BIOSPHERE

Dempús de fôrça treball, eth Conselh
Generau d'Aran a artenhut eth certificat
BIOSPHERE de Torisme Responsable
entà toti es municipis d'Aran.
Vielha e Mijaran n'ei compromés. Serà ua
merca diferenciadora en present e en futur.



Vielha e Mijaran

Ajuntament de



Vielha e Mijaran



ERA ESCOLA BAQUEIRA BERET

Aprende, siente y disfruta

Grupo  CATALANA
OCCIDENTE

Tel. 902 218 228 * info@eraescola.com * www.eraescola.com



MEA CULPA

Últimamente me han caído un par de reprimendas por estos artículos: parece ser que echo demasiadas broncas a la gente. Lo de la paja en el ojo ajeno y la viga en el propio y todo eso.

Así que he decidido que esta vez el rapapolvo me toca a mí. A mí o a los veterinarios en general, ya veremos. Voy a partir de una encuesta en la que se pidió a clientes de clínicas veterinarias del R.U. que comentasen lo que consideraban más importante en un veterinario.

1. Conocimientos de medicina y cirugía: Vale, se supone que los adquirí en la facultad (ji, ji...) y que los he ido mejorando con la práctica (casi 20 años, ahí es nada), pero, sí, debería estudiar un ratito cada noche (después de acostar a mis niños y antes de darle una alegría a mi marido, que hay que llegar a todo). Y debería acudir a un par de congresos cada año, para ponerme al día...

2. Ser bueno/compasivo con los animales. A ver, en general lo soy, al fin y al cabo son buena gente, aunque sí que es verdad que a veces me haría falta un poco más de paciencia (no sé si con el perro o con el dueño).

3. Orden y limpieza. Soy una desordenada patológica, vivo en el caos, soy incapaz de volver a dejar el termómetro en su sitio después de utilizarlo. Pero me ducho todos los días...Intentaré mejorar.

4. Buenas habilidades prácticas: soy un poco torpe con el signo de cajón en la rotura de ligamentos y la compañera coge las vías a los gatitos pequeños mejor que yo, pero se me da bien auscultar...una cosa por la otra ¿no?

5. Honestidad: ¿por exceso o por defecto? Porque les prometo que me han echado mucho más en cara el ser demasiado honesta...

6. Seguridad en sí mismo: culpable, culpable y culpable. Soy una "cagadubtes". Este gato tiene la glucosa alta, ¿será diabético? ¿o será por estrés? Mejor le pincho la vejiga y le cojo muestra de orina pero ¿y si lo estreso más? ¿O mejor que se la recojan en casa? ¿Qué hago?

7. Reconocimiento de los propios límites: ahí sí que no. Vamos que tengo muy claro hasta dónde llevo y que no me gusta meterme en camisa de once varas. Y que los especialistas se han inventado para algo. Sí hombre, y con lo del apartado 6, sólo me faltaría que por meterme en algo que no tengo claro, le pasase algo al pobre bicho... ¡ni hablar!

8. Buena habilidad para comunicarse. Pues mira, la verdad, a veces creo que comunico poco y otras que comunico demasiado. Porque intento no pasarme de tecnicismos, pero también creo que el cliente tiene que estar informado. Supongo que mi problema no es que deba comunicar más, si no que debo comunicar mejor... Ustedes me dirán.

9. Compasivo con los propietarios. De nuevo culpable. Lo reconozco: soy mala, muy mala. Carezco de compasión. Soy el azote de los propietarios de mascotas. Pero prometo enmendarme. A partir de ahora sólo escribiré sobre cachorritos de Golden que juegan con rollos de papel higiénico extrasuave y gatitos que persiguen ovillos de lana rosa. ¿Qué no se lo creen? No se preocupen: yo tampoco.

PD: ¿Se han fijado en que a los clientes de clínicas veterinarias inglesas no les preocupa el precio de los servicios? Igualito que aquí...

*Eva Deza
de Aran
Veterinaria.*



aran veterinaris

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

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

**Ahora también
peluquería canina!!!**

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



TERMAS BARONIA DE LES
www.termasbaroniadeles.com | T. 973 648 717
 Les, a 15 minuts de Vielha direcció França

Naves Tarifas des de 12€
Circuit Termau

El Circuito Termal más completo del Valle de Arán

Tratamientos Après-ski

Cosmetic Caviar Treatment with Fresh Caviar

Packs 2, 4, 6 Jours: Anti-stress, Thermal Trekking, Romantique...

Programme transfrontalier, LE MOURTIS - LAS TERMES BARONIA DE LES

La Station du Mourtis et les Thermes de Les se sont engagés à consentir mutuellement à leur clientèle des tarifs d'accès préférentiels. Ces deux acteurs de l'économie touristique locale ont décidé de franchir une nouvelle étape de coopération tenant compte de leur complémentarité et de leur proximité. Dès cette saison hivernale, skieurs et baigneurs pourront bénéficier des prestations de ces deux institutions du tourisme local.

La Estación de Mourtis y las Termas de Les han llegado a un acuerdo para ofrecer a sus clientes unas tarifas de accesos preferentes. Estas dos empresas de la economía turística local, han decidido crear una cooperación, teniendo en cuenta su complementariedad y su proximidad. Desde esta temporada invernal, esquiadores y bañistas podrán gozar de prestaciones de estas dos instituciones del turismo local.




