

era revista dera Val d'Aran

AraNau

Revista Mensual GRATUITA

com

Nº 67

ABRIU
2014



Suplemento

Luchon

Pyrénez-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 + DIAGNOSTICO 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

NOVEDAD

FINANCIADO

Local Comercial en
Vielha. 230 m²
421.500 €

NOVEDAD

FINANCIADA

Casa en Pleta
Cuyas de Baqueira
449.000 €

ALQUILER

Alquiler de local
comercial con
terraza en Vielha

Puntet
Immobilària

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

NOVEDAD

FINANCIADA

Casa en la Pleta de
Baqueira
950.000 €

**Casa de 3 hab.
en Gausac
295.000 €**

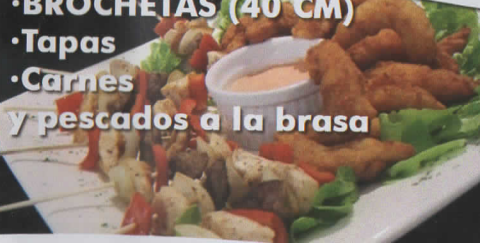
**Casa 4 hab.
en Arró
¡160.000 €!**

**Casa-chalet. 7 hab.
4 ha. de terreno.
A 1km de Vielha**

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



Semana Santa en Bossòst
Foto: Ertik Codina

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
- 10 Agenda
- 12 Teléfonos de interés
- 13 Anuncios económicos
- 14 Trucos
- 15 Medicina Estética
- 16 Biblioteca
- 18/19 Horarios de autobuses
- 20 Gent d'Aran
- 24 Mascotas
- 26 Diplomacia Aranesa
- 28 Aran pour nous amis français
- 30 Era val d'auti tempsi
- 32 Noticias Bossòst
- 41 Jazz en Comminges
- 42 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

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

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

NEW COLLECTION

alèxia grustan

recycled with love

hand made

alexia-grustan.com

Eth sindic d'Aran presente ath conseller de Salut, Boi Ruiz, eth projecte des òbres de reforma der Espitau dera Val d'Aran

Eth sindic d'Aran, Carlos Barrera, s'amassèc damb eth conseller de Salut dera Generalitat de Catalunya, Boi Ruiz, entà presentar-li eth projecte des òbres de reforma der Espitau dera Val d'Aran. Eth passat mes d'hereuer eth sindic d'Aran, Carlos Barrera, s'amassèc damb eth conseller de Salut dera Generalitat de Catalunya, Boi Ruiz, a on li presentèc eth projecte des òbres de reforma der Espitau dera Val d'Aran qu'afectaràn ar airau quirúrgic (damb ua dusau sala d'operacions e ua naua zòna d'obstetricia) e ar accés ara planta -1.

Ara reünion, que se celebrèc en Conselh Generau d'Aran, tanben assistiren eth vicesindic prumèr d'Aran, Luis Carlos Medina, er alcalde de Vielha e Mijaran, Àlex Moga, era directora deth Servici Aranès de Benèster e Salut, M. Angels Borràs, er assessor

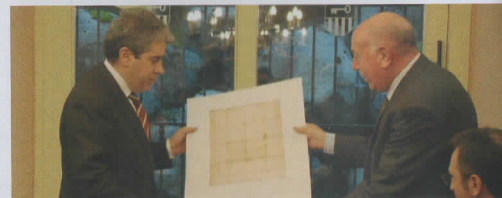
en matèria sanitària deth Govern d'Aran, Francesc Fernández, eth gerent des regions sanitàries de Lleida e Naut Pirenèu e Aran, Josep Pifarré, e eth cap d'Unitat de Planificacion, Croma e Avaloracion dera Region Sanitària Naut Pirenèu e Aran, Felip Benavent.



Eth sindic d'Aran demane supòrt ath conseller dera Presidència entà pr'amor de restituir servicis ena Val d'Aran

Francesc Homs, conseller de la Presidència e pòrtavotz deth govèrn dera Generalitat de Catalunya, a visitat era Val d'Aran, a on l'a arrecebut ena Casa deth Senhor d'Arròs, sedença institucionau deth Conselh Generau d'Aran, eth sindic d'Aran, Carlos Barrera, acompanyat peth Plen deth Conselh Generau, peth deputat e alcalde de Vielha e Mijaran, Àlex Moga, e peth delegat territorial deth govèrn, Albert Alins. Homs, s'a amassat damb toti es assistents e eth sindic d'Aran, Carlos Barrera li a demanat "supòrt as municipis aranesi entà pr'amor de poder restituir es servicis dempús des aiguats deth passat mes de junh, atau coma supòrt tanben ath sector ramadèr. Damb era taxa turística, demoram poder restituir es pistes forestaus entà poder accedir as endrets més emblematics dera Val d'Aran. Em conscienti

qu'er accés ar entorn naturau dera Val d'Aran ei un des atractius dera nòsta destinacion turística". Tanben an parlat des dues iniciatius legaus: era Lei des govèrns locals e era Lei d'Aran. Homs, a soslinhat que "des deth govèrn de Catalunya se harà tot çò que sigue deth sòn abast entà poder a aprovar era Lei d'Aran en 2014".



Gran exit de participacion d'ua naua edicion dera hèsta gastronomica "Era Òlhada"

Eth passat dimenje 9 de mars, Foment Torisme Val d'Aran, organizèc ua naua edicion d'"Era Òlhada", er eveniment gastronomic dedicat a un des plats tipics dera Val d'Aran: era òlha aranesa. Aquesta jornada se celebrèc en Plan de Beret, e compdèc damb era participacion dera Escola d'Ostalaria de Les coma encargat de codinar aquest plat.

Entà poder degustar era òlha aranesa, se veneren tiquets per 3€. Ara fin se veneren prèc de 500 tiquets de degustacion, en tot confirmar era capitada d'acuèlh qu'auèc er eveniment. En tot profitat eth bon temps que hec pendent aquesta jornada, fòrça gent que se trobaue ena estacion d'esquí de Baqueira Beret s'apropèc ar eveniment.

"Un còp més podem èster satisfèts peth resultat qu'auem obtengut en aquesta naua edicion d'Era Òlhada, donques qu'es 500 tiquets que se veneren, demòstre qu'era gent ei concientiada en conèisher era gastronomia deth nòste territòri", comentèc era conselheira de Torisme, Comèrc e Consum, Anna Díaz.



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
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.

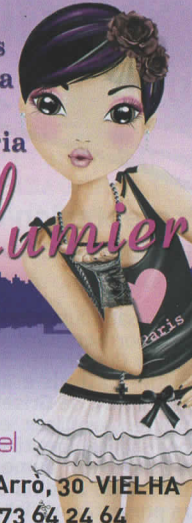
Gestion

LABORAU FISCAU COMPTABLE

973 64 20 79

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

Prensa
Revistes
Llibreria
Regals
Papereria



Plumier

TOPModel

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

LIMPIEZA DE CHIMENEAS

EXTRACTORES DE RESTAURANTES

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

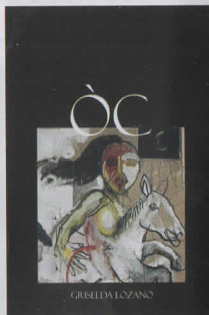
Presentacion dera novella istorica "Òc" de Griselda Lozano e deth libre de poesia e fotografia "Aran" de Kim Castells e Jèp de Montoya en Born

Eth passat dimars, 11 de març en Espaci Gastronomic deth Born en Born Centre Culturau de Barcelona (Carrèr Comerciau, 5) se presentèc eth libre ARAN, de Kim Castells e Jèp de Montoya e era novella istorica, ÒC de Griselda Lozano.

Ar acte i assistiren eth tinent d'alcalde de Cultura, Coneishença, Creativitat e Innovacion der Ajuntament de Barcelona, Jaume Ciurana; eth vicesindic d'Aran, Luis Carlos Medina e es autors e editors des libres. Era presentacion debane laguens eth marc der acòrd de colaboracion signat entre er Ajuntament de Barcelona e eth Conselh Generau d'Aran en octobre deth 2012 e qu'a era fin de promòir era preséncia dera lengua e era cultura aranesa en Barcelona. ARAN combine es fòtos artistiques de Kim Castells damb tèxtes d'eth madeish e de Jèp de Montoya, atau coma 14 poèmes d'aguest darrèr, que composen ua glossa intima dera Val d'Aran en tres lengües, aranés, catalan e castelhan.

ÒC

Ena commemoracion deth 800 anniversari dera pèrta dera Batalha de Murèth que debanèc eth 1213 e que frenèc era expansion dera Corona catalanoaragonesa per tèrres occitanes era autora, Griselda Lozano, bastis un teishum per descobrir totes es vicissituds e es conjontures viscudes en es ans e dies anteriors ara Batalha de Murèth pes diferenti protagonistes: Pere II d'Aragon, Simon de Monfort, eth Papa Innocenci III, Maria de Montpelhèr, Raimon IV de Tolosa o eth legat Arnau Almaric, entre d'auti.



Eth Conselh Generau d'Aran restaure "Era Querimònia"

Eth govèrn deth Conselh Generau d'Aran a enviàt a restaurar "Era Querimònia" des der Archiu Generau d'Aran ath Centre de Restauracion de Béns Mobles de Catalunya (CRBMC) en Valldorèix.

Eth document d'Era Querimònia siguec autrejat peth rei Jaume II en 1313 e en eth s'arremasen determinats drets consuetudinaris acceptats o modificats peth monarca.

En paraules deth cap de Cultura e Patrimòni d'Aran, Jèp de Montoya, "actuaument eth document presènte lordèra generalizada: ei ressec, a arripes e plegs, tanben a taques de diuèrsa naturalesa, pèrtes de supòrt e restauracions antigues que provoquen tension en supòrt.

"Pendent eth procés de restauracion e digitalizacion deth document se procedirà ara realizacion d'un

video de difusion, qu'arremassarà es donades istoriques e archivisticas que viren ath torn dera Carta Magna aranesa" a hijut eth sindic d'Aran, Carlos Barrera.

