

era revista

dera

Val d'Aran

Nº 70

# Aran **n**au

JUNHSEGA  
2014

Revista Mensual GRATUITA

• c o m



Suplemento

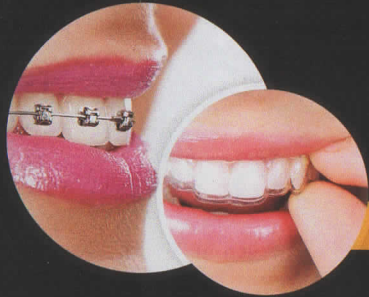
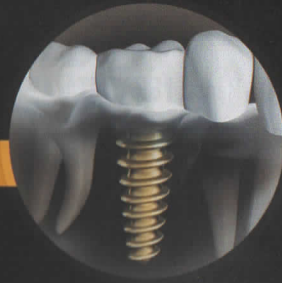
**Luchon**

*Pyrénez-vous !*



# Implante dental

20% DTO. + 1ª Visita, radiografía y estudio gratuito



# Ortodoncia

(convencional e invisible)

20% DTO. + 1ª Visita, radiografía y estudio gratuito

# Estética Dental

20% DTO. (CARILLAS, ZIRCONIO, BLANQUEAMIENTO)  
+ 1ª Visita y estudio de la sonrisa gratuito



## "En las mejores manos"

Financiamos el 100% del tratamiento

VIELHA • Tel. 973 643333

LLEIDA • Tel. 973 289999

BARBASTRO • Tel. 974 564999

MONZON • Tel. 974 565555

[www.clinicachela.com](http://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

**FINANCIADOS**  
Áticos Triplex en Bossòst  
Desde 152.000 €

Chalet con 7 hab.  
4 hectáreas de terreno. Vielha.

**ALQUILER**  
Alquiler de local comercial con terraza en Vielha

**Puntet**  
Immobilarià  
www.puntet.com  
info@puntet.com  
Passeg dera Libertat 12 Vielha  
973 64 25 31 605 87 98 34

**FINANCIADA**  
Casa en la Plefa de Baqueira  
950.000 €

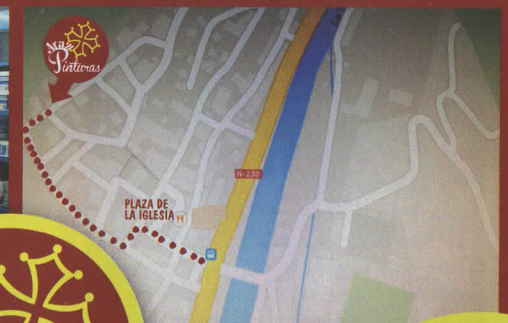
**OPORTUNIDAD**  
Casa de 3 hab. en Betren  
¡¡¡ 175.000 € !!!

**NOVEDAD**  
Piso 3 hab. Centro de Vielha  
¡195.000 €!

**NOVEDAD**  
Piso 3 hab. Bagergue  
230.000 €

Consulte nuestras ofertas de inmuebles procedentes de **BANCOS** con **financiación especial**

## TU NUEVA TIENDA DE PINTURAS EN BOSSÒST



Pinturas de última generación, repelentes de manchas. Garantizadas

Les asesoramos en sus proyectos



C/San Serat, 22  
BOSSÒST  
Tel. 629 766 693

Presentando este cupón  
**20%** de descuento





Foto: ARAN PARK

Edición:  
**NAU ARAN S.C.P.**  
 Impresión:  
 Indugraff Offset  
 Maquetación y Diseño:  
 Alèxia Grustan.  
 Directora Comercial:  
 M<sup>a</sup> Rosa Puig.  
 Director de redacción:  
 Jorge López Pallarés.  
 Tirada:  
 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
- 15 Medicina Estética
- 16 Biblioteca
- 18/19 Horarios de autobuses
- 20 Diplomacia Aranesa
- 24 Mascotas
- 26 Aran pour nous amis français
- 28 Era val d'auti tempsi
- 30/31 Pesca en Francia
- 32 Actividades en Aran
- 32 Festival Les
- 43 Índice anunciantes



**VIELHA  
 COMPUTER**

TODO EN INFORMÁTICA

Av. Castiero, 15, Local 13. Vielha - Lleida  
 Telf: 973 64 10 53 Fax: 973 64 29 69  
[ventas@vielhacomputer.com](mailto:ventas@vielhacomputer.com)  
[www.vielhacomputer.com](http://www.vielhacomputer.com)



TPV, Registradoras y Software para hostelería y comercios.



Redes Inalámbricas y Wifi para comunidades y hoteles.



Diseño y páginas web personalizadas.



Sistemas de seguridad, monitores y cámaras.



Ordenadores de Sobremesa y Portátiles a su medida.



WI FI BAQUEIRA

WI FI PIRINEUS

## Pyrénées Hô

PARQUE TEMÁTICO DE AVENTURA

Pyrénées-Hô  
 31440 Ciemp Gaud

[WWW.PYRENEES-HO.COM](http://WWW.PYRENEES-HO.COM)

0033.5.61.94.08.36  
[infos@pyrenees-ho.com](mailto:infos@pyrenees-ho.com)

A 40min de Vielha y 20min de Bossòst.



## Er equip Cafeteria Sandra Casa de Aragón, de Lleida, campion dera VII Edicion 30 ores Fotbòl Sala de Vielha

Era dimenjada se celebrèc era VII Edicion 30 ores Fotbòl Sala de Vielha, que compdèc damb 18 eqüips, 10 d'eri dera Val d'Aran. Er equip, CAFETERIA SANDRA CASA DE ARAGON, de Lleida, se proclamèc campion, dempús de guanhar 1-0 ena finau ar equip de Solsona, MILAN YOIGO.