LE MOURTIS

LA MONTAÑA EN LIBERTAD

A 1h30 de Toulouse y 3h de Burdeos, en las puertas del Valle de Aran, Le Mourtis os ofrece una multitud de posibilidades para aprovechar el invierno en familia o entre amigos.

En un entorno arbolado y con una sin servidumbre de luces sobre las cumbres más bellas de las cimas de los Pirineos, descubra una estación familiar y amistosa en plena naturaleza. Esquiar en Le Mourtis es dejar exprimir sus espátulas.

Desde el principiante al esquiador más experimentado, cada uno encuentra su campo de juego. En esquí, en snowboard, en raquetas o como más le guste, usted encontrará en Le Mourtis, sobre 3 laderas nevadas, el dominio ideal para hacer de sus vacaciones un éxito.

APRENDE, SIENTE Y DISFRUTA.

Era Escòla, después de pasar el ecuador de la temporada, sigue con las baterías cargadas para recibir más alumnos. Además Baqueira dispone de unos espectaculares espesores de nieve que acaban completando un magnífico día en la nieve.

La escuela de esquí de Baqueira Beret imparte clases en las diferentes modalidades deportivas: esquí alpino, snow, telemark, nórdico, raquetas... También, era escòla se adapta económicamente y a través de sus productos, a toda persona que quiera pasar un inolvidable día en la nieve.

Si quieres deleitarte con la nieve y con la mejor compañía, Era escòla, es tu escuela.

www.eraescola.com
TLF: 902 218 228



Actividades en Aran

MARZO

Desde el 20 de febrero hasta el 22 de marzo:
EXPOSICIÓN "TAULES & TAULONS" - ARTIES.
Exposición de 44 tablas de Snowboard, con diferentes serigrafías en la Iglesia de Sant Joan de Arties. De lunes a sábado de 17 a 20h.

Día 1:
CARNAVAL - BOSSÒST. Fiesta nocturna de carnaval en la sala polivalente de Bossòst. A partir de las 23,30h.

Día 1:
CARNAVAL - VIELHA. En la sala polivalente de Vielha, cena popular y baile. Precios populares. Obligatorio disfrazarse.

Día 1:
TALLER DE INICIACIÓN DE CREACIÓN DE PAËRS - LES. De 10.00 a 14.00h en las Oficinas de Turismo de Les. Plazas limitadas. Inscripción obligatoria. Info: 651.153.331

Día 4:
RETROESQUIADA - BAQUEIRA. Carnaval "Retroesquiada" disfrazados con prendas de esquí

antiguas. Fiesta, música y concurso de disfraces. A las 9.30h: Punto de encuentro Baqueira Bar de 1500. A las 15.00h: Fiesta en el Baqueira Bar de 1500.

Del 8 al 9:
VI TROFEO JESÚS SERRA - BERET. Carrera de ski alpino en la pista Stadium de Beret. Toda la información en www.baqueira.es

Día 9:
I CORSA DERA HEMNA - VIELHA. Carrera o caminata popular para todos de 5km en las calles de Vielha. A partir de las 11h. Organiza Club Athletic Val d'Aran.

Del 22 al 23:
CAMPEONATO DE ESPAÑA DE TRINEOS CON PERROS - BERET. Competición de trineos de perros en Beret, perteneciente al Campeonato de España.

- 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'Arró.

"¡Cuidado! ¡Solo uno de los tres cortes!" Miguel soltó una carcajada. "¡chala!" ¿pero te crees que eres el único que has visto Güellicrestada?" El Estany dels Monjos, hacia Caldes, debía esperar reírse de algún novato excursionista que daba la espalda al Montarto.

Poldo, el aludido, puso algo de mala cara, que se le pasó enseguida.

Mara y Eulalia, sentadas en la hierba recién estrenada en aquella media mañana de junio, se habían dejado sorprender alegremente, por lo cercano que estaba el Estany de Mar con su isla, de la vieja escaleta medio rota, debajo de la que habían dejado el coche, sin quejarse por la decepción de no haber levantado ningún urogallo padre.

Ambas exigentes con el vino que llenaba las botas en las excursiones aranesas, amaban la Val d'Aran y su historia, pero especialmente profundizado en los que, no siendo araneses, habían participado en ella.

"¡Estoy casi segura que, con los almogávares de la frontera de Valencia y Murcia, había más de mil mercenarios castellanos-golfines, que pudieron haber conocido la Val d'Aran hacía el 1282, movilizados por el Conde Arnau Roger de Pallars para enseñar los dientes de Pedro III a Carles d'Anjou en aquel 30 de marzo de las "Vísperas Sicilianas".

Dijo Eulalia, siempre soñadora, que seguía en Aran la conversación empezada la noche anterior, después de la cena opípara en el Hostal de Sort, donde habían dormido, a la sombra de la histórica del Castillo de

los Condes de Pallars, donde probablemente se casó Arnau Róger con la Princesa Lascara, como recordó Mara, que dijo:

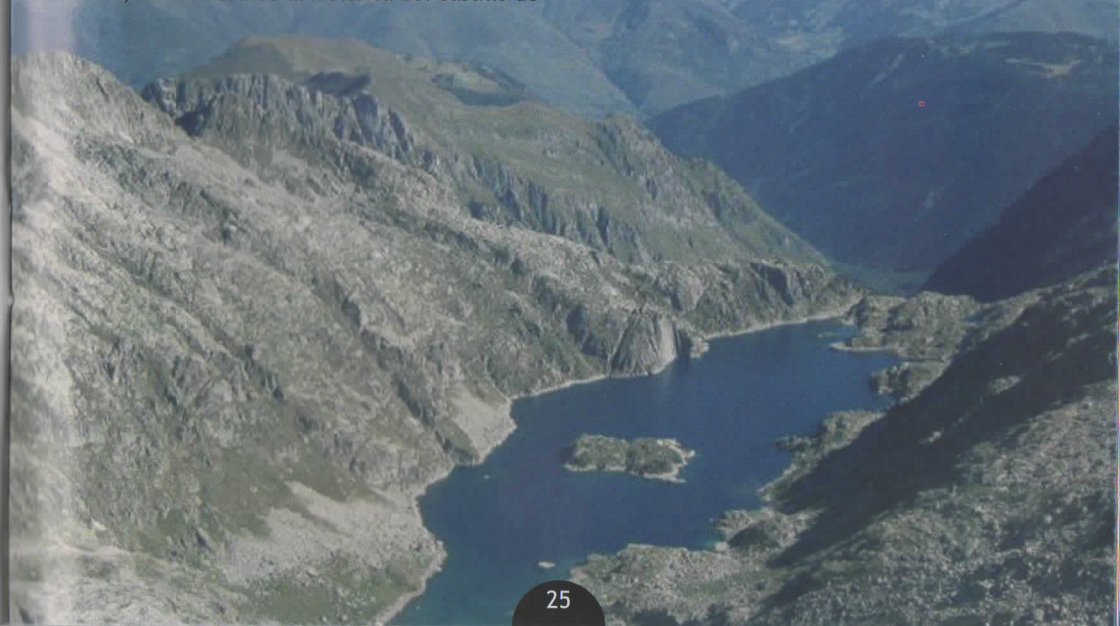
"El Conde tenía 45 años cuando se casó con la Princesa, que tenía solo 16, fue en 1281. Y en 1287, cuando tenían 51 y 22 respectivamente, el Conde Arnau Roger se sintió enfermo en Jaca e hizo testamento. Preocupado por la inexperte juventud de su esposa Láscara, nombra albaceas a amigos de su plena confianza. Uno de ellos fue Bernat de Comenge. El puente lógico entre Pallars y Aran (Rey y Obispo) ya debía ser Cominges en el Siglo XIII.

¡Seguro que Arnau Roger, en 1282, pudo enseñar a su amigo Bernat aquellos mercenarios suyos "golfines" dispuesto a defender Aran!"

La bajada fue lenta y divertida al comentar el desaguadero del Estany de Mar, pequeño en su comparación.

Al caer la tarde, todas las riberas aranesas parecían querer saludar, agachándose, al Montarto solemne, en su aplastante superioridad sobre los esfuerzos de Restanca.

Un poco más abajo del refugio, a la izquierda del camino, pararon para un trago del licor de arándanos, antes de empezar la bajada por el camino del barranco, hasta el coche al lado de la mesilla. ¡Tuvieron suerte!. A medio camino, su esfuerzo se vio premiado: un urogallo macho, con alas desplegadas, fue descendiendo hacia el Valle de Valarties.



Aran pour nos amis les français

JE L'AI VU DANS LEUR REGARD

Des visages avec des yeux sans lumière, et sans espoir. Ça pourrait bien être le titre d'un triste roman, mais malheureusement, c'est bien une triste réalité sans fin et sans limite, car notre temps n'a rien changé. Ni au limites, aux endroits où l'on peut le voir, et c'est toujours une majorité de notre monde qui est frappée en plein cœur, soit par l'exil, la faim, ou bien par de fausses croyances.

Dans ma vie, j'ai vu beaucoup de visages, qui, dans leur regard, manquaient de cette lumière de bonheur, car elle avait été remplacée par celle du désespoir et de la peur du lendemain. Le temps s'est écoulé inexorablement, et à force de nous faire croire que tout allait bien, nous avons fini par le croire superficiellement, mais notre mémoire, elle, n'oublie jamais. Elle se tient prête, à n'importe quel moment de notre vie, à nous réveiller, et à nous faire savoir que dans le monde, tous les jours, est encore plein de visages sans espoir ni lumières. Hier, je suis allé voir une expo photo consacrée à une femme toulousaine et photographe. Un chef d'œuvre. Ne connaissant pas le sujet de l'expo, j'étais arrivé plein de curiosité, et au commencement de celle-ci, j'ai

trouvé face à moi une série de photos consacrées aux espagnols de la « retirada ». Et j'ai revu leur visage sans espoir et sans lumière. Fatigués, affamés. Surpris, j'étais envahi par une émotion pleine de tristesse et de révolte, de ce que les hommes avaient fait sur des hommes et femmes qui avaient seulement demandé d'être libre.

Pas très loin de là et toujours dans la même expo, j'ai été saisi de nouveau par cette émotion et triste révolte en voyant les exilés français de notre guerre perdue, dans leur propre pays, dans une horrible « retirada » vers le sud. Mal habillés, affamés, et dans des conditions frisant le sacrifice avec le même regard, sans espoir.

Tous ces regards, je les ai vu chez les déportés juifs, chez les africains, risquant leur vie pour pouvoir donner à leurs enfants un regard plein de lumière et d'espoir. J'aimerais tant que chacun d'entre nous réveille sa mémoire, et qu'en regardant ces visages et ces horribles crimes, lancent un cri au monde en leur disant « Assez, jamais plus ça ».