Aguesti trabalhs an estat promoiguts peth Conselh Generau d'Aran e peth Departament de Cultura dera Generalitat de Catalunya.



Eth Conselh Generau d'Aran encete un programa d'estudi e restauracion deth valuós conjunt de relòtges mecanics des campanaus dera Val d'Aran

Gràcies ara colaboracion totaument desinteressada deth senhor Howard Bradley, expèrt en relòtges mecanics de campanau, eth Conselh Generau d'Aran, a podut encetar un programa d'estudi e restauracion deth valuós conjunt de relòtges mecanics, datadi entre es sègles XVI e XIX, que se consèrven enes campanaus dera Val d'Aran.

Eth prumèr en èster estudiad e restaurat a estat eth relòtge de Garòs que pera inscripcion que i a gravada, se sap que siguec bastit en 1714 entath campanau de

Sta. Maria d'Arties. Tanben coneishem eth nòm deth relòtger e des sòns promotors, persones plan subergessentes ena vida politica d'Arties e dera Val d'Aran.

"En aguesti moments se trabalhe en estudi e restauracion de d'auti relòtges tà pr'amor de méter en valor e hèr a conèisher aguesti elements integrants deth nòste patrimòni culturau enquia ara tan desconèishudi" a manifestat, Carlos Barrera, sindic d'Aran.



Cortines Sant Jordi
Tapisseria internacional

Profesionales del sector de la cortina y tapiceria.

Disponemos de taller de confección e instalación propios.

Para península y baleares

Divisiones:

- viviendas
- Oficinas
- Hosteleria
- Contract.

c/Penedes, 87 · LLEIDA
Tel. 973 24 99 50 · Fax 973 24 99 54
www.cortinessantjordi.com

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



SERVICI JUDICIAU
ALTA RIBAGORÇA I
VAL D'ARAN

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

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

coleccion primavera-verano

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



de 10 a 13,00 y de 2,30 a 7 h.
Abierto todos los días
Tel. 973 64 72 02
LES (Val d'Aran)

Pyrenées Hô

Parque temático de aventura

Abierto en Semana Santa

NOVEDAD 2013
"La Torre del Salto"

Todos los recorridos disponen de un sistema de seguridad que impide que el arnés se desenganche.

Pyrenées-Hô
31440 Cierp Gaud
0033.5.61.94.08.36
www.pyrenees-ho.com
infos@pyrenees-ho.com

L'AJUNTAMENT DE VIELHA E MIJARAN PRESENTA LES ACTIVITATS DE SENSIBILITZACIÓ AL VOLTANT DE L'AIGUA, INCLOSES EN EL PROJECTE EUROPEU SUD'EAU 2

L'Alcalde de Vielha e Mijaran Alex Moga y la responsable de l'empresa Verd e Blu Sara Arjó, han presentat el material didàctic i les activitats previstes en la campanya de sensibilització al voltant de l'aigua, incloses en el projecte europeu SUD'EAU 2. (www.sudeau.eu)

Aquest projecte d'educació ambiental està dividit en dues activitats: "El Garona en Joc" adreçat als alumnes del Col·legi Garona i la segona una sessió d'animació turística titulada "Un tresor al Garona". La primera activitat "El Garona en joc" està dirigit als escolars del Col·legi Garona i en ella hi participaran els alumnes de P3 fins a 4rt. mitjançant diferents tallers i activitats adaptats a les necessitats i edats corresponents: sortides al camp, titelles, jocs interactius... etc, amb l'objectiu d'apropar-los als ecosistemes aquàtics, fent-los conèixedors de les espècies emblemàtiques que viuen en ell, demostrant la importància de preservar els nostres rius en un bon estat per poder continuar compartint territori amb elles.

La segona activitat "Un tresor al Garona", és un projecte d'educació ambiental per a la ciutadania que es realitzarà els dies 19 i 20 d'abril coincidint amb Setmana Santa, època de molta afluència turística i que per tant permetrà arribar a més públic, mitjançant dinamització amb dibuixos de mida gran de les espècies de fauna que protagonitzen el projecte i tallers participatius, ambdós aptes pel públic infantil i adult.



EXPOSICION
CINEMA EN TEMPS DE GUERRA, EXILI I REPRESSIÓ 1936-1975
MEMORIAL DEMOCRÀTIC
Deth 7 d'abriu enquiath 31 de mai de 2014
Sala d'Exposicions de Vielha
Av. Pas d'Arró, 7
De 19.00 enquiath 21.00 ores. Dimars a dimenge
Entrada gratuïta

Ajuntament de Vielha e Mijaran Col·labora: Memorial Democràtic Generalitat de Catalunya

Actividades en Aran
ABRIL

Día 5:
CHILL TERMES - LES. Termes Baronía de Les organiza las sesiones LUAPLEACHILLTERMES, sesiones nocturnas en el circuito termal realizadas con luna llena, el primer sábado del mes, con música ambiental en directo, copa de cava con casis y chupachups de fruta con chocolate.

Del 12 al 19:
JORNADAS DEL PIRENEISMO - PYRENADES - SALARDU. Excursiones, caminatas, exposiciones, conferencias, conciertos, etc. todo relacionado con el Pireneismo. Más info en www.pyrenades.es

- 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.



alquiler y venta de maquinaria
JOAQUÍN CALVO



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

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

ALQ.JCR@vallesaranribagorza.com

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

*música e informacions transfrontalières **

RADIO VAL PIRENEOS

*music and informations that crosses all borders

www.rvpfm.net 99.5 fm Comminges



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

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
 MUSÉUS 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

Se traspasa bar-
 cafetería, en el centro
 de Vielha, a pleno
 rendimiento por
 cambio de residencia.
 Totalmente equipado.
 Tel. 665 441 346



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

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

Ocasión: piso en
 Betren, de 110m², 3
 habitaciones y 2 baños
 completos. Salón
 comedor con
 chimenea. Recibidor.
 Totalmente equipado.
 Plaza de parking. Para
 entrar a vivir.
 Tel. 649.990.508

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



**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



CUIDAMOS MASCOTAS:
 ¿No tiene dónde dejar su
 mascota? ¿Se quiere ir
 de fin de semana con
 toda la tranquilidad? No
 dude en llamarnos se la
 cuidaremos con todo el
 cariño.
 Tel. 653 14 85 86



MONTAUBAN,
 A media hora de Toulouse
 y en una zona muy
 tranquila rodeada de
 jardines, se alquila
 pequeño apartamento en
 planta baja, para 1 o 2
 personas-Totalmente
 equipado. Parking en el
 jardín de la casa. Bus a 50
 m. Comercios y
 establecimientos a menos
 de 200 m. Próximo a zonas
 de senderos pedestres y
 piscinas.
 Consultar precios y
 disponibilidad al
 telef. 00 33 682 41 88 39



Departament jurídic:

- *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

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

LIMPIAR EL FONDO SIN RAYAR:

Cuando tengas que limpiar el fondo de tu olla porque se te ha quedado algo quemado y para no rayar el fondo del esmalte, pon a calentarla con un poco de agua y vinagre. ¡Se limpia sola!

TOQUE ESPECIAL AL GAZPACHO:

Si quieres darle a tu gazpacho un punto de sabor original y conseguir además que el sabor no repita al comerlo, añade una cucharadita de cominos molidos.

HUEVOS DURADEROS:

Conservar los huevos crudos por más tiempo es fácil si tienes la precaución de ponerlos dentro del frigorífico en un recipiente cerrado y cubiertos completamente con sal gorda.

CRISTALES BRILLANTES:

Llena un cubo con agua caliente, añade una cebolla cortada en dos y limpia los cristales con esta solución. Verás cómo quedan más brillantes y sin rastro de huellas. Siempre funciona.

ESCOGER PIÑAS:

Elegir la mejor piña es fácil si, antes de comprarla, le arrancas alguna escama. Si ésta sale fácilmente, con crujido, es que está madura y lista para comer. Si no, es que aún esta algo verde.

MANCHAS DE MAQUILLAJE:

Para quitar las manchas que deja el maquillaje en la ropa, pon sobre ellas una mezcla de polvos de talco y sal. Transcurridos unos minutos, cepilla la prenda.

LANA APELMAZADA:

¿Tu jersey favorito se ha quedado como una piedra? Déjalo toda la noche en remojo en agua fría con unas cucharadas de bicarbonato y ponlo a secar. Quedará como nuevo.

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, pidanos presupuesto sin compromiso para la revisión de su vehículo.

El Plasma rico en plaquetas o PRPFC para la bioestimulación y recuperación cutánea.

Es un placer volver a encontrarme con los lectores de esta atractiva revista después de varios meses de ausencia. Y con un tema de candente actualidad: El tratamiento con Plasma Rico en Plaquetas ha tenido una enorme repercusión en los últimos años tanto en revistas científicas como de divulgación general. Su importancia para tratar el envejecimiento es notable sobre todo dentro de un protocolo general donde se complete con otros tratamientos eficaces (peeling médico, infiltración de ácido hialurónico, revitalización con productos biológicos, botox, etc.).

El tratamiento comienza con la extracción de una pequeña cantidad de sangre del paciente (unos 20 ml) la cual se centrifuga y se activa hasta conseguir plasma en el que se concentra una cantidad considerable de factores de crecimiento. Esto es lo que provoca el efecto positivo cuando se administra en la piel según técnicas de Biomesoterapia. El Plasma Rico en Plaquetas, activado, provoca las acciones siguientes en los tejidos:

- Bioestimulación, activando la síntesis y producción de fibras colágenas, elásticas y ácido hialurónico.
- Hidratación de la piel mejorando la pequeña circulación (microcirculación) y la circulación linfática (responsable de la eliminación de toxinas).
- Nutre y oxigena las células de la piel de un modo óptimo.