Era Associacion Esportiva Fotbòl d'Aran (AEFA) promotors deth Torneig, manifestèc qu'aguesta edicion a estat un èxit a nivèu organizatiu e ja pense en melhores de cara ara pròplèu edicion entà seguir pujant eth nivèu.



## Convèni entre eth Conselh Generau, er Ajuntament de Vielha e Mijaran e eth Bisbat d'Urgell entà finançar era rehabilitacion deth campanau de Sant Miquèu de Vielha

Eth sindic d'Aran, Carlos Barrera, er alcalde Vielha e Mijaran, Àlex Moga, e eth rector dera parròquia de Sant Miquèu de Vielha, archiprèste dera Val d'Aran e representant deth Bisbat d'Urgell, mossen Pere Balaguer, an signat un convèni entara execucion deth projecte de rehabilitacion deth campanau dera glèisa de Sant Miquèu de Vielha.

Eth dia 7 de seteme de 2013 era tor-campanau de Sant Miquèu de Vielha resultèc maumetuda pera accion d'un lampit. Entà subsanar es desperfèctes provocadi, es tecnicos deth Conselh Generau d'Aran redactèren d'immediat eth projecte de rehabilitacion qu'ascendís a 54.457,71€, eth quau siguec aprovat pera Comission Assessora der Auviatge dera Val d'Aran en session de 15 de noveme de 2013.

En paraules de Carlos Barrera, sindic d'Aran "eth conjunt que conformen era glèisa e eth campanau de Sant Miquèu de Vielha, ei un des monuments més subergessents e de major valor simbolic deth nòste patrimoni artistic e istoric, ath delà se trape incoat coma Ben Culturau d'Interés Nacionau." Eth Conselh Generau d'Aran aportarà 14.993€. Er Ajuntament de Vielha e Mijaran aportarà eth finançament restant entara execucion deth projecte e eth Bisbat d'Urgell s'obligue a facilitar es trabalhs e er accés en campanau. Es òbres d'execucion deth projecte an ua duracion prevista de 2 mesi.



## Regulacion der accés motorizat ena Val d'Aran

Deth 15 de junh enquiath 15 de seteme, eth Conselh Generau d'Aran regularà especificament er accés motorizat as ribères de Valarties e Aiguamòg. Es veïculs autorizadi auràn de dispausar deth distintiu que les identifique, eth distintiu s'a de sollicitar enes ajuntaments dera Val d'Aran, e a ua vigèncià triannau. Es veïculs autorizadi an de complir es següents requisits:

- An de pagar er Impòst de Circulacion (IVTM) en bèth un des Ajuntaments dera Val d'Aran.
- Es "taxis" que hèn eth servici de transpòrt as zònes d'accés restringit.
- Es veïculs particulars des proprietaris des finques plaçades ena zòna d'accés restringit.
- Excepcionauments, es veïculs particulars des persones qu'an o realizen bèra activitat empresariau, culturau o scientifica, autorizada per organisme competent laguens dera zòna d'accés restringit, e sonque pendent

eth temps de besonh entà realizar era activitat en concret.

En paraules dera conselheira de Torisme, Comèrc e Consum, Anna Diaz, "volem regular er accés en benefici dera gent que vò gaudir dera natura a pè. Atau madeish tanben suenham eth miei ambient, un des principaus atractius dera nòsta destinacion toristica".



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  
INSTALACION 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




## Cortines Sant Jordi


Tapiseria internacional

Profesionales del sector de la cortina y tapicería.  
Disponemos de taller de confección e instalación propios.  
Para península y baleares

Divisiones:

- viviendas
- Oficinas
- Hostelería
- Contract.

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



novetats  
*Codina*

Confeccions  
Moda  
home - dona  
llenceria

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

## LIMPIEZA DE CHIMENEAS



### EXTRACTORES DE RESTAURANTES

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

...a **AraNau** trobaràs tot el que BUSQUES



## Eth hons documentau deth Conselh Generau d'Aran (1316-1861) dejà en Internet

Eth hons documentau deth Conselh Generau dera Val d'Aran ja se pòt consultar integrament en linha a trauèrs dera opcion: "Archius en linha: Cercador de hons e documents" der Hiltat d'Archius Comarcaus. Pendent cinc ans s'an digitalizat 3142 documents, un totau de 15.351 imatges, damb un volum de memòria de 351,5 GB. Es prumèrs trabalhs se produsiren er an 2009, laguens deth programa de preservacion documentau de Catalunya "Esteve Gilarber Bruniquer", a on se digitalizèren es 3 libres d'actes (1632-1936) dera maxima institucion aranesa. Enes mesi de junhsèga e agost de 2010, se trebalhèc ena digitalizacion de 881 unitats documentaus. En 2011, es trabalhs contunhèren damb era digitalizacion de 308 unitats. Uns 2.000 documents se digitalizèren en mes d'agost de 2013 laguens deth Plan Bruniquer d'aqueth an. Eth hons arremasse informacion sus era administracion generau dera maxima institucion aranesa, sus era

administracion reiau e militar delegada en Aran e sus es relacion dera Val d'Aran damb França e damb era glèisa. Es unitats documentaus que se pòden consultar son datades entre 1316 e 1936. Destacam es privilègès reiaus autrejats ara Val d'Aran, es libres d'acòrds e es compdes.