Jo Tarin

era val de d'auti tempsi

SANT JOAN D'ARRÒS
(prumèra part)

Era devocion a Sant Joan en pòble d'Arròs ei plan importanta. En mes de mai hestegen ua plegària entre era capèla de Sant Joan, camin de Varradòs, e en agost era Hèsta Major.

Es pòbles d'Arròs e Vila celèbren eth santet de Sant Joan eth prumèr dimenge de mai. Rosita e Teresina me conden qu'eres ac an viscut des de tostemps. Era ua des de mainada e era auta des deth sòn maridatge. Eres rebremem qu'era pefesson gessie un an des d'Arròs e un aute des de Vila.

Mossen Ramon, rebrembat pes interlocutores, viuie en Aubèrt. Cada dimenge vengui, a pè, peth camin d'Aubèrt a Arròs entà hèra ra missa. Eth prumèr dimenge de mai, er an qu'era plegària gessie d'Arròs, presidie era hilada de gent que s'auie amassat dauant era glèisa de Santa Eulàlia.

Tath torn des nau deth maitin toti demorauen era gessuda. Peth camin s'anauen trapant diuèrses capèles. Era prumèra dedicada ara Vèrge deth Pilar. Aué, ua capèla damb era sua imatge la rebrembe. Dempús ua imatge de Sant Joan, petitonha, coneishuda peth nòm de Santet o Sant Joan Petit. En totes eres s'arturauen tà pregar. Es cançons religioses, nomentades "letanies", acompanhauen es dues ores de camin.

Eth romieuatge continuau pes marrècs de Sant Joan. En tot gèsser, era Mair de Diu de Lordes, nomentada era Santeta, recebie as fidèus. Ada era se li dedicaue ua cançon en castelhan, eth "Dios te Salve Reina y Madre...".

En arribar es hemnes escampauen era gleisòla e es gojates plaçauen es rams de flors portadi per totes

es families. Un còp emberida, mossen Ramon començau era missa seguida per toti, òmes e hemnes, gojats e gojates, mainatges e mainades. Fenida era missa, mossen prenne ua creu de husta. Toti amassa anauen tara capèla de Sant Blas a on se hège era benediccion dera termièra damb er aiguasenhèr. En tornar se cantauen es gòis de Sant Joan demorant era ora de minjar.

Rosita e Teresina premanien, enes sues cases, çò que minjarien. Es tortilhes de truhes e de carreretes, es conilhs farcits, es patès, eth camalhon e era fruta. Çò que portauè mès trabalh ère codinar es conilhs farcits ja que s'auie d'arrostir era net abantes. Agustes viandes apareishien, ara ora, enes Prats. Es families compartien damb es sòns vesins tot çò que portauen.

Ua cavala pujaue eth béuer, sustot, vin, de dera tauèrna d'Arròs. Tanben portauè beuenda tàs mainatges. Agust animau ère er unic mieï de transport que s'apropauè enes plans.

Un còp hèta era minjada, tàs cinc dera tarde, se passaue eth rosari e dempús tà baish. Era devarada pes marrècs non se podie hèr per lòc mès! Non i auie cap de veïcul. No i auie pas carretèra. Un viatge amassadi, damb mossen ath dauant, començauen era baishada. En arribar en Arròs, acomphauen a mossen Ramon ena glèisa e tornauen a cantar es gòis.

Entrevista hèta per Ma. Pau Gómez Ferrer a era
Senhora Teresa Marqués
Deth libre "Hè un arramat d'ans" publicat peth
Conselh Generau d'Aran



ARIES

Crecerá en forma notable el ansia de amar. La seducción brotará y los solitarios del signo se encontrarán con personas afines. Así, los nuevos noviazgos florecerán y los vínculos ya establecidos pasarán por momentos de profunda pasión y satisfacción afectiva. Se abrirán muchas posibilidades de crecimiento laboral y profesional. Sin dejar pasar las oportunidades, tómense su tiempo para la distracción y el esparcimiento.



TAURO

Periodo cargado de incomprensión y tensiones, su compañero no entenderá que está pasando con usted, porque lo verá raro. Dialogue y trate de reducir la incomprensión. Tendencia a vivir relaciones clandestinas. A partir de mitad de mes, una agitada vida social lo conectará con personas que le harán propuestas de crecimiento. Recorra a terapias naturales para equilibrar las emociones. Recuerde que la ansiedad lo acompañará este año. Cuidese.



GEMINIS

La comunicación entre ambos estará totalmente abierta y el deseo de conciliar dará resultados positivos. Buen periodo para planear y concretar viajes a lugares cercanos. Muy buen momento para consagrarse a las inversiones y obtener éxito a través de ellas entre el 2 y el 14. Salud buena en general; de todos modos este atento.



CANCER

A partir del día 4 surgirán desentendimientos que le afectarán la sensibilidad. Las sociedades que tengan establecidas darán frutos excelentes, producto de ideas concretas y ambiciosas de socios. La tensión afectiva alterará el sistema nervioso y como consecuencia, el aparato digestivo estará sensible. Cuiden la dieta y consulten al médico.



LEO

Pueden sentirse más inclinados al romance, tal vez con alguien que conocieran durante las vacaciones. De todas maneras, deben estar alerta respecto a situaciones que provoquen enojos, y tomarse tiempo para contestar. Las cosas pueden complicarse tanto en lo financiero como en lo laboral. Manéjense con prudencia y eviten discutir con jefes o compañeros. Eviten las trasnochadas para dormir mejor y levantarse renovados.