La eficacia del tratamiento con PRPFC es notable, además, en otras especialidades médicas como la cirugía maxilofacial y la traumatología. En Medicina Estética el procedimiento es el siguiente:

1. Estudio de la piel, del problema estético y planteamiento del tratamiento. En esta primera fase se explica la técnica y las expectativas a conseguir.
2. En la primera sesión se prepara en el acto el plasma rico en plaquetas, se activa y se administra



PLASMA RICO EN PLAQUETAS (PRP)



Bioestimulación Facial

en la piel del rostro o del cuerpo. La técnica de administración es similar a la mesoterapia. Infiltraciones muy superficiales practicamente sin dolor en la zona de piel envejecida, con arrugas, con acúmulo de líquidos, etc.

3. El mantenimiento. Son aconsejables 2-4 sesiones al año para conseguir los mejores efectos.

¿Será preciso que indique que este procedimiento no es una panacea? Los mejores efectos se consiguen con la constancia y la fidelidad al tratamiento. La mayor parte de las veces es aconsejable combinarlo con infiltraciones de ácido hialurónico (elimina el surco de las arrugas), botox (borra las arrugas del entrecejo) o peeling médico (renueva totalmente la capa superficial de la piel).

Los efectos secundarios son mínimos ya que se prepara a partir de la sangre del propio paciente. Únicamente los mismos que cualquier inyección local.

Dra. María José Cutando Longás
Medicina Estética. Nutrición y dietética.
Médica colegiada nº 12.011

MEDICINA ESTÉTICA (Hombre- Mujer) DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

Dra. M^a JOSÉ CUTANDO

- Obesidad. Celulitis
- Test intolerancia alimenticia
- Mesoterapia : corporal y facial
- Arrugas:
 - . Bótox (Vistabel)
 - . Ac.Hialurónico
 - . Plasma rico en plaquetas (PRPFC)
- Relleno de labios
- Manchas: peeling médico
- Varices y varículas
- Puntas rubí
- Verrugas

CONSULTA DE LUNES A VIERNES
PREVIA CITA (Tel 661686 484)

www.mjcutando.wordpress.com

Plaza Pas d'Arró 5 1^o 3^a
25530 VIELHA

información gratuita.



Profitam qu'aguest mes auem era exposicion *Animal!* ena Bibliotèca Generau de Vielha entà convidar-vos a visitar-la e hèr-vos ua recomanacion sus es libres d'animaus qu'auetz ara vòsta disposicion ena bibliotèca. *Animal!* qu'ei ua mòstra literària e fotografica sus es bèsties qu'a er objectiu de difòner tèxtes dera literatura populara e tradicionau e tanben dera literatura culta, a traues dera uelhada fotografica dera artista Tanit Plaça. Vos convidam a visitar-la e a gaudir d'aguesti libres bestiaus qu'auetz ara vòsta disposicion ena bibliotèca.

DE BECKER, Geneviève: *Els rècords dels animals*. [Barcelona]: Llançalletres, 2009.
Segur que coneishetz eth libre Guinness des recòrds, vertat? Donques aciú que n'auetz era version animau, entà que pogatz aprèner curiositats com se quin ei eth mamífer més resistent, o eth que saute més, o era bèstia més rapida, era qu'a més bona vista, era més escarrahada, era que pòt viuer més ans e era qu'a era vida més cuerta. Dilheu les aurièn de deishar participar enes Jòcs Olimpics...

FERNÁNDEZ PAZ, Agustín: *Eth tresaur deth dragon Smaug*. Barcelona: La Galera, 1992.
Era gent deth país de Moebia qu'a pòur, fòrça pòur d'un dragon terrible... Se voletz saber se com s'ac hè era princesa entà vencer-lo, que l'auratz de liéger.

FRATTINI, Stéphane: *Saps on visc?* Barcelona: Cruilla, 2010.
Se voletz saber a on viu cada bèstia non vos cau hèr sonque daurir es pagines d'aguest libre e l'heuar era pestanha corresponenta: i trobaratz un os, bèra vèspa, un parelh de vops, quate audèths, milèrs de hormigues e un pilèr de supreses més.

JENKINS, Steve: *Mida real*. Barcelona: Joventut, 2005.
Un libre plan ben illustrat que mòstre, a mesura reau, era parpathòla *Attacus atlas* ath costat deth peish més petit deth mon, un uelh deth calamar gigant, eth cap der os ròi d'Alaska, era lengua d'un os hormiguer, ua tarantula Goliat, era boca enòrma d'un cocodríl, era caròta d'un tigre siberian o eth pe d'un elefant african.

La enciclopedia de los animales. Madrid: Ediciones SM, 2006.
Entà sabé' e tot des bèsties qu'auetz de besonh aguesta enciclopèdia

monovolum: i trobaratz, en apartat des mamífers, totes es espècies de balenes que i a en mon; enes ungladi, es cosins deth cèrvi pirenenc qu'abiten en d'auti continents; es audèths més plumadi e colorits des cinc continents; es sèrps més verenoses d'Asia e Africa; es parpathòles més granes e més polides der univèrs.

LEDU, Stéphanie: *Els animals del món: atles*. Barcelona: Cruilla, 2012.
Un atles entà conèisher, s'encara non les sabetz, se quines son es bèsties qu'abiten cada un des cinc continents: es addax, ai-ais, dromedaris, mandrils, ocapis en Africa; es alligatòrs, coiòts, ants, e bisonts en America; es elefants, orangotans, òrxis en Asia; es agles, lops, ossi ròis, sangliers e isards en Euròpa; e es cangoros, cachelòts, coales e dingos en Oceania.

LLULL, Ramon: *El libre de les bèsties*. Barcelona: L'Atzar, 1982.
Un classic dera literatura, revisitat. Ua oportunitat entà apropar nos ara obra de Ramon Llull, ua des granes figures dera epòca medievau. Aguest libre qu'ei ua reflexion social e politica en forma de conde, qu'explique es maquinacions dera vop entà poder reinar sus es autes bèsties.

MARTÍ, Meritxell: *Els animals*. Barcelona: Parramón, 2006.
Eth libre perfècte entà qu'es més petiti de casa aprenguen a distinguir es bèsties: i trobaratz, illustradi, toti es animaus sauvatges, es domestics, es mamífers e es peishi, es audèths e es amfibis.

MUDD-RUTH, Maria: *Insectes*. Barcelona: Combel, 2010.
Se vós descòrrir eth mon extraordinari des insectes, damb aguest libre en tres dimensions qu'ac saberàs tot sus aguestes bèsties tan petites: damb desplegabes, minilibres e aròdes explicatives dera metamorfòsi dera mosca o sus era casa des abelhes.

BESTIAU !

Activitats ena Bibliotèca Generau de Vielha

ABRIU

Exposicion "Animal!", ath long de tot eth mes.

Exposicion "Cent ans sense Frederic Mistral (1914-2014)", damb motiu deth centenari dera sua mòrt.

Dimèrcles 2:
"A grapes pera bibliotèca", activitat d'animacion ara lectura entà mainatjons de 0 a 3 ans, tàs 11h30.

Dijaus 3:
Projeccion d' "Alicia en el país de las maravillas", en diboisshi animadi, tàs 17h30.

Dimèrcles 9:
"A grapes pera bibliotèca", activitat d'animacion ara lectura entà mainatjons de 0 a 3 ans, tàs 11h30.

Dijaus 10:
Talhèr d'estimulacion musicau prenatau, a cargue d'Aina Camp, tàs 15h15 ena Escòla Mairau "Era Cunhèra".

Dijaus 10:
Ora deth conde, tàs 18h.

Dissabte 12:
Talhèr de "Mandalas", tàs 17h30h, damb Aina Camp.

Dimèrcles 23:
"A grapes pera bibliotèca", activitat d'animacion ara lectura entà mainatjons de 0 a 3 ans, tàs 11h30.

Dimèrcles 23:
dia de Sant Jòrdi: era exposicion "Qui coneix l'Alicia al País de les Meravelles?" explicada as adults.

Diuendres 25:
Club de lectura en occitan, a compdar des 19h.

Dimars 29: Club de lectura entàs adults, a compdar des 20h.

Dimèrcles 30: "A grapes pera bibliotèca", activitat d'animacion ara lectura entà mainatjons de 0 a 3 ans, tàs 11h30.

Jardí Pradel
Nueva Ampliación de nuestras instalaciones para su mayor comodidad

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

15, avenue de Toulouse - 31110 LUCHON / Tél. 0033 561 79 80 90 Fax 0033 561 79 01 34 / pradel.horticulture@wanadoo.fr

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

ALDI de 9 h à 19 h du lundi au samedi	Styleco 05 61 94 22 60	Châteaux 05 61 94 40 08	BRICORAMA 05 61 89 98 89	Point Vert 05 61 88 40 43	NORISKO 05 61 94 25 73	SUPER U 05 61 95 79 79	flunch Ouvert 7/7/ de 8 h à 21 h 30
--	----------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	--