Se pòt accedir ara consulta en linha deth hons en següent enlaç:  
<http://extranet.cultura.gencat.cat/ArxiusEnLinia/>



## Era Obra Social de "la Caixa" collabòre damb eth Conselh Generau d'Aran damb un veïcul adaptat

De manèra programada, preste servici jornalier de deluns a diuendres as usatgèrs de rehabilitacion der Espitau Val d'Aran e ath centre aucupacionau d'ADDA. Era sua utilizacion ei regulada jos era prescripcion deth SABS (Servici Aranés de Benèster e Salut) cada viatge que se precise un traslat sanitari adaptat. "Aquest veïcul supausarà melhorar es desplaçaments sanitaris dera gent dera Val d'Aran damb dificultats ena mobilitat" a soslinhat eth conselher de Salut e Benèster d'Aran, Eduardo Valdecantos. Caracteristiques tecnicas: Ei un furgon de 8 places, damb dobla pòrta laterau, rampa d'accès posteriora, adaptat entath transpòrt d'enquia tres cagires d'arròdes. Dispaue de traccion integrau. Eth sòn conductor ei capacitat coma tecnic de transpòrt sanitari, dispaue

d'un equip de supòrt vitau Basic e d'un desfibrillador, ath delà a comunicacion permanentaments per radio damb era centrau d'Emergències Pompièrs d'Aran.



## Era recuelhuda selectiva de veire aumete 8,4% ena Val d'Aran

Eth reciclatge de veire ena Val d'Aran s'a incrementat un 8,4% pendent es prumèrs cinc mesi der an. Entre gèr e mai de 2014 es ciutadans aranesi an recuperat 238.040 Kg de veire, deuant es 219.580 Kg reciclades en madeish periòde deth 2013, chifra que represente un aumete de 18.460 Kg.

En paraules deth conselher de Territori, Eduardo Valdecantos, "entà facilitar era participacion ciutadana ena recuelhuda selectiva, eth Conselh Generau damb es respectius ajuntaments, reorganizèrem era distribucion de contenidors en tot concentrar-les en ièrles completès entàs fraccions, causa que facilite eth depòsit des diferents matèries des residus e ath madeish temps, dèishe mès nets es carrèrs des nuclèus urbans."

Valdecantos a ahijut "aguestes ièrles de contenidors ei, sense dobtè, un des factors qu'afavoris er aumete des quantitats arrecuelhudes selectivaments."



# 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

Assessorament

**CADION**s.l.  
 Gestion

LABORAU  
 FISCAU  
 COMPTABLE

973 64 20 79

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

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](http://www.luchon.net)



Eth Jardinets

Decoracion Florau e Jardineria

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

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  
 VIELHA | Móvil 619 842 915

25530 VIELHA  
 (Val d'Aran-Lleida)  
[spsaura@gmail.com](mailto:spsaura@gmail.com)  
[www.funerariasaura.com](http://www.funerariasaura.com)



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

#Vielhaenòbres

#Vielha  
"Endeuant"  
Junhsèga  
2014



Av. Baile Calbetó Barra



Av. Garona (Zòna entrepònts)



Zòna Industriau



Carretèra de França



Carrèr Montcorbison



Entrada de Vielha  
(Carretèra deth Túnel)



Gleisa Sant  
Miquèu de  
Vielha - Campanau



Av. Baile  
Calbetó Barra



Carretèra de Gausac

Desencusetz es molèsties.

Ajuntament de



Vielha e Mijaran

JC  
maquinaria

alquiler y venta de maquinaria  
**JOAQUÍN CALVO**



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

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

ALQ.JCR@vallesaranribagorza.com

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



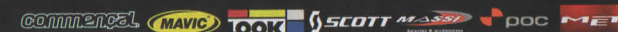
Loc · Services · Shop · Tour

- 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



NEWCOLLECTION



alèxia  
grustan  
recycled with love

hand made

alexigrustan.com



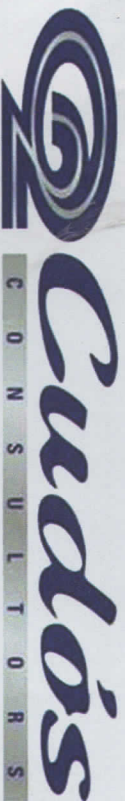
NEWCOLLECTION



# Teléfonos de interés

<b>EMERGENCIAS:</b> BOMBEROS MOSSOS D'ESQUADRA	112 112
<b>SERVICIOS PÚBLICOS:</b> MOSSOS D'ESQUADRA VIELHA POMPIERS D'ARAN GUARDIA CIVIL - VIELHA POLICIA NACIONAL - LES	973 357 285 973 640 080 973 640 005 973 648 014
<b>ORGANISMOS PÚBLICOS:</b> CONSEILH GENERAL D'ARAN AJUNTAMENT VIELHA E MULARAN AJUNTAMENT ARTLES AJUNTAMENT ES BORBES AJUNTAMENT BOSSOST AJUNTAMENT LES AJUNTAMENT NAUT ARAN	973 641 801 973 640 018 973 641 612 973 640 939 973 648 157 973 648 007 973 644 030
<b>INFORMACIÓN Y TURISMO:</b> TORISME VAL D'ARAN INF. TURISME VIELHA INF. TURISME BOSSOST INF. TURISME SALARDU INF. TURISME LES MUSEUS VAL D'ARAN	973 640 688 973 640 110 973 647 279 973 645 197 973 647 303 973 641 815

<b>SERVICIOS MÉDICOS:</b> ESPITAL VAL D'ARAN DISPENSARI ARTLES DISPENSARI BOSSOST DISPENSARI LES DISPENSARI SALARDU	973 640 006 973 642 847 973 648 211 973 648 229 973 644 030
<b>FARMACIAS:</b> FARMACIA PALÀ (VIELHA) FARMACIA CATALA (VIELHA) FARMACIA ALMANSA (BOSSOST) FARMACIA ALMANSA (LES) FARMACIOLA PALÀ (ARTLES) FARMACIA PALÀ (BAQUEIRA) FARMACIOLA CATALA (SALARDU)	973 642 585 973 642 346 973 648 219 973 647 244 973 644 346 973 644 462 973 644 225
<b>OTROS TELÉFONOS INTERÉS:</b> CORREOS - OFICINA VIELHA OFICINA AUTOBUSES - VIELHA GREMI D'OSTALARIA V.A. ESCOLA D'OSTALARIA - LES IES D'ARAN - VIELHA PARROQUIA DE VIELHA PARROQUIA BOSSOST E LES BIBLIOTECA VIELHA FUNERARIA SAURA (VIELHA)	973 640 912 902 422 242 973 640 601 973 647 242 973 643 761 973 640 021 973 648 253 973 640 768 609 571 098