VIRGO

Nuevamente Venus, no influirá de manera positiva para estos nativos. Durante este mes, habrá mucho dinamismo, pero no para usarlo en el terreno amoroso; por lo tanto, es preferible que esperen a sentirse realmente dispuestos al romance. Por ahora, no están dadas las condiciones y si conocen a alguien, no podrán mostrarse tal cual son realmente en la intimidad.



LIBRA

No es el mejor momento para pensar en tener un romance. Pueden sentir que son objeto de observación por parte del otro y que los tiene bajo la lupa. Los que están en pareja deberán cuidarse para no crear problemas y enfrentarse innecesariamente. Es mejor esperar tiempos mejores. Sigue la buena racha y su posición laboral puede hacerse muy sólida. Hay que ser prudentes con el descanso. Duerman bien.



ESCORPIO

A partir del día 4, los escorpiones comienzan a despojarse de la envoltura romántica con la que se habían vestido, para pasar a la acción, pero no focalizada en temas amorosos. Con respecto al terreno económico y laboral, deberán aprovechar la racha favorable que se les presenta hasta el día 14. Sin problemas de salud por el momento.



SAGITARIO

Después de haber pasado toda la etapa romántica, ahora sagitario se reencuentra con su fuerza de siempre y encara la acción. Fogosos como de costumbre, pueden pretender el éxito si es que quieren iniciar un romance, pero no sean impacientes, vallan despacio. La primera parte del mes es la más indicada para hacer negocios o concretar cambios laborales sin tropiezos. El sistema nervioso puede provocarles alguna contrariedad, tal vez, estén más intranquilos y con el ánimo alterado, pero no es nada importante.



CAPRICORNIO

No es conveniente que piensen en comenzar una relación sentimental o lanzarse a la conquista. Deberán esperar tiempos mejores. Hasta el día 14, la situación económica es realmente excelente. Pueden aprovechar el momento que se les presenta para concretar cualquier proyecto.



ACUARIO

Con renovados bríos en amor. A pesar que los acuarianos son bastante pasivos en estas cuestiones, durante este mes, se sentirán animados y dinámicos para comenzar la conquista amorosa. La primera quincena del mes es ideal para hacer planes o desarrollar algún proyecto que tenga que ver con los temas económicos. Pueden comenzar a armar algo con buen pronóstico. Traten de no dejarse llevar por rabietas



PISCIS

La expresión más romántica que demostraron los peces va quedando atrás para ser reemplazada por una actitud más enérgica y desenvuelta. Pueden manejar su economía con seguridad; los negocios que emprendan y la firma de documentos están abalados. No se ven por delante problemas de salud importantes. Si se les puede recomendar que, aprovechando el tiempo cálido, hagan vida sana y caminen bastante.