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

horario de autobuses

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

BAQUEIRA TÀ PONTAUT

	07:30	07:50	08:30	09:30	10:30	11:30	12:30	13:30	15:10	15:30	16:30	17:35	18:30	19:30	20:30	21:30	22:20
BAQUEIRA																	
TREDÓS	07:34	07:54	08:34	09:34	10:34	11:34	12:34	13:34	15:14	15:34	16:34	17:39	18:34	19:34	20:34	21:34	22:24
SALARDÚ	07:35	07:56	08:36	09:36	10:36	11:36	12:36	13:36	15:16	15:36	16:36	17:40	18:36	19:36	20:36	21:36	22:26
CESSA	07:36	08:01	08:38	09:38	10:38	11:38	12:38	13:38	15:18	15:38	16:38	17:41	18:38	19:38	20:38	21:38	22:28
ARTIES	07:37	08:02	08:41	09:41	10:41	11:41	12:41	13:41	15:19	15:39	16:39	17:42	18:39	19:39	20:39	21:39	22:29
GARÓS	07:38	08:03	08:42	09:42	10:42	11:42	12:42	13:42	15:20	15:40	16:40	17:43	18:40	19:40	20:40	21:40	22:30
CASARILH	07:41	08:07	08:46	09:46	10:46	11:46	12:46	13:46	15:22	15:41	16:41	17:46	18:41	19:41	20:41	21:41	22:31
ESCUNHAU	07:42	08:09	08:49	09:49	10:49	11:49	12:49	13:49	15:24	15:42	16:42	17:47	18:42	19:42	20:42	21:42	22:32
BETREN	07:44	08:11	08:52	09:52	10:52	11:52	12:52	13:52	15:26	15:44	16:44	17:49	18:44	19:44	20:44	21:44	22:34
VIELHA Colegò	07:46	08:12	08:58	09:45	10:45	11:45	12:45	13:45	15:28	15:46	16:46	17:50	18:46	19:46	20:46	21:46	22:36
VIELHA Sapporo	07:48	08:15	09:00	09:46	10:46	11:46	12:46	13:46	15:30	15:48	16:48	17:51	18:48	19:48	20:48	21:48	22:38
VIELHA Iglesia	07:48	08:16	08:59	09:46	10:46	11:46	12:46	13:46	15:30	15:48	16:48	17:51	18:48	19:48	20:48	21:48	22:38
VIELHA Central	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00	
VIELHA Mij Aran	08:01	09:01	10:01	11:01	12:01	13:01	14:01	15:01	16:01	17:01	18:01	19:01	20:01	21:01	22:01	23:01	
VILAC	08:03	09:03	10:03	11:03	12:03	13:03	14:03	15:03	16:03	17:03	18:03	19:03	20:03	21:03	22:03	23:03	
BETLAN	08:04	09:04	10:04	11:04	12:04	13:04	14:04	15:04	16:04	17:04	18:04	19:04	20:04	21:04	22:04	23:04	
AUBÈRT	08:05	09:05	10:05	11:05	12:05	13:05	14:05	15:05	16:05	17:05	18:05	19:05	20:05	21:05	22:05	23:05	
PONT D'ARRÓS	08:07	09:07	10:07	11:07	12:07	13:07	14:07	15:07	16:07	17:07	18:07	19:07	20:07	21:07	22:07	23:07	
BENÓS	08:08	09:08	10:08	11:08	12:08	13:08	14:08	15:08	16:08	17:08	18:08	19:08	20:08	21:08	22:08	23:08	
ES BORDÈS	08:09	09:09	10:09	11:09	12:09	13:09	14:09	15:09	16:09	17:09	18:09	19:09	20:09	21:09	22:09	23:09	
ARRÒ	08:10	09:10	10:10	11:10	12:10	13:10	14:10	15:10	16:10	17:10	18:10	19:10	20:10	21:10	22:10	23:10	
ERA BORDETA	08:11	09:11	10:11	11:11	12:11	13:11	14:11	15:11	16:11	17:11	18:11	19:11	20:11	21:11	22:11	23:11	
BOSSÒST	08:15	09:15	10:15	11:15	12:15	13:15	14:15	15:15	16:15	17:15	18:15	19:15	20:15	21:15	22:15	23:15	
LES	08:20	09:20	10:20	11:20	12:20	13:20	14:20	15:20	16:20	17:20	18:20	19:20	20:20	21:20	22:20	23:20	
PONTAUT	08:25						15:10			17:40							

DE DELUNS A DIUENDRES

DE DELUNS A DIUENDRES

	07:45	08:20	09:20	10:20	11:20	12:20	13:20	15:10	15:50	16:20	17:35	18:30	19:20	20:20	21:20	22:20
BAQUEIRA																
TREDÓS	07:44	08:16	09:16	10:16	11:16	12:16	13:16	15:03	15:36	16:16	17:29	18:26	19:16	20:16	21:16	22:16
SALARDÚ	07:43	08:14	09:14	10:14	11:14	12:14	13:14	15:00	15:34	16:14	17:27	18:24	19:14	20:14	21:14	22:14
CESSA	07:40	08:13	09:13	10:13	11:13	12:13	13:13	14:57	15:33	16:13	17:25	18:23	19:13	20:13	21:13	22:13
ARTIES	07:37	08:11	09:11	10:11	11:11	12:11	13:11	14:54	15:31	16:11	17:22	18:21	19:11	20:11	21:11	22:11
GARÓS	07:34	08:09	09:09	10:09	11:09	12:09	13:09	14:50	15:29	16:09	17:19	18:19	19:09	20:09	21:09	22:09
CASARILH	07:31	08:07	09:07	10:07	11:07	12:07	13:07	14:48	15:27	16:07	17:16	18:17	19:07	20:07	21:07	22:07
ESBUNHAU	07:29	08:06	09:06	10:06	11:06	12:06	13:06	14:46	15:26	16:06	17:14	18:16	19:06	20:06	21:06	22:06
BETREN	07:26	08:04	09:04	10:04	11:04	12:04	13:04	14:43	15:24	16:04	17:12	18:14	19:04	20:04	21:04	22:04
VIELHA Colegò	07:24	08:02	09:02	10:02	11:02	12:02	13:02	14:39	15:22	16:02	17:02	18:12	19:02	20:02	21:02	22:02
VIELHA Iglesia	07:22	08:01	09:01	10:01	11:01	12:01	13:01	14:31	15:21	16:01	17:01	18:11	19:01	20:01	21:01	22:01
VIELHA Central	07:20	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:30	15:20	16:00	17:00	18:10	19:00	20:00	21:00	22:00
VIELHA Mij Aran	07:19	07:50	08:50	09:50	10:50	11:50	12:50	14:24	15:19	15:50	16:50	18:05	19:50	20:50	21:50	22:50
VILAC	07:18	07:48	08:48	09:48	10:48	11:48	12:48	14:23	15:18	15:48	16:48	18:03	18:58	19:58	20:58	21:58
BETLAN	07:16	07:46	08:46	09:46	10:46	11:46	12:46	14:21	15:16	15:46	16:46	18:01	18:46	19:46	20:46	21:46
AUBÈRT	07:15	07:45	08:45	09:45	10:45	11:45	12:45	14:20	15:15	15:45	16:45	18:00	18:45	19:45	20:45	21:45
PONT D'ARRÓS	07:13	07:43	08:43	09:43	10:43	11:43	12:43	14:18	15:13	15:43	16:43	17:58	18:43	19:43	20:43	21:43
BENÓS	07:12	07:42	08:42	09:42	10:42	11:42	12:42	14:17	15:12	15:42	16:42	17:57	18:42	19:42	20:42	21:42
ES BORDÈS	07:11	07:41	08:41	09:41	10:41	11:41	12:41	14:16	15:11	15:41	16:41	17:56	18:41	19:41	20:41	21:41
ARRÒ	07:10	07:40	08:40	09:40	10:40	11:40	12:40	14:15	15:10	15:40	16:40	17:55	18:40	19:40	20:40	21:40
ERA BORDETA	07:09	07:39	08:39	09:39	10:39	11:39	12:39	14:14	15:09	15:39	16:39	17:54	18:39	19:39	20:39	21:39
BOSSÒST	07:06	07:36	08:36	09:36	10:36	11:36	12:36	14:10	15:06	15:36	16:36	17:50	18:36	19:36	20:36	21:36
LES	07:00	07:30	08:30	09:30	10:30	11:30	12:30	14:05	15:00	15:30	16:30	17:45	18:30	19:30	20:30	21:30
PONTAUT	07:20	08:20														

PONTAUT TÀ BAQUEIRA

BAQUEIRA TÀ PONTAUT

	07:30	08:30	09:30	11:30	12:30	13:30	16:30	16:30	17:00	17:30	19:30	21:30	22:20
BAQUEIRA													
TREDÓS	07:34	08:34	09:34	11:34	12:34	13:34	15:34	16:34	17:04	17:34	19:34	21:34	22:24
SALARDÚ	07:35	08:35	09:35	11:35	12:35	13:35	15:35	16:35	17:05	17:35	19:35	21:35	22:25
CESSA	07:36	08:36	09:36	11:36	12:36	13:36	15:36	16:36	17:06	17:36	19:36	21:36	22:26
ARTIES	07:38	08:38	09:38	11:38	12:38	13:38	15:38	16:38	17:08	17:38	19:38	21:38	22:28
GARÓS	07:40	08:40	09:40	11:40	12:40	13:40	15:40	16:40	17:10	17:40	19:40	21:40	22:30
CASARILH	07:41	08:41	09:41	11:41	12:41	13:41	15:41	16:41	17:11	17:41	19:41	21:41	22:31
ESBUNHAU	07:42	08:42	09:42	11:42	12:42	13:42	15:42	16:42	17:12	17:42	19:42	21:42	22:32
BETREN	07:44	08:44	09:44	11:44	12:44	13:44	15:44	16:44	17:14	17:44	19:44	21:44	22:34
VIELHA Sapporo	07:45	08:45	09:45	11:45	12:45	13:45	15:45	16:45	17:15	17:45	19:45	21:45	22:35
VIELHA Iglesia	07:46	08:46	09:46	11:46	12:46	13:46	15:46	16:46	17:16	17:46	19:46	21:46	22:36
VIELHA Central	08:00	09:00	10:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	20:00	22:00	23:00
VIELHA Mij Aran	08:01	09:01	10:01	12:01	13:01	14:01	15:01	16:01	17:01	18:01	20:01	22:01	23:01
VILAC	08:03	09:03	10:03	12:03	13:03	14:03	15:03	16:03	17:03	18:03	20:03	22:03	23:03
BETLAN	08:04	09:04	10:04	12:04	13:04	14:04	15:04	16:04	17:04	18:04	20:04	22:04	23:04
AUBÈRT	08:05	09:05	10:05	12:05	13:05	14:05	15:05	16:05	17:05	18:05	20:05	22:05	23:05
PONT D'ARRÓS	08:07	09:07	10:07	12:07	13:07	14:07	15:07	16:07	17:07	18:07	20:07	22:07	23:07
BENÓS	08:08	09:08	10:08	12:08	13:08	14:08	15:08	16:08	17:08	18:08	20:08	22:08	23:08
ES BORDÈS	08:09	09:09	10:09	12:09	13:09	14:09	15:09	16:09	17:09	18:09	20:09	22:09	23:09
ARRÒ	08:10	09:10	10:10	12:10	13:10	14:10	15:10	16:10	17:10	18:10	20:10	22:10	23:10
ERA BORDETA	08:11	09:11	10:11	12:11	13:11	14:11	15:11	16:11	17:11	18:11	20:11	22:11	23:11
BOSSÒST	08:15	09:15	10:15	12:15	13:15	14:15	15:1						

Director General de Tauèrnes Urtau, con una amplia experiencia en restauración basada en una carta en la que los pinchos son su máximo exponente y con presencia en Arties, Vielha, Bossòst y Girona. Nos explica el nuevo proyecto de restauración, que ya están llevando a cabo, de catering para todo el Valle de Aran y el Sur de Francia.