## Departament Juridic:

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

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

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

# anuncios económicos

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



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 venden radiadores eléctricos nuevos, por 60€ cada uno. Un invierno de uso. Programables. Bajo consumo. Perfecto estado.  
Tel. 696.452.564

Se alquila apartamento de 2 habitaciones en Pardinyes. Económico. Reformado.  
Tel. 625 143 610

## D'INTERÈS PER A TOTS ELS VITICULTORS I AFICIONATS A LA VINYA

Bodegues Miquel Torres està realitzant un treball de recerca i recuperació de varietats ancestrals catalanes. Si coneixeu algun tipus de cep que no sigui una varietat habitual (Xarel·lo, Macabeu, Parellada, Carinyena, Ull de llebre, Cabernet, Sumoll, Merlot, Garnatxa,...) i sabeu on es troba o algun viticultor que la cultivi, us agraïrem que ens ho comuniqui a:

Montse Torres  
Dpt. de Viticultura  
Tel. 93.817.75.04  
Fax. 93.817.75.47  
e-mail: mtorresvs@torres.es



## ARAN COLOR

LABORATORIO FOTOGRAFICO DIGITAL

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

Tel.: 973 640 490  
Av. Pas d'Arro 52 · VIELHA  
[arancolor@hotmail.com](mailto:arancolor@hotmail.com)



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

### PATATAS CRUJIENTES:

Para que las patatas que frías en la sartén queden mucho más crujientes y doradas, antes de freirlas sécalas bien y espolvorea sobre ellas un poco de harina.

### AMBIENTADOR CASERO:

Pon a hervir a fuego suave en un litro de agua y durante diez minutos dos o tres limones cortados en rodajas. Deja enfriar, cuela y guarda en un frasco que tenga atomizador.

### ROPA LIMPIA:

Acabarás con el mal olor que algunas veces tiene la ropa guardada, añadiendo una cucharada de bicarbonato al detergente de la lavadora.

### LACA PARA LAS CREMALLERAS:

Además de fijar el peinado, la laca tiene mil y una utilidades. Por ejemplo, es fantástica para conseguir que las cremalleras que se atascan con frecuencia se deslicen sin problemas.

### QUESO EXQUISITO:

Cuando quieras preparar un plato gratinado, no olvides preparar un poco de pan rallado con el queso. Quedará realmente crujiente y con una apariencia muy apetecible.

### EL SUDAR SE VA A ACABAR:

Si estás harto de intentar quitar las manchas de sudor de tu ropa, sólo tienes que ponerla a remojo con un chorrito de vinagre. Después, lava como de costumbre para eliminar el olor y verás que no queda ni rastro del cerco.

### TE VENDRÁ MUY BIEN:

Un excelente remedio para limpiar los muebles de madera de tu casa es hacer un té, dejarlo enfriar y extenderlo sobre ellos.

## EL TEST O ESTUDIO DE LA SENSIBILIDAD A LOS ALIMENTOS.

Los alimentos, por muy saludables que sean pueden ocasionar reacciones adversas en el organismo sensible de algunas personas. Los tipos más importantes y estudiados son los siguientes:

1. La reacción alérgica al alimento en cuestión.
2. La intolerancia alimenticia.

En el primer caso, reacciones alérgicas a los alimentos, están involucradas unas proteínas que reaccionan exageradamente y que se llaman IgE (Inmunoglobulinas E). Pueden dar lugar a reacciones severas y en su tratamiento es obligatorio no tomar el alimento responsable de la reacción, salvo tratamientos desensibilizantes controlados por un médico especialista.

En este artículo me referiré al segundo tipo de reacción adversa a los alimentos. Hay alimentos que no provocan una reacción alérgica pero sí una intolerancia a medio o largo plazo que puede afectar a la salud. Las sustancias responsables del problema no son las IgE como hemos visto más arriba sino las IgG (Inmunoglobulinas G). Este mecanismo de reacción lo llamamos "Sensibilidad Alimentaria" para diferenciarla de la alergia típica. La continua ingestión de los alimentos a los que se es sensible (directamente o como ingredientes de alimentos preparados o precocinados y bollería), provoca una constante presencia de anticuerpos en el torrente sanguíneo, pudiendo ocasionar varios problemas de salud como los que relaciono a continuación:

- **OBESIDAD.** La formación de inmunocomplejos por alimentos sensibles ocasionan efectos a nivel bioquímico influyendo sobre el metabolismo y la circulación del tejido conjuntivo en general y el tejido graso en particular. De este modo la ingesta de estos alimentos es uno de los factores que influyen en la dificultad para perder peso aún con una dieta hipocalórica.
- **TRASTORNOS GASTROINTESTINALES:** Cólicos y dolores abdominales, diarreas, estreñimiento, absorción deficiente de los nutrientes, gastroenteritis de repetición y otros procesos han sido muy estudiados.
- **MANIFESTACIONES CUTÁNEAS:** Erupciones, urticarias, picor de la piel, dermatitis atópica y otras, entre las más conocidas.
- **PROBLEMAS RESPIRATORIOS:** Rinitis, tendencia a las infecciones del tracto respiratorio (otitis, faringitis, bronquitis...).
- **PROBLEMAS NEUROLÓGICOS Y NEUROPSIQUIÁTRICOS.** La más conocida la migraña, pero problemas de alteraciones de la conducta pueden tener una relación con este problema. En modernas disciplinas como la Psiconeuroinmunología la importancia de la sensibilidad alimentaria cobra más importancia día a día.