FEM RECOLLIDA SELECTIVA,

pel present i el futur del medi ambient



ampolles sense taps ni xapes



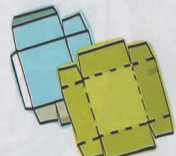
envasos de vidre i altres pots



Vidre



diaris i revistes



caixes plegades



fulls



sobres



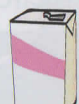
cartró d'ous



Paper i cartró



bosses de plàstic



brics plegats



ampolles i garrafes xafades



llaunes



envasos de iogurts



safates de porexpan



Envasos de plàstic i metall



residus d'escombrar



bossa d'aspiradora



pal de fregar



burilles



compreses



bolquers



Resta



restes de menjar



triadures de fruita i verdura



marro de cafè



sobres d'infusions



taps de suro



closques d'ou



paper de cuina



rams marcits i restes vegetals



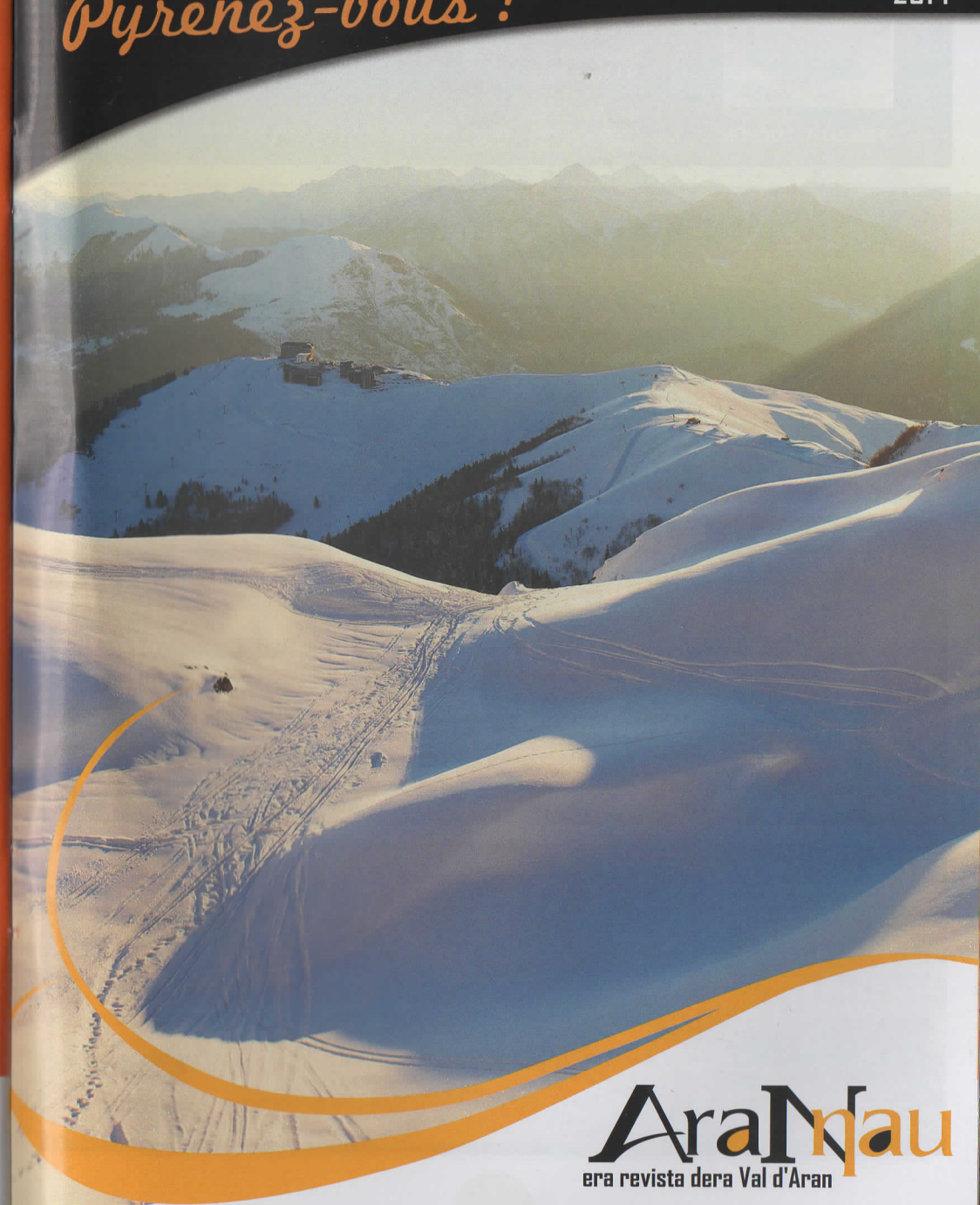
Orgànica, restes de menjar i restes vegetals

I recorda, sempre tens a prop una Deixalleria per portar electrodomèstics, pots de pintura, oli, roba, material informàtic i altres residus.



Luchon

Pyrénez-vous!



AraNjau

era revista dera Val d'Aran



Foto: O.T. LUCHON

Edición:
NAU ARAN S.C.P.

Impresión:
Indugraff Offset
Maquetación y Diseño:
Alèxia Grustan.

Directora Comercial:
M^a Rosa Puig.

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

Director de redacción:
Jorge López Pallarés.

Tirada: 5.000 ejemplares

Depósito legal: L-1145-2008

Distribución: Gratuita

TALLERES
GARONA

CARROSSERIE ET PEINTURE AUTOMOBILE
VENTE DE CHAINES ET PNEUS
REPLACEMENT DE PAREBRISÉS / MÉCANIQUE



Políg. Mijaran, Nave 3 / 25530 VIELHA
Tel. +34 973 64 02 09 / Móvil 619 03 55 71 / talleresgarona@gmail.com

Parfumerie

Esthétique

Passion

Beauté

Parfumerie Esthétique

Danièle

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



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

Fromagerie du
Vignemale

- Especialidades del Pirineo
- Quesos, patés, vinos y licores
- Biscuits y pastas

22, Allée d'Étigny
(Frente al Ayuntamiento)
31110 - LUCHON



Teléfono
00 33 561 79 88 79

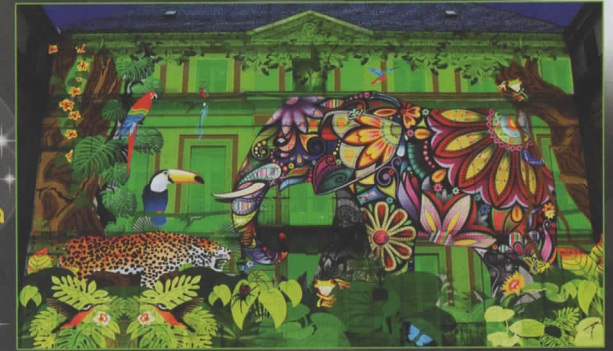
Luchon

DOMINGO 2 DE MARZO DE 2014

Al caer de la noche
empieza un espectáculo de sonido y luces
sobre la fachada del Ayuntamiento de Luchon

mapping
video
carnavalesco :

"Cuando la arquitectura
se anima".



La proyección, de 8 a 10 minutos de duración, se repetirá a lo largo de toda la noche

Pista de hielo de LUCHON

Parque de las Termas

HORARIOS DE APERTURA:

- Vacaciones escolares
Todos los días:
de las 15 horas a la 20 horas
Pago hasta las 19 horas

- Periodo Escolar

Miércoles - Sábado - Domingo:
de las 15 horas a la 20 horas
Pago hasta las 19 horas

PRECIOS

Para 2 horas de Pista,
Patines incluidos

Adultos 4,50 €

Menores de 12 años 3€

Media hora más 1€

Garantía obligatoria:

Carné de identidad o 100 €

Guantes obligatorios en la pista

Casco aconsejado para los menores de 10 años

Luchon
LA VILLE
Pyrénéz-vous !