Buenas tardes Rafa, durante estos últimos años habéis ido ampliando los locales por todo el Valle de Aran y alguno por Girona. El año pasado cumplisteis, en Tauèrnes Urtau, 50 años y este año ofrecéis un nuevo producto ¿qué nos puedes explicar del nuevo servicio de catering?

El nuevo producto, que estamos ofreciendo a nuestros clientes de todo el Valle de Aran y del Sur de Francia, es un servicio de catering y organización de eventos, en el cual asesoramos, profesionalmente, en todo lo que nuestro cliente pueda necesitar.

¿Qué ventaja le supone al cliente?

El poder contar con la ayuda y asesoramiento de un servicio profesional, ahorro de tiempo en la preparación del evento, poder encontrar un precio competitivo en todos los servicios ofrecidos y la tranquilidad de disfrutar de ese día.

¿A quién está dirigido?

A cualquier cliente que desee organizar un evento, ya sea una comunión, boda, bautizo, o simplemente una reunión de amigos o evento de empresa.

¿Tenéis algún límite de clientes?

No. Nuestro servicio está dirigido tanto para pequeños como para grandes grupos. No hace mucho hicimos un evento con más de 180 personas.

¿Qué les ofrecéis?

Todo lo que precisen. Desde la comida y bebida, hasta ayudarles a encontrar el local que puedan necesitar, pasando por el alquiler de carpas, grupos musicales, decoración, etc. Cuando el cliente nos comunica lo que necesita nosotros nos ponemos en funcionamiento en ayudarlo y asesorarlo en todo aquello que pueda necesitar para que su evento sea todo un éxito.

¿Qué tipo de restauración ofertáis en el catering?

La que el cliente nos demande. Desde los pinchos clásicos que ofrecemos en nuestras Tauèrnes Urtau, hasta "showcooking" (cocina en directo), brasas, planchas, y platos cocinados. Tenemos una carta muy extensa de productos para ofrecer a nuestros clientes. Sobre todo queremos poder ofrecer aquello que el cliente quiera para su día.

Imagino que tenéis un gran equipo para ello.

Así es. Una de nuestras prioridades ha sido poder contar con un grupo de profesionales cualificados, para ello la contratación de un xef con experiencia en el sector del catering nos permite poner este proyecto definitivamente en marcha.

¿Cómo y cuando pueden informarse y/o solicitar vuestros servicios los clientes?

Para poder ponerse en contacto con nosotros pueden dirigirse a cualquiera de nuestras Tauèrnes, a través del mail, visitando nuestra página o en el teléfono 973.644.421.

Entrevista realizada por
Jorge López Pallarés para ARAN NAU.

URTAU

50
ans

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

#VielhaEspòrts

#Vielha
"Endeuant"

Abriu
2014

Equipaments

- Palai de Gèu
- Palai d'Espòrts
- Aran Bike Parck
- Sala Polivalenta
- BTT
- Senderisme
- Mountain Padle Indoor
- Rocòdrom AranGutan

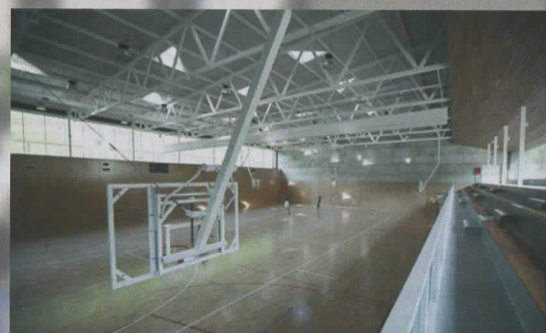
Es numeròs

Promocion esportiva: 80.840,23 €

Installacions esportives: 353.500,90 €

D'autores ajudes e/o colaboracions: +/- 100.000 €

TOTAU ESPÒRTS: 534.341,13 €



Calendari de Corses

Ia. Corsa dera Hèmna **09/03**

Dia der Espòrt en Vielha e Mijaran **31/05**

"Non Stop" Pedals de Foc **28-29/06**

IIau. Corsa Nocturna de Vielha **02/08**

Val d'Aran Cycling Tour **23-24/08**

Corsa e caminada des 15 pòbles **31/08**

...e d'autores

#Vielha Centre d'Espòrts d'Èlit

- Melhòrs equips de Fòtbol Sala (LNFS)
- Melhòrs equips ACB
- ...d'autores

Inversion: 17.500 €

Retorn economic: + 300.000 €*

(* estudi hèt per auditoria)



**Er Ajuntament de Vielha e Mijaran,
compromés damb er espòrt !!!**

Intermarché

Les Mousquetaires

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



SIEMPRE LOS MEJORES PRECIOS, APROVECHE NUESTRAS EXCEPCIONALES OFERTAS de nuestro 4º aniversario de Cierp-Gaud

PARCE QUE NOUS PENSONS QUE VOUS DEVEZ FAIRE
DES ÉCONOMIES TOUS LES JOURS
ET PAS UNE FOIS DE TEMPS EN TEMPS

5% EN AVANTAGE CARTE TOUS LES JOURS

SUR LES PRODUITS
SÉLECTION
DES MOUSQUETAIRESTM
A PARTIR DE 5 PRODUITS ACHETÉS

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



PARC DE FAUNA - PARQUE DE FAUNA
PARC ANIMALIER - BOSSOST - VAL D'ARAN

ARAN  PARK

ABIERTO TODOS LOS DIAS



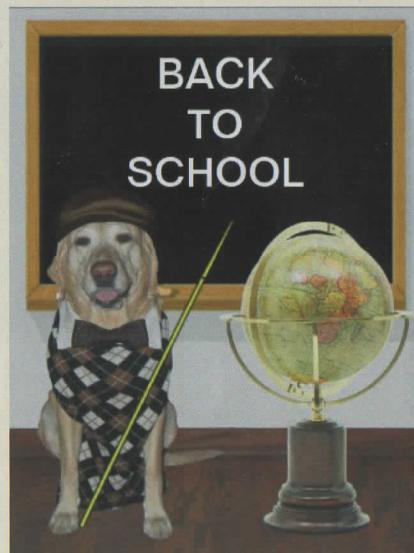
VAL D'ARAN
Era essència des Pireneus

teléfon 00 34 973 92 90 06

www.aran-park.com

CLASE MAGISTRAL DE UN PERRO A NOSOTROS LOS HUMANOS

- LECCION NUMERO 1: Disfruta del simple placer de un paseo.
- LECCION NUMERO 2: Juega con los tuyos diariamente.
- LECCION NUMERO 3: Sé leal, fiel y olvida pronto.
- LECCION NUMERO 4: Siempre bebe mucha agua
- LECCION NUMERO 5: A veces es mejor sentarse cerca y escuchar
- LECCION NUMERO 6: Sigue tus instintos
- LECCION NUMERO 7: Escarba y escarba hasta que encuentres lo que buscas
- LECCION NUMERO 8: Evita morder cuando con un gruñido puedes conseguir lo que quieres
- LECCION NUMERO 9: Acepta todas las golosinas de tu vida con gratitud
- LECCION NUMERO 10: Ama sin condiciones



CLASE MAGISTRAL DE UN GATO

- LECCION NUMERO 1: Duerme muchas horas al día
- LECCION NUMERO 2: Sé muy pulcro y acicalate todos los días de arriba abajo
- LECCION NUMERO 3: Come muchas veces pero muy pequeñas cantidades
- LECCION NUMERO 4: Si sientes curiosidad investiga y estudia
- LECCION NUMERO 5: Intenta llegar a lo más alto que puedas por ti mismo
- LECCION NUMERO 6: Agradece las caricias siempre con un sonido armonioso
- LECCION NUMERO 7: Hazte el sordo cuando algo no te interese
- LECCION NUMERO 8: Nunca muestres tus debilidades
- LECCION NUMERO 9: Sé independiente
- LECCION NUMERO 10: Si es necesario, y sólo si es necesario, saca las uñas

La del perro la encontré por internet (bendito invento a veces y maldito otras). La del gato es de cosecha propia. Y la pregunta es si aprobaríamos alguna pero deberíamos intentarlo. Nuestra salud, nuestro médico, nuestra mente y todos los que nos rodean nos lo agradecerían.

M^a Aran Vidal de Aran Veterinaris

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.aranveterinaris.es

Luchon MTB Loc · Services · Shop · Tour

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

Jean Louis & Magali Sanson

LUCHON MOUNTAIN BIKE
 4, place du Comminges · 31110 LUCHON
 Tel/Fax: 0033 561 79 88 56 · mtbmag@sfr.fr
www.luchon-mountain-bike.com

AUTHORIZED DEALER

Commencal MAVIC LOOK SCOTT MASSEY poc MET

Tren Turístico
Luchon

Abril, mayo, junio y septiembre
 Abierto Miercoles, Sabado y Domingo

Julio y Agosto
 Abierto todos los días

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

Eth Jardinnet

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

S A B I

Carns Selectes
 ¡Les espera Jesús,
 su carnicero!

c/ Major, 11
 VIELHA (Val d'Aran)
 Tel. 973 64 36 88

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

El Valle de Aran como todas las comunidades pequeñas y unidas que mantienen su fuerte personalidad, ha tenido que aprovechar todas aquellas circunstancias, que hábilmente utilizadas, podían contribuir a defender sus intereses, especialmente en sus relaciones con el Rey, cuya dependencia directa les protegía normalmente, aunque, en según que casos, era imprescindible manejar los usos, costumbres y privilegios araneses para dar la vuelta, sin enfrentamientos violentos, a la voluntad Real.