El Test de Sensibilidad Alimentaria es una prueba de laboratorio que valora la respuesta no alérgica entre el sistema inmune con ciertos alimentos al cuantificar los niveles de IgG frente a los mismos. De ese modo en 4 días y a partir de una muestra muy pequeña de sangre (1 ml) tenemos el perfil de una persona frente a más de 200 alimentos. A partir de ese estudio es posible confeccionar dietas y pautas personalizadas para contribuir a solucionar un problema concreto.

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

Consulta de Medicina Estética y Terapias Naturales acreditada e inscrita en la Generalitat de Catalunya con el código E 25768995

Val d'Aran  
Betren - 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](http://www.automovilestones.es)  
o llámenos al teléfono 974 31 28 12

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

**MEDICINA ESTÉTICA**  
(Hombre- Mujer)  
**DIETÉTICA Y NUTRICIÓN**

**Dra. M<sup>a</sup> 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](http://www.mjcutando.wordpress.com)

Plaza Pas d'Arró 5 1<sup>o</sup> 3<sup>a</sup>  
25530 VIELHA

información gratuita.

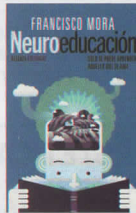


## ERA NÒSTA PEDIATRA ARRECOMANE

Ath laguens dera activitat 'Libres entà créisher', qu'organize era Bibliotèca Generau de Vielha amassa damb er Espitau Val d'Aran, era doctora Imma Caubet mos arrecomane cada mes, de manèra desinteressada e tostemps passionada, un libre adreçat especiaument entàs pairs e mairs, tàs pairs-sénhers e mairs-sénhers, e tà toti es qu'agen relacion damb era mainadèra. Aguest mes vos auem seleccionat quauqu'uns des libres que mos a arrecomanat era doctora Caubet ath long des mès de dus ans de colaboracion.



MARTÍ, Meritxell; SALOMÓ, Xavier: *Una tempesta de por e La gelosia ve i se'n va*. Barcelona: Castellnou, 2013. Era colleccion 'Toni i Tina' ei adreçada ara mainadèra que comence a descobrir sentiments com era pòur, era gelosia, era tristor o era ràbia, entà qu'aprenhuen a gestioner es emocios a trauès d'aguesti condes, que parlen de situacions dera vida vidanta, tà que poguen identificar es emocios que senten entà que les poguen afrontar coma cau.



MORA, Francisco: *Neuroeducación*. Madrid: Alianza, 2013. "Non se pòt aprèner sonque aquerò que s'estime", ditz eth sostitol d'aguest libre, çò que vò dider qu'emocion e coneishement van amassa. Aguest ei un nau concèpte educacionau, producte dera interrelacion dera psicologia, sociologia e medecina, qu'a coma objectiu sajar de milhorar eth procès d'aprendissatge der estudiant e, tanben, der enshament per part deth professor.



SELIGMAN, Martin E. P.: *Niños optimistas*. Barcelona: DeBolsillo, 2005. Ua des claus qu'ena edat adulta sigam positius a fòrça a veir damb era nòsta mainadesa: ua des manèras qu'ei aprèner jòcs que servisquen entà reforçar era psicologia des mainatges tà evitar que venguen èsters depressius quan siguen adults. Èster positiu tanben s'ensenhe, e s'apren, e mos permetrà afrontar es problèms en milhors condicions mentaus, gaudir de mès bona salut, etc.



COMELLAS, Maria Jesús: *Nietos: instrucciones de uso*. Barcelona: Larousse, 2010. S'auetz arrehilhs, aguest qu'ei eth libre que vos interèsse se pensatz qu'ètz sosmetudi a massa responsabilitats, o que dedicatz massa ores ara educacion des vòstri arrehilhs enlòc de gaudir-ne voluntàriaments... coma ne gaudissen eri des sòns pairs-sénhers.



PESSOA, Fernando: *Lo mejor del mundo son los niños*. Madrid: Gadir, 2012. Un libre que remasse poèms qu'eth geniau autor portuguès dediquec ara mainadèra, especiauments ara sua neboda, o que peth sòn univèrs imaginari viren ath torn deth mon des mainatges o les pòden atrèir especiauments.



DOMÈNECH, Montse: *Els nens no vénen de París*. Barcelona: Columna, 2013. Com, a compdar de quina edat e quan cau parlar de sexualitat damb era mainadèra? Era doctora Domènech mo'n parte en aguest libre tà que les pogam explicar damb naturalitat concèptes com era vergonha e es cambis corporaus, er amor, es prumèrs relacions sexuauas, era anticoncepcion o er embaràs.



CORDERROURE, M; BARAHONA, A; SENPAU, Pilar: *La fruta: quan, per què, com, qui, on*. Lleida: Pagès, 2012. S'era mainadèra non minge fruta non ei pas perque non sigue bona. Aci trobaratz ua quarantea de recèptes imaginatives e autantes estratègies entà incorporar era fruta ena sua dièta d'ua manèra divertida entà que se la mingen, pr'amor que tot, com eth gost, ei ua question d'educacion.



SURIOL, Noemí: *Bebés al agua*. Barcelona: Tibidabo, 2002. Eth metòde Lenoarmi se base enes diferents activitats que se pòden desvolopar en mèdi aquàtic entà desvolopar es abiletats motritzes dera mainadèra, que les servirà tà aumentar era sua capacitat de reaccion deuant des dificultats; tanben cau tier en compde qu'es activitats laguens dera aigua ajuden a aumentar es ligams comunicatius e afectius des mainatjons damb es sòns pairs.

CABEZUELO, Gloria: *222 preguntas al pediatra*. Bilbao: Desclee de Brouwer, 2010. Mès de dues centes qüestions -tantes com es dobtes que pogatz auer- son es qu'a remassat era autora en aguest libre. Son es preguntes que tot soent li hèn es pairs e mairs sus era salut des hilhs, un libre especiauments adreçat entàs pairs nauèths e que sage de complementar eth trabalh des pediatres.