Luchon
FORME & BIEN-ÊTRE
Pyrénéz-vous!

Vaporarium natural

único en Europa



El bienestar
en el corazón de los Pirineos

Vaporarium
ÚNICO BAÑO TURCO
NATURAL DE EUROPA
+ Piscina
EN AGUA TERMAL
15
EUROS

Espacio para niños abierto de las 10 de la mañana a las 4 de la tarde del 22 de diciembre al 5 de enero y del 23 de febrero al 16 de marzo

Foto: Alain Felix

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

Regale bienestar.
Ofrezca a sus amigos y familiares una sesión en LUCHON FORME ET BIEN ÊTRE

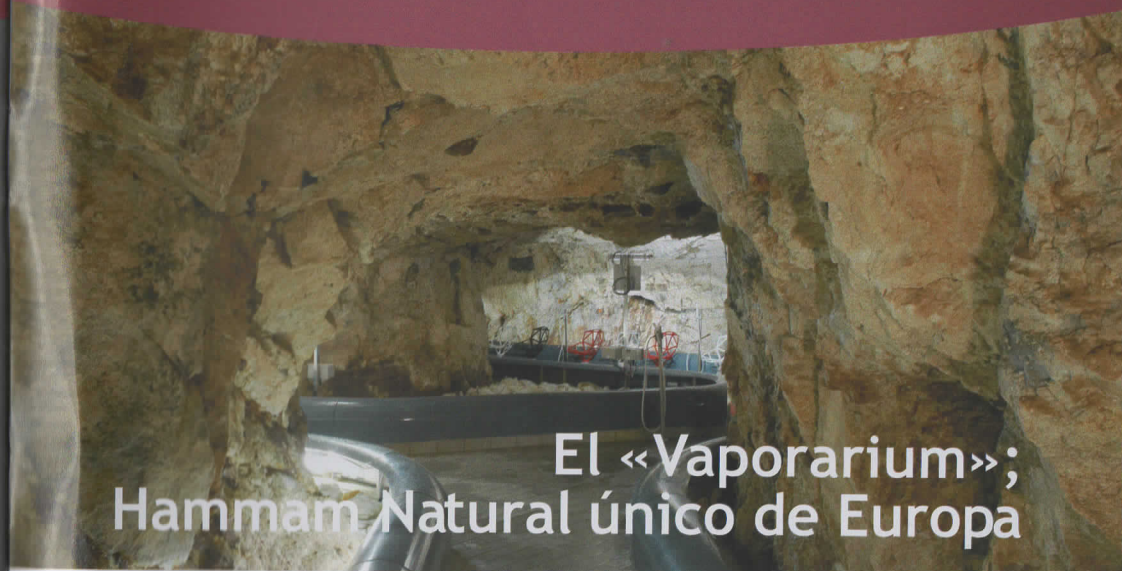


Solamente a dos pasos de la Val d'Aran

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)

vaporarium
espacios para vuestro placer



El «Vaporarium»;
Hamman Natural único de Europa

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

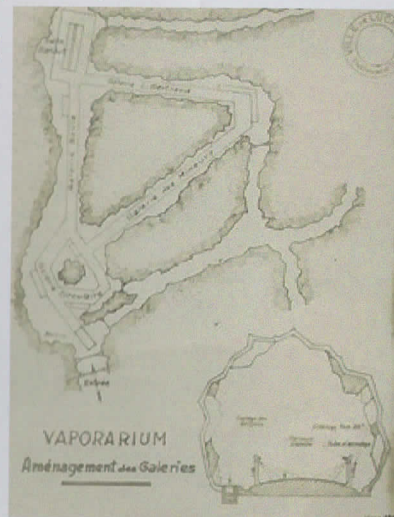
(38-42°C) y húmedo (95%) que favorece:
-El equilibrio ponderal.
-La limpieza de la piel (El azufre limpia la grasa de los poros de la piel).
-La eliminación de toxinas.
-La permeabilidad de las vías respiratorias.

« 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



Hacer una sesión normal:

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

Para un mejor bienestar común, se recomienda guardar el mayor silencio posible en el Vaporarium.

Luchon Superbagnères 2013/2014

Situado en los Pirineos Centrales Franceses (a la frontera española del Valle de Aran), LUCHON es un pueblo muy conocido por sus baños termales. Está unido a SUPERBAGNERES con Telecabina (8 minutos) o el acceso también es posible entre los dos núcleos por carretera (17 kms).

SUPERBAGNERES se ha desarrollado en torno al Grand Hôtel sobre un promontorio con excelentes vistas panorámicas. Todas las pendientes que lo circundan están repletas de pistas, lo que posibilita encontrar una bajada idónea para esquiarse en cualquier momento de la jornada.

Elegir Luchon, es encontrar después del esquí el encanto de un pueblo deportivo de invierno, es renacer gracias a los programas de salud y de forma del espacio termal, es vivir todas las sensaciones de la noche en los cines, bares, restaurantes, discotecas...

Elegir Superbagnères, es estar al pie de las pistas, en un balcón natural, es admirar los picos más altos de los Pirineos, es estar en el centro de una estación orientada hacia todos los placeres de la nieve...