Para el progresivo desarrollo pacífico de su bienestar, los araneses necesitaban la perfecta integración en su actividad ordinaria del elemento más importante para un buen entendimiento con la Corona: el Gobernador Real o su Lugarteniente.

No es, por tanto, sorprendente el observar, en toda la historia del Valle, un meticuloso análisis previo por los prohombres araneses de la persona nombrada por el Rey para este cargo, tanto revisando sus actuaciones en cargos anteriores, como observando su carácter y adecuación al gobierno del Valle y de su fortaleza de Castell-Lleó.

Como después de su nombramiento el gobernador debía jurar los privilegios del Valle en Mijaran - con un meticuloso ritual preestablecido tradicionalmente - los araneses disponían de un período de tiempo, antes de ese juramento, para considerar aceptable o no al candidato Real, y, en su caso, rechazarle.

Para la aceptación les era preciso encontrar unos argumentos jurídicamente sólidos, procurando evitar acusaciones no siempre fáciles de probar, apoyándose en sus ancestrales privilegios. Es cierto que en alguna ocasión excepcional llegaron a destituir al Gobernador

hasta que el Rey provea, como fue el caso de Juan Barjadi, por "el gran abuso y mala guarda e insolencia que se hacían en Castell-Lleó, y siguiendo la fidelidad acostumbrada que tiene a Su Majestad.

Pero esta caso fúe muy excepcional. La no aceptación previa del Gobernador nombrado era un trámite más sencillo, y utilizado en diversas ocasiones. Para basar su rechazo utilizaron en varios momentos de su historia, cuando convino a sus intereses, privilegios contradictorios, normalmente consultados por expertos juristas, del Valle o de fuera de él, para hacer uso de sus argumentos con eficacia.

De forma especial, encuentro sabía y alternativamente utilizados los que se referían a que el Gobernador fuese catalán o aragonés, lo que permitió a los araneses evitar el nombramiento de personas que no creían adecuadas a la defensa de sus privilegios.

El capítulo XXXV de las Cortes de Barcelona de 1599 establece que el Gobernador del Valle de Aran debe ser natural del Principado, y por lo tanto, catalán. El entonces Gobernador Capitán Juan Gómez, que no era catalán, dimite de su cargo. Por Rea Decreto de 22 de septiembre de 1.603, Felipe II nombre a Juan Mauricio de Vallseca, natural del Principado. Los araneses no aceptan ese nombramiento basándose en antiguos privilegios que, según ellos, establecían que el Gobernador debía ser aragonés. El Rey acepta la oposición de los araneses, revoca el nombramiento anterior, y nombra al Capitán Carlos de Mendoza, natural de Zaragoza que es aceptado por el Valle, sin problemas

Melquiades Calzado de Castro.
(Continuará en las próximas ediciones)



Des de hè 100 ans que quate generacions de Pradel Horticulture se succedissen en Lushon.

Damb eth temps era empresa a guanhath ua grana reputacion gràcies ara sua experiéncia e ara sua professionalitat.

Ua grana part des flors, plantes e verdures que vos auferim enes nòsti hivernacles, son de produccion pròpria. Cada generacion a invertit tostemp enes procèssi de produccion e venta, damb er objectiu d'adaptar-se as navi besonhs economics, produsint era milhor qualitat ath milhor prètz.

Èm ua empresa ben auançada en respècte ath miei ambient. Utilizam era produccion biologica integrada, aportant elements entà combàter es predadors com eth polh, e diminuir en un 50% era utilizacion de productes quimics. Reciclam es aigües d'arrosatge entà evitar que quinsevolh residu contamine era tèrra.

Ua equipa de 6 persones trabalhe tot er an entà servir-vos. Toti son perfectament qualificadi e formadi e an es coneishements que cau entà aconselhar-vos sus quinsevolh dobte o problèma qu'ajatz.

Enguan auem hèt granes reformes enes nòste installacions entà poder milhorar era nòsta superfícia de ventes. Un parcatge a disposicion des nòsti clients, e era recepcion s'a agranit entà poder auferir mès comoditat e confòrt.

Auem agranit es nòstes installacions en un totau de 400 m2.

Mos auetz ath vòste servici e tota era equipa de Pradel Horticulture, amassa damb eth sòn Gerent André Pradel, vos arregraïm era vòsta fidelitat.

Pradel Horticulture
15, Avenue Toulouse
LUSHON tel. 00 33 561 79 80 90

Aran pour nos amis les français

QUE D'EAU QUE D'EAU (1ER. PARTIE)

C'est plus fort que moi. Il me fallait raconter à une feuille de papier l'immense tristesse que je viens de ressentir en parcourant le chemin et la rivière laissé en ruines par la crue du mois de juin 2013 au Val d'Aran. Je suis très triste et étonné de voir une rivière calme et belle s'être autodétruite elle-même en répondant ainsi à une colère de la nature. Ou bien a des hommes trop confiants ?

J'ai été un exilé de la guerre d'Espagne habitant à Toulouse, et je ne pourrais jamais oublier que mon premier retour en Espagne en tant que français se fit au Val d'Aran . Soixante-cinq ans se sont écoulés , et je conserve toujours une très grande affection et un respect très spécial à ses grandes montagnes que j'ai appris à connaître , et à ses simples gens que son les Aranais.

J'ai descendu « ma rivière » pleine pour moi de souvenirs, tous pleins de plaisirs pris face à une nature sauvage et belle. En cherchant a retrouver mes rochers préférés et gros trous où tant d'années en tant que pêcheur je savais ha bité per de belles et grosses truites. Tout avait disparu. Emporté, les trous comblés, les arbres arrachés et emportés. Je n'arrête pas de me poser la question , comment ça a été possible que en si peu de temps une telle quantité d'eau soit passé avec une telle force ? Tout en suivant mon pèlerinage, je me suis trouvé au Pont de la Bordeta, et je ne suis pas reconnu, car tout été dévasté . Mes rochers emportés, mes trous comblés d'un sable terreux . Tout arraché par la terrible force d'une eau en dévastatrice et incontrôlable. Je regardais devant moi quelque chose qui vienne à me rappeler une fantastique ouverture de la truite que jamais je n'ai oubliée.

Ça doit faire bien cinquante-cinq ans la de ce cette ouverture de la truite que. Le climat était peu élément . Pluie, neige, vent et comme si c'était fait exprès , la dernière semaine, neige et froid à tout casser.

D'habitude nous partions à la pêche de Toulouse quatre copains dans la même voiture. Mais le veille du départ , je me suis trouvé tout seul, abandonné avec l'excuse de las neige et le froid. Profitant de la place vide dans la voiture , je fis provision de tout. Bois, couvertures, essence et de quoi manger une semaine. Et me voilà parti faire mon ouverture au Val d'Aran. De Toulouse à Saint Béat, temps froid, très froid. Mais sans neige. Arrivé au Pont du Roi, changement. La Sibérie. De la neige partout , un froid glacial et presque impossible de circuler avec le verglas. Du Pont du Roi à Bossost, sans équipement neige, j'ai accompli une véritable exploit avec ma voiture une quatre-cent quatre . Des glissades, des tête-à-queue, j'arrivais enfin au village. La nuit tombé et tout était désert. Tout fermé. Et pas une âme qui vive. Pris de courage, je sonnais à la port d'un café (dont les gérants sont par la suite devenus mes amis) , et de suite, ils m'ont conseillé de rester là passer la nuit , et rentrer le lendemain à la maison, si le temps le permettait. Et comme tout était fermé , ils eu la gentillesse de m'accompagner à un hôtel un peu plus loin dans la rue, appartenant à quelqu'un de leur famille, hôtel fermé et sans lumières. On a sonné, et nous sommes rentrés. Nous rencontrons des personnes très gentilles, et elles me disent que l'hôtel était fermé, le chauffage arrêté , mais que si je voulais manger avec eux dans la cuisine et dormir dans une chambre à l'étage , je pouvais rester . J'ai garé ma voiture dans la rue et me voilà à table avec cette famille formidable. Au menu une immense assiette de soupe aux légumes, et de traditionnelles côtelettes d'agneau, le tout gratuitement. Je suis monté dans la chambre, une chambre immense. Une vraie chambre froide. Et je me suis mit au lit tout habillé, bonnet compris. Mais il faisait tellement froid qu'il était impossible d'arriver à dormir.

Écrit par M. Jo Tarin de Cornebarrieu

URTAU

¡Nuevo servicio de catering!



TU CELEBRACIÓN

¡Ahora también puedes contar con nosotros cuando tengas un evento especial!



¿QUÉ TE OFRECEMOS?

- UBICACIÓN - Elige el lugar que prefieras y nos desplazaremos o nosotros te ayudamos a encontrar el sitio ideal para tu fiesta
- NUESTRA COCINA - Cocina en miniatura, menús, aperitivos con pintxos, cocina mediterránea, show-cooking, brunch, buffets, postres, tartas... O si lo prefieres, confecciona su menú a su gusto
- LA BODEGA Y OTRAS BEBIDAS
- NUESTRO EQUIPO
- LOS DETALLES QUE MARCAN LA DIFERENCIA (menús vegetarianos, celíacos, infantiles, barra libre, música, guardarropa...)