# 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

<b>ALDI</b> de 9 h à 19 h du lundi au samedi	<b>Styleco</b> de 9 h à 21 h du lundi au vendredi le samedi 05 61 94 22 60	<b>Chateaux</b> de 9 h à 21 h du lundi au vendredi le samedi 05 61 94 40 08	<b>BRICORAMA</b> de 9 h à 21 h du lundi au samedi 05 61 89 98 89	<b>Point Vert</b> de 9 h à 19 h du lundi au jeudi vendredi et samedi 05 61 88 40 43	<b>NORISKO</b> de 9 h à 19 h du lundi au samedi 05 61 94 25 73	<b>SUPER U</b> de 9 h à 19 h 30 du lundi au samedi 05 61 95 79 79	<b>flunch</b> Ouvert 7/7j de 8 h à 21 h 30 05 61 88 33 33
---	--	---	--	---	--	---	---

Zone Lane Bazert Avenue de Luchon GOURDAN-POLIGNAN



# horario de autobuses

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

# horario de autobuses

SABADOS - DOMINGOS - FESTIVOS

## DIMENJADES E HESTÈRS

## BAQUEIRA TÀ PONTAUT DE DELUNS A DIUENDRES

BAQUEIRA	07:35	07:30	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	BAQUEIRA
TREDÒS	07:30	07:30	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	TREDÒS
SALARDÙ	07:40	07:35	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	SALARDÙ
GESSA	07:41	07:36	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	GESSA
ARTIES	07:42	07:38	08:41	09:41	10:41	11:41	12:41	13:41	15:21	15:40	16:40	17:45	18:40	19:40	20:40	21:40	ARTIES
GARÒS	07:44	07:40	08:44	09:44	10:44	11:44	12:44	13:44	15:22	15:41	16:41	17:46	18:41	19:41	20:41	21:41	GARÒS
CASARILH	07:45	07:41	08:45	09:45	10:45	11:45	12:45	13:45	15:23	15:42	16:42	17:47	18:42	19:42	20:42	21:42	CASARILH
ESGUNHAU	07:46	07:42	08:46	09:46	10:46	11:46	12:46	13:46	15:24	15:43	16:43	17:48	18:43	19:43	20:43	21:43	ESGUNHAU
BETREN	07:48	07:44	08:48	09:48	10:48	11:48	12:48	13:48	15:26	15:44	16:44	17:49	18:44	19:44	20:44	21:44	BETREN
VIELHA Colegiu	07:55	07:51	08:55	09:55	10:55	11:55	12:55	13:55	15:33	15:51	16:51	17:56	18:51	19:51	20:51	21:51	VIELHA Colegiu
VIELHA Sapporo	07:56	07:52	08:56	09:56	10:56	11:56	12:56	13:56	15:34	15:52	16:52	17:57	18:52	19:52	20:52	21:52	VIELHA Sapporo
VIELHA Ighesia	07:56	07:52	08:56	09:56	10:56	11:56	12:56	13:56	15:34	15:52	16:52	17:57	18:52	19:52	20:52	21:52	VIELHA Ighesia
VIELHA Mij Aran	08:00	07:56	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:36	15:54	16:54	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	VIELHA Mij Aran
VILAC	08:03	08:03	09:03	10:03	11:03	12:03	13:03	14:03	15:39	15:57	16:57	18:03	19:03	20:03	21:03	22:03	VILAC
BETLAN	08:03	08:04	09:04	10:04	11:04	12:04	13:04	14:04	15:40	15:58	16:58	18:04	19:04	20:04	21:04	22:04	BETLAN
AUBÈRT	08:05	08:05	09:05	10:05	11:05	12:05	13:05	14:05	15:40	15:58	16:58	18:05	19:05	20:05	21:05	22:05	AUBÈRT
PONT D'ARRÒS	08:07	08:07	09:07	10:07	11:07	12:07	13:07	14:07	15:42	16:00	17:00	18:07	19:07	20:07	21:07	22:07	PONT D'ARRÒS
BENÒS	08:08	08:08	09:08	10:08	11:08	12:08	13:08	14:08	15:43	16:01	17:01	18:08	19:08	20:08	21:08	22:08	BENÒS
ES BÒRDES	08:09	08:09	09:09	10:09	11:09	12:09	13:09	14:09	15:44	16:02	17:02	18:09	19:09	20:09	21:09	22:09	ES BÒRDES
ARRÒ	08:10	08:10	09:10	10:10	11:10	12:10	13:10	14:10	15:45	16:03	17:03	18:10	19:10	20:10	21:10	22:10	ARRÒ
ERA BORDETA	08:11	08:11	09:11	10:11	11:11	12:11	13:11	14:11	15:46	16:04	17:04	18:11	19:11	20:11	21:11	22:11	ERA BORDETA
BOSSÒST	08:15	08:15	09:15	10:15	11:15	12:15	13:15	14:15	15:48	16:06	17:06	18:15	19:15	20:15	21:15	22:15	BOSSÒST
LES	08:20	08:20	09:20	10:20	11:20	12:20	13:20	14:20	15:50	16:20	17:20	18:20	19:20	20:20	21:20	22:20	LES
PONTAUT	08:25	08:25	09:25	10:25	11:25	12:25	13:25	14:25	15:50	16:20	17:20	18:20	19:20	20:20	21:20	22:20	PONTAUT