Forfaits

Pass Familia

niño hasta los 18 años

**Abierto del 7 de Diciembre 2013
al 6 Abril 2014**

- 1 día adulto : 30 €
- 1 día niño (5 a 17 años cumplidos) y senior (65 a 74 años cumplidos) : 26 €
- Week end adulto : 59 €
- Week end niño y senior : 51 €
- 6 días adulto : **155** €
- 6 días niño y senior : **135** €

Días no consecutivos
2 días 6 días

- | | | |
|---------|--------------|--------------|
| • 1A+2N | 144 € | 400 € |
| • 2A+1N | 150 € | 415 € |
| • 2A+2N | 192 € | 520 € |
| • 2A+3N | 229 € | 640 € |
| • 2A+4N | 262 € | 750 € |

Apartamento

Hotel

Fin de semana (2 noches)

- 2 adultos + 2 niños (-18 años) + 2 días de esquí a partir de **130** €

Fin de semana (2 noches)

- ½ pensión + 2 días de esquí a partir de **155** €/persona en habitación doble

Semana (7 noches)

- 2 adultos + 2 niños (-18 años) + 6 días de esquí a partir de **1020** €
- 4 adultos + 6 días de esquí a partir de 250 €/persona

Esquí & Spa

- ½ pensión + 1 día de esquí + 1 forfait «Forme» al balneario a partir de **168** €/persona en habitación doble

Otras Actividades

ALQUILER DE ESQUÍ

- 2 días a partir de 34 €
- 6 días a partir de 85 €

ESCUELA DE ESQUÍ

- 6 días (2h/ día) : **130** €

BALNEARIO

- Espacio de Puesta en Forma : 15 €
El Vaporarium, el único hammam natural de Europa, un lugar mágico
- Espacio de Bienestar a partir de 44 €
Sesiones muy dirigidas, compuestas por tratamientos personalizados para su bienestar

RAQUETAS DE NIEVE

- ½ día : 22 €
(raquetas incluidas)

→ Y OTRAS ACTIVIDADES : Airboard, Parapente, Cascada de hielo...

JAZZ EN FESTIVAL 6 du 9 mars 2014 CORDÉE

JACKY
TERRASSON
STEPHANE
BELMONDO

RAPHAEL LEMONNIER
CHINA MOSES

THOMAS KRETZSCHMAR QUARTET

HANCOCK EN STOCK

LUCHON 31

Jazz > Neige > Soleil >>> Sourire !



índice anunciantes

ALQUILER MAQUINARIA Calvo (Vielha)	10	INFORMATICA Vielha Computer (Vielha)	5	Talleres Salva (Vielha)	3
ASESORIAS - GESTORIAS- ABOGADOS Cadion (Vielha) Cudos (Vielha)	7 12	INMOBILIARIAS -PROMOTORES Eth Puntet (Vielha) Gran Aran (Vielha)	3 7	Automóviles Tonés (Barbastró)	14
BARES & COPAS Eth Trèbol (Arties)	11	LAVANDERIAS- TINTORERIAS Jonerick (Betren) Vielha	14	Talleres Mijarán (Vielha)	15
BOLSOS Alexia Grustan	9	LIBRERIAS Eth Plumier (Vielha)	7	Norauto (Gourdan Polignan)	17
CONSTRUCCIONES Gran Aran (Vielha) Gallaecia 2006 (Casau)	7 11	LIMPIEZA DE CHIMENEAS Limpiezas de Chimeneas (Sort)	7	TELECOMUNICACIONES J. Estrada (Vielha)	7
CORTINAS y TAPICERIAS Magatzems Sant Jordi (Lérida)	9	MEDICINA DEPORTIVA Sport Club Medical (Vielha)	9	TERMAS Termas Baronía de Les (Les)	23
DENTISTAS Clínica Odontológica Dr. Chela (Vielha)	2	POMPAS FUNEBRES Funeraria Saura (Vielha)	11	VETERINARIOS Aran Veterinaris (Vielha)	22
ESCUELAS DE ESQUI Era Escòla (Salardú)	21	ROPA INFANTIL Belanena (Vielha)	9		
ESTACIONES DE ESQUÍ Le Mourtis (St. Beat)	23	RESTAURANTES Era Tiurna (Les) Restaurante Coto Março (Vielha) Era Casuca (Arties)	3 11 5		
INSTALACIONES ELÉCTRICAS J. Estrada (Vielha)	7	SEGURIDAD Aran Seguretat (Casau)	5		
FOTOGRAFIA Aran Color (Vielha) Elena Vallés	17 11	SEGUROS Mapfre (Vielha)	12		
HOTELES Meliá Royal Tanau (Tanau) Sol Vielha (Vielha)	15 15	SUPERMERCADOS Super U (Gourdan Polignan)	17		
		TALLERES AUTOMOVILES Talleres Garona (Vielha)	7		

índice anunciantes revista LUCHON

ALIMENTACIÓN Le Vignemale (Luchon)	2	PERFUMERIAS Y ESTETICA Danielle Perfumerie (Luchon)	2
CONSTRUCCIONES Gran Aran (Vielha)	2	TALLERES AUTOMÓVILES Talleres Garona (Vielha)	2
ESTACIONES DE ESQUI Luchon Superbagnères	6/7	TERMAS Luchon Forme et Bien Être (Luchon)	4/5

Castellón, la fusión del **Mediterráneo** con el hombre.

Disfruta de sensaciones mediterráneas en sus playas, cultura, naturaleza, luz, fiestas, montañas, noche, sol,...

Castellón, un lugar diferente para no perderse...



www.turismodecastellon.com



www.facebook.com/turismodecastellon



<http://twitter.com/turcastellon>