Si quieres hacer algo diferente y que sorprenda, consúltanos sin compromiso a info@urtau.com o llamándonos al 973.644.421. Web: www.urtau.com

era val de d'anti tempsi

SANT JOAN D'ARRÒS
(2sau Part)

Actuaument aguest hèste deth primèr dimenge de Maencara se hestega. Mès, diuères causes an cambiàt. Rosita ditz qu'ara ja non van a pè, era carretères que va entà Varradòs, les pòrte comòdament en veïculs. Teresina conde qu'eth minjar tanben a cambiàt: Es conilhs farcits pera carn ara brasa. Ena Capèla de Sant Joan d'Arròs i trapam ua imatge deth Sant. Hè uns cinc ans, o pas tant, entrèren a panar, mès deishèren es reliquies. Aguestes se trapauen en ua capeleta, era quau auie estat sauvada en casa Narton pendet era guerra civila. Aguesta pèça en forma d'arqueta, rebremen qu'ère molt polida, semblaue ua glèisa petita damb tres campanaus e ua porteta. Es veires deishauen veir es uassi deth sant. Aguesti, com auem dit adès, non siguèren panats. Ua casa, es bòrdes, es prats e era capèla formen part deth conjunt de Sant Joan d'Arròs. Aquiu, an entenut es interlocutores, viuie un mossen que demoraue a sason. A còps arrendaue es tèrres a beth vesin entà que podesse portar eth sòn bestiar. Teresina des de Narton auie en arrendament uns prats. Es autes tèrres Èren des vedins d'Arròs, Rosita des de Tirolet encara a es Bòrdes e es prats.

Enes montanhes de Varradòs es ramats d'Arròs peishien en ostieu. Abantes dera hèira de Vileha baishauen antath pòble. Tà Tots-Sants, pujauen antàs plans de Sant Joan enquiath dia dera Puríssima. Aguest dia eth maus temps ja se demoraue e eth bestiar tornaue entà Arròs.

Com auem diat adès, a londeman de Tots-Sants, es vaques pujauen entàs plans. En gèsser de missa ja se n'i anauen. Toti s'amassauen entà portar es vaques. Entre eri s'ajudauen, es uns damb es auti. Toti per

toti, e es vaques peishien en totes es finques. Eth bestiar que demoraue enes plans s'auie de cuedar. Peth maitin Teresina pujaue e se'n cuedaue de limpiar e de mòlher es vaques. Ena tarde, un còp embarrat eth bestiar enes bòrdes se tornauen a mòlher. Era rebembe auer baishat ua carga de lèit, de vint litres, en còth. Ath maitin pujaue ueda e ena tarde baishaue plea.

Continuam parlant de d'anti ahèrs relacionadi damb es hèstes que se hestegen en Arròs.

Era Hèsta Major d'Arròs se celebre eth 29 d'agost. Aguest dia se rebembe era mòrt de Sant Joan. En Arròs ei hèsta grana. Rosita ditz qu'aguest dia se coneish damb eth nòm de Hèsta de Sant Joan d'Agost. Sant Eulàlia ei era patrona dera glèisa d'Arròs. Teresina ditz qu'aguesta non ei era de Barcelona, senon qu'ei ua auta Santa, Santa Eulàlia d'Arròs se hestega eth dia dètz de deseme. Aguest dia en pòble se hè ua missa. Rosita comentè que se hè un shinhau de hèsta enes cases, van tà Missa e se minge mès ben qu'es auti dies.

En junh eth pòble d'Arròs pujaue un aute còp tà Sant Joan d'Arròs. Aguesta tradicion s'a perdut hè pogui ans. Abantes, londeman de Pentacòsta ère hèsta. Es fidèus pujauen entà escotar ua missa mès non i demoraue. Sonque era missa cantat gòis e tornar a baishar. Aguest madeish dia, vesins de Vilamòs e d'Es Bòrdes venguie a pregar amassa damb es d'Arròs.

Entrevista heta per M^a Pau Gómez ara Senhora Teresa Marqués eth 9 de mai de 2000



**Marca de
Garantia.
Productes
dera
Val d'Aran,
qualitat ath
vòste gust!**



www.productesvaldaran.com



Es comèrci de Bossòst mòstren fotografies antigues des processions de Setmana Santa

Exposicion itineranta prebotjada pera Associacion de Comerçants e Empresaris

Es establiments comerciaus e ostalèrs de Bossòst tornen a mostrar enguan, enes sues veirines, fotografies antigues, e tanben de mès recentes, des processions dera Setmana Santa, es uniques que se conservèn ena Val d'Aran damb mès de cent ans d'istòria. Aguesta exposicion itineranta a estat prebotjada pera **Associacion de Comerçants e Empresaris (ACEB)** entà promòir eth sector e dar a conèisher as visitaires es servicis comerciaus, ostalèrs e toristics, atau coma era cultura e eth patrimòni pròpri deth municipi pendent aguesti dies de vacances.



El equipo -13 de la Escuela de Fútbol Val d'Aran se clasifica en el Campeonato de Fútbol Sala de Haute Garonne

El equipo de la categoría -13 de la Escuela de Fútbol Val d'Aran, formado por chavales de entre 12 y 13 años, ha logrado clasificarse en el puesto número 5 del Campeonato de Fútbol Sala de Haute Garonne, por encima de poblaciones tan importantes como Lourdes y Saint Gaudens. La final tuvo lugar el pasado día 9 de marzo en L'Isle-Jourdain, cerca de Toulouse. Participaron 14 equipos que se dividieron en dos grupos de siete cada uno. El equipo aranés ganó cinco partidos, empató en uno y sólo sufrió una derrota, aunque la diferencia de goles a favor les privó jugar las semifinales. Al final quedaron cinco clasificados de un total de 14 equipos, habiendo recibido un solo gol en contra y marcando un total de seis. El campeonato empezó el pasado mes de enero en Loures-Barousse. El equipo de la Escuela de Fútbol Val d'Aran obtuvo la segunda posición en el distrito de Comminges y con derecho a participar en la final del torneo de la Haute Garonne. El Valle de Aran felicita a todo el equipo y a sus entrenadores por el éxito cosechado.



ORARIS CULTE SETMANA SANTA - BAIX ARAN 2014

CELEBRACIÓ COMUNITARIA DEL PERDÓ

Les, dimecres 28 de març - 19,30h
Bossòst, dijous 29 de març - 20,00h

DIMENGE DE RAMS - DOMINGO DE RAMOS

Es Bòrdes - 10,00h

Les - 11,15h

Bossòst - 12,30h

DIJAUS SANT - MISSA CENA DETH SENHOR

Es Bòrdes - 17,30h

Bossòst - 19,00h

Les - 20,30h

Hora Santa:

Les - 22,15h

Bossòst - 22,30h

DIUENDRES SANT - CELEBRACION MÒRT DETH SENHOR

Via Crucis:

Les - 08,00h

Bossòst - 10,00h

Celebracion mort deth Senhor

Bossòst - 19,00h

Les - 20,15h

Processon deth silence

Bossòst - 22,30h

DISSABTE SANT - SOLÈMNE VELHA PASCUA

Bossòst - 21,00h

Les - 22,15h

DIMENGE DE PASCA DE RESURRECCION

Bausen - 08,30h

Es Bòrdes - 10,00h

Les - 11,15h

Bossòst - 12,15h

Canejan - 18,00h

Bossòst, después de la misa: Procesi3n del Santo

Encuentro

Pyrénez-vous!



Vaporarium natural

Luchon
FORME & BIEN-ÊTRE
Pyrénées-vous !

único en Europa



El bienestar
en el corazón de los Pirineos

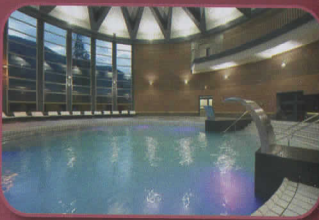
Vaporarium
UNICO BAÑO TURCO
NATURAL DE EUROPA
+ Piscina
EN AGUA TERMAL
15
EUROS

Espacio para niños abierto de las
10 de la mañana a las 4 de la tarde
Del 14 al 26 de juny 2014
Del 28 de juny al 31 d'agost 2014
Del 6 al 21 de setembre 2014

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 Nav, en lugar del
precio normal que es de 15€
(este cupón sirve para varias personas)

vaporarium
espacios para vuestro placer



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

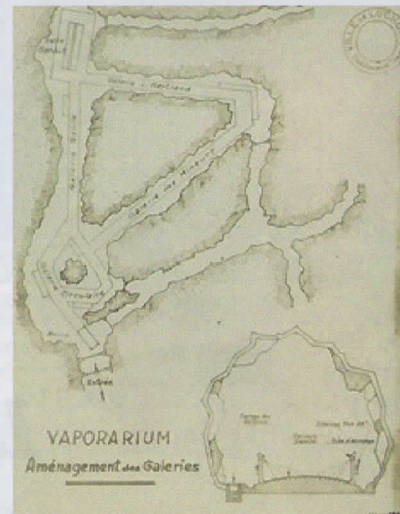
(38-42°C) y húmedo (95%) que favorece:
-El equilibrio ponderal.
-La limpieza de la piel (El azufre limpia la grasa de los poros de la piel).
-La eliminación de toxinas.
-La permeabilidad de las vías respiratorias.

« 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:

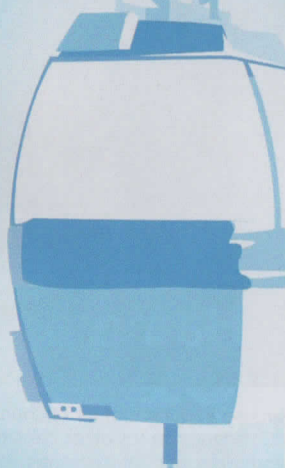
1° - De 10 a 15 minutos de paseo, seguido de un reposo, sentado, en el interior de las galerías (Donde se anuncia la hora cada 5 minutos).
2° - Se realiza una ducha obligatoria y un baño de 10 a 15 minutos en la piscina de agua caliente (33°C)
3° - Después de repetir el paso 1 y 2 del programa, hay un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

EL TELECABINA UNEIX SUPERBAGNÈRES I LUCHON

En poc
temps pel
túnel de
Vielho!



Descobreix unes vistes impressionants de la ciutat i de la vall i el panorama dels Pirineus, amb varis pics de més de 3.000m (incloent l'Aneto).

Luchon
SUPERBAGNÈRES
Pyréneez-vous !

Luchon
SUPERBAGNÈRES
Pyréneez-vous !

BICI DE MUNTANYA ARAPAHO DIRT MOUNTAIN

Gaudeixi dels 260 km de senders balitzats en vehicles de dues rodes! Bicicleta de muntanya, Arapaho, Dirt Mountain: "sobre gustos, no hay nada escrito..."