## DIMENJADES E HESTÈRS

BAQUEIRA	07:35	08:30	09:30	10:30	11:30	12:30	13:30	15:30	16:30	17:00	17:30	19:30	21:30	BAQUEIRA
TREDÒS	07:30	08:34	09:34	10:34	11:34	12:34	13:34	15:34	16:34	17:04	17:34	19:34	21:34	TREDÒS
SALARDÙ	07:40	08:35	09:35	10:35	11:35	12:35	13:35	15:35	16:35	17:05	17:35	19:35	21:35	SALARDÙ
GESSA	07:41	08:36	09:36	10:36	11:36	12:36	13:36	15:36	16:36	17:06	17:36	19:36	21:36	GESSA
ARTIES	07:42	08:38	09:38	10:38	11:38	12:38	13:38	15:38	16:38	17:08	17:38	19:38	21:38	ARTIES
GARÒS	07:44	08:40	09:40	10:40	11:40	12:40	13:40	15:40	16:40	17:10	17:40	19:40	21:40	GARÒS
CASARILH	07:45	08:41	09:41	10:41	11:41	12:41	13:41	15:41	16:41	17:11	17:41	19:41	21:41	CASARILH
ESGUNHAU	07:46	08:42	09:42	10:42	11:42	12:42	13:42	15:42	16:42	17:12	17:42	19:42	21:42	ESGUNHAU
BETREN	07:48	08:44	09:44	10:44	11:44	12:44	13:44	15:44	16:44	17:14	17:44	19:44	21:44	BETREN
VIELHA Colegiu	07:55	08:45	09:45	10:45	11:45	12:45	13:45	15:45	16:45	17:15	17:45	19:45	21:45	VIELHA Colegiu
VIELHA Sapporo	07:56	08:46	09:46	10:46	11:46	12:46	13:46	15:46	16:46	17:16	17:46	19:46	21:46	VIELHA Sapporo
VIELHA Ighesia	07:56	08:46	09:46	10:46	11:46	12:46	13:46	15:46	16:46	17:16	17:46	19:46	21:46	VIELHA Ighesia
VIELHA Mij Aran	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	16:00	17:00	17:30	18:00	20:00	22:00	VIELHA Mij Aran
VILAC	08:03	09:03	10:03	11:03	12:03	13:03	14:03	16:03	17:03	17:30	18:03	20:03	22:03	VILAC
BETLAN	08:04	09:04	10:04	11:04	12:04	13:04	14:04	16:04	17:04	17:30	18:04	20:04	22:04	BETLAN
AUBÈRT	08:05	09:05	10:05	11:05	12:05	13:05	14:05	16:05	17:05	17:30	18:05	20:05	22:05	AUBÈRT
PONT D'ARRÒS	08:07	09:07	10:07	11:07	12:07	13:07	14:07	16:07	17:07	17:30	18:07	20:07	22:07	PONT D'ARRÒS
BENÒS	08:08	09:08	10:08	11:08	12:08	13:08	14:08	16:08	17:08	17:30	18:08	20:08	22:08	BENÒS
ES BÒRDES	08:09	09:09	10:09	11:09	12:09	13:09	14:09	16:09	17:09	17:30	18:09	20:09	22:09	ES BÒRDES
ARRÒ	08:10	09:10	10:10	11:10	12:10	13:10	14:10	16:10	17:10	17:30	18:10	20:10	22:10	ARRÒ
ERA BORDETA	08:11	09:11	10:11	11:11	12:11	13:11	14:11	16:11	17:11	17:30	18:11	20:11	22:11	ERA BORDETA
BOSSÒST	08:15	09:15	10:15	11:15	12:15	13:15	14:15	16:15	17:15	17:30	18:15	20:15	22:15	BOSSÒST
LES	08:20	09:20	10:20	11:20	12:20	13:20	14:20	16:20	17:20	17:30	18:20	20:20	22:20	LES
PONTAUT	08:25	09:25	10:25	11:25	12:25	13:25	14:25	16:20	17:20	17:30	18:20	20:20	22:20	PONTAUT

## PONTAUT TÀ BAQUEIRA DE DELUNS A DIUENDRES

BAQUEIRA	07:30	08:20	09:20	10:20	11:20	12:20	13:20	15:10	15:10	15:30	16:20	17:35	18:30	19:20	20:20	21:20	BAQUEIRA
TREDÒS	07:26	08:16	09:16	10:16	11:16	12:16	13:16	15:03	15:03	15:34	16:24	17:29	18:26	19:16	20:16	21:16	TREDÒS
SALARDÙ	07:24	08:14	09:14	10:14	11:14	12:14	13:14	15:00	15:00	15:34	16:24	17:27	18:24	19:14	20:14	21:14	SALARDÙ
GESSA	07:23	08:13	09:13	10:13	11:13	12:13	13:13	15:00	15:00	15:34	16:24	17:27	18:24	19:14	20:14	21:14	GESSA
ARTIES	07:21	08:11	09:11	10:11	11:11	12:11	13:11	14:54	14:54	15:31	16:21	17:23	18:21	19:11	20:11	21:11	ARTIES
GARÒS	07:19	08:09	09:09	10:09	11:09	12:09	13:09	14:50	14:50	15:28	16:19	17:19	18:19	19:09	20:09	21:09	GARÒS
CASARILH	07:17	08:07	09:07	10:07	11:07	12:07	13:07	14:46	14:46	15:22	16:07	17:16	18:16	19:07	20:07	21:07	CASARILH
ESGUNHAU	07:16	08:06	09:06	10:06	11:06	12:06	13:06	14:46	14:46	15:26	16:06	17:14	18:16	19:06	20:06	21:06	ESGUNHAU
BETREN	07:14	08:04	09:04	10:04	11:04	12:04	13:04	14:43	14:43	15:24	16:04	17:12	18:14	19:04	20:04	21:04	BETREN
VIELHA Colegiu	07:10	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:40	14:40	15:20	16:04	17:10	18:10	19:00	20:00	21:00	VIELHA Colegiu
VIELHA Sapporo	07:12	08:02	09:02	10:02	11:02	12:02	13:02	14:37	14:37	15:27	16:02	17:07	18:07	19:00	20:00	21:00	VIELHA Sapporo
VIELHA Ighesia	07:12	08:02	09:02	10:02	11:02	12:02	13:02	14:37	14:37	15:27	16:02	17:07	18:07	19:00	20:00	21:00	VIELHA Ighesia
VIELHA Mij Aran	07:10	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:30	14:30	15:20	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	VIELHA Mij Aran
VILAC	07:08	07:48	08:48	09:48	10:48	11:48	12:48	14:23	14:23	15:18	15:48	16:48	18:03	18:48	19:48	20:	