A les valls de Luchon, existeixen 25 circuits adaptats a tots els nivells de pràctica, des de el recorregut per a principiants fins al recorregut que requereix sòlides bases esportives.

Aquests circuits estan catalogats en una guia disponible a l'Oficina de Turisme de Luchon i els nostres professionals li ajudaran a escollir tota mena de fórmules, des de la classe de pilotatge fins al descens controlat.



OBERTURA

Del 14 al 26 de juny 2014

de 13.30 a 17.30 h CAPS DE SETMANA

Del 28 de juny al 31 d'agost 2014

de 9.30 a 12.30 h i de 14h a 18h TOTS ELS DIES

Del 6 al 21 de setembre 2014

de 13.30 a 17.30 h CAPS DE SETMANA

*Els horaris poden ser modificats segons les condicions meteorològiques.

LUCHON - SUPERBAGNÈRES
45 allées d'Etigny - 31110 Luchon
Tél.: +33(0)5 61 79 97 00
Fax: +33(0)5 61 79 97 09
accueil@luchon-superbagneres.com
www.luchon.com

Luchon
SUPERBAGNÈRES
Pyréneez-vous !



2-3-4 MAYO
2014

Festival Pyrénées Breizh Luchon

Brotto-Lopez Sextet
Ampouailh
Croc'stana
Frères Thébault
Arredalh...



Baile, práctica, Comidas animadas,
désfile, escena abierta, conferen-
cia, picnic.



Información y reserva : Oficina de turismo de Luchon : 00 33 5 61 79 21 21
www.pyrenees-breizh.jimdo.com o 00 33 6 20 72 59 39



Saint-Gaudens jazz en comminges

du 28 mai au
1^{er} juin 2014

Design | Studio de poche | - Affiche Bernard Cadène

Festival
OFF
GRATUIT

- mercredi 28 mai**
Le JAZZ et la PAVANE
Virginie TEYCHENE Quartet
- jeudi 29 mai**
Terri Lyne CARRINGTON'S
MONEY JUNGLE
with Aaron PARKS, Antonio HART
et Zach BROWN
- Chucho VALDES**
and Afro-Cuban Messengers
- vendredi 30 mai**
Wycliffe GORDON Quartet
Monty ALEXANDER
HARLEM KINGSTON EXPRESS
- samedi 31 mai**
Luigi GRASSO Quartet
Dianne REEVES
with Peter Martin, Romero Lubambo,
Reginald Veal, Terreon Gully

21 h 00

Parc des expositions du Comminges



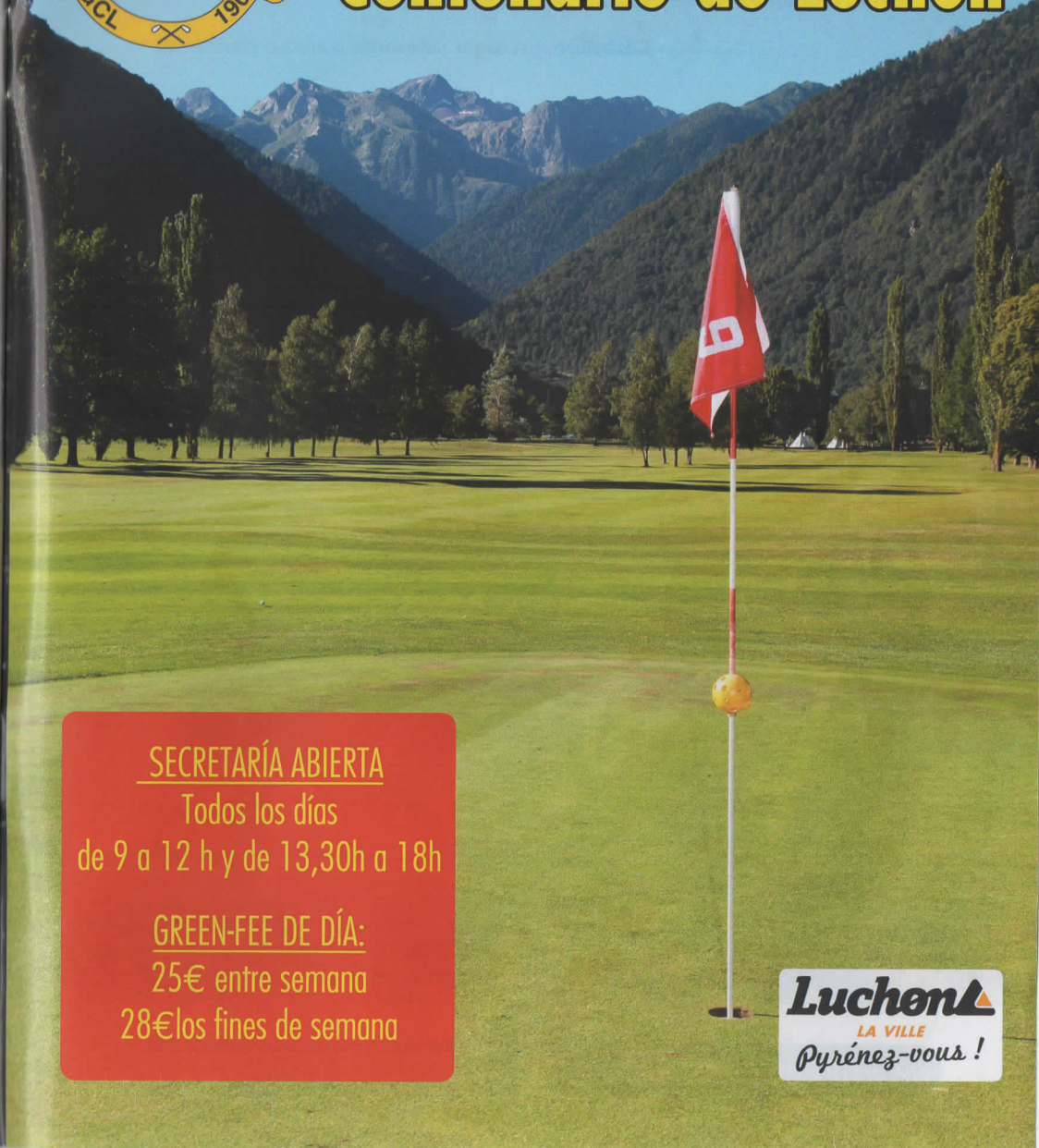
www.jazzencomminges.com

ALIMENTACION		FLORISTERIAS		SEGUROS	
Super U (Gourdan Polignan)	17	Eth Jardinnet (Vielha)	25	Mapfre (Vielha)	12
Intermarché (Cierp Gaud y Luchon) - 22	22	Horticulture Pradel (Luchon)	17		
Carnicería Sabi (Vielha) - 25	25	FOTOGRAFIA		SUPERMERCADOS	
ALQUILER MAQUINARIA		Aran Color (Vielha)	25	Super U (Gourdan Polignan)	17
Calvo (Vielha) - 11	11	INFORMATICA		TALLERES AUTOMOVILES	
ASESORIAS - GESTORIAS- ABOGADOS		Vielha Computer (Vielha) - 5	5	Talleres Garona (Vielha)	7
Cadion (Vielha)	7	INMOBILIARIAS -PROMOTORES		Talleres Salva (Vielha)	3
Cudos (Vielha)	12	Eth Puntet (Vielha) - 3	3	Automóviles Tonés (Barbastro)	14
		Gran Aran (Vielha) - 7	7	Talleres Mijarán (Vielha)	11
				Norauto (Gourdan Polignan)	17
ATRACCIONES Y PARQUES DE AVENTURA		LAVANDERIAS- TINTORERIAS		TELECOMUNICACIONES	
Aran Park (Bossòst -Portilhon)	23	Jonerick (Betren) Vielha - 14	14	J. Estrada (Vielha)	7
Pyrenées HÔ (Cierp Gaud)	9	LIBRERIAS		VETERINARIOS	
Le Petit Train Luchinnais (Luchon)	25	Eth Plumier (Vielha) - 7	7	Aran Veterinaris (Vielha)	24
BTT BICICLETAS		LIMPIEZA DE CHIMENEAS			
VENTA REPARACION		Limpiezas de Chimeneas (Sort)	7		
Luchon MTB (Luchon)	25	MEDICINA ESTÉTICA			
		Dra. . M ^a José Cutando (Vielha)	15		
BOLSOS		MODA y COMPLEMENTOS			
Alexia Grustan	5	Era Mainadera (Les) - 9	9		
CONSTRUCCIONES		POMPAS FUNEBRES			
Gran Aran (Vielha)	7	Funeraria Saura (Vielha) - 9	9		
CORTINAS y TAPICERIAS		ROPA INFANTIL			
Magatzems Sant Jordi (Lérida)	9	Boutique Mainadera (Les) - 9	9		
DENTISTAS		RESTAURANTES Y CATERING			
Clínica Odontológica Dr. Chela (Vielha)	2	Urtau (Arties, Bossòst, Vielha)	29		
INSTALACIONES ELÉCTRICAS		Era Tiurna (Les)	3		
J. Estrada (Vielha)	7	Era Casuca (Arties)	5		



GOLF

Centenario de Luchon



SECRETARÍA ABIERTA
 Todos los días
 de 9 a 12 h y de 13,30h a 18h

GREEN-FEE DE DÍA:
 25€ entre semana
 28€ los fines de semana



Índice anunciantes revista LUCHON

ALIMENTACIÓN		ESTACIONES DE ESQUI		TERMAS	
Le Vignemale (Luchon)	2	Luchon Superbagnères	6/7	Luchon Forme et Bien Être (Luchon)	4/5
CATERING Y RESTAURACION		PERFUMERIAS Y ESTETICA			
Urtau (Arties, Bossòst, Vielha)	3	Danielle Perfumerie (Luchon)	2		
CONSTRUCCIONES		TALLERES AUTOMÓVILES			
Gran Aran (Vielha)	2	Talleres Garona (Vielha)	2		

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>