# Diplomacia Aranesa

(continuación)



Al cesar Bardaxí, como refleja el manuscrito estudiado, los araneses, que probablemente volvieron a pedir que fuese nombrado Gobernador Gaspar de Mur, se ven sorprendidos por el nombramiento de Tomás de Mur, hijo de Ramón, y, según creo hermano de Gaspar, que debía seguir al frente del castillo de Benasque. Pero los araneses lo rechazan, y Alonso de Aragón vuelve a dejar el cargo vacante. Sólo muchos años después, antes de 1562, consiguen los araneses que Gaspar de Mur, sin dejar la plaza fuerte de Benasque, se convierta en Castellano de Aran.

El manuscrito nº 59 que estudiamos dice así:

Molt lltre Sor

Per manament de V<sup>a</sup>. S<sup>a</sup>. es estada presentada certa provysió als conceylls y conceyll de la vayll d'Aran en la qual mana V<sup>a</sup> S<sup>a</sup>. Vullen acceptar e rebre en loctinent de castella a Thomas de Mur fil de Ramón de Mur y adaquell obeyr y obtemperar en dita vayll lochs e contribució de dita vayll com a la persona de Sa S<sup>a</sup> cometent com se veg evices largo modo jury forma serie e, tenor de dita provysió y encara que dits conceylls e conseyll e singulars de dita vayll ayxi en comú coom en particular per la molta amor e intrínseca voluntat an tengut adaguell llustre e virtosisimo Sor. Y de inmortal memoria lo Sor. Duc de Luna pare predecesor de V.S. y tenen y no menys tendran a V.S. de servir com ha humylls vasaylls e subdits de aquell acceptaren aquell en dita vayll com a señor y castella y prohóm per la sacra e católica Mt. Ab aquells humylls e reverencials protestacions per conformitat dels privilegis usos contitucions de Cathalunya usatges de Barselona pratigas de la terra y ayxi no han tengut y tenen asenyalada merce y

gratia per la humanitat e virtut de sa lltre. Sa. Empero vista dita provysió de directo eser ayxi contra les constitucions de Cathalunya en special contra la constitució de la reyna Doña María loctinent general del rey Don Alfonso quuart en la cort de Barselona que comensa per provehir et ab altres següents del rey Don Joan segon a la cort de montsó que comensa lltre.Sor. molt excellent et y del rey Don Ferrando segon en la primera cort de Barselona que comensa aprobants e loants et. Ab altres següents del matex Rey prohibints que nyngu tinga ny puga teny ny eser provehit de offic de castellanya ó guarda dels fortes e castells ny de altres officis de jurisdicció en lo principat de Cathalunya que no sien nadius e poblans tenynt continuo doomycili en dit Principat Thomas de Mur ny sia nadiu e natural ny habitar en dit principat y nosaltres respectants lo be public y repos de la terra y servey de la cessarea y atholica magestat ab aquesta hymyl e deguda reverencia soppliquen dits conceylls syndic e conseyll de dita vayll V.S. sia de sa mercé manar dita provysió eser revocada a anulada com per dites constitucions sia ipso jure casa ylicyta e nulla com V.lltre.S. tingua dites constitucions e pruyvylegis jurades fermas e loades mayorment com tenim speransa que lo ben resilient per redrs tenen vers dita vayll Molt lltre S<sup>a</sup> son domyni terra e lochs e castells de aquesta per a be y ab degut affecte regir e governar e ayxi humylment ne suplican

Molt lltre. S.

Que ly etc.

Altisimus et  
Joanes Ribera Advocat

Escrito por D. Melquiades Calzado

# La Ferme d'Espiau Boutique

En la Ferme d'Espiau Boutique podemos encontrar todo lo necesario para decorar nuestra casa de montaña con un acogedor ambiente de montaña.

Muebles de madera macizos, relojes de cuco de la Selva Negra, lámparas, vajillas, juegos de café, cristalerías, todo a juego con una casa de montaña..

También una gran variedad de tejidos y cortinas estampados con motivos de montaña para poder escoger el que más se adapte a sus necesidades. Las cortinas para vestir sus ventanas, confeccionadas o hechas a medida A juego con las fundas nórdicas y los cojines para crear un agradable ambiente en los dormitorios o en el salón.

Originales objetos para el baño y magníficos juegos de toallas y albornoces para hacerlo más confortable. Todo tipo de fragancias para la casa.

Y para los que prefieran decorar su casa con un estilo diferente, también encontrarán una sección con todo tipo de muebles y objetos de decoración Art Deco.

A los clientes venidos del Valle de Aran, que representan más del 50% de la clientela de la Boutique, la Ferme d'Espiau les obsequia con **un 10% de descuento** y para aquellos que los visitan asiduamente les ofrecen su tarjeta de descuento en sus compras.



La Ferme  
d'Espiau Boutique

Decoración - Complementos  
Regalos - Arte en la mesa

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



# 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 MOUSQUETAIRES<sup>®</sup>

A PARTIR DE 5 PRODUITS ACHETÉS

Grandes ventajas y descuentos con la Tarjeta cliente **Intermarché**

**Intermarché**  
Les Mousquetaires

De Lunes a Sábado  
de 9 a 19,15

Les Trêtes  
MOUSTAJON - 31110 LUCHON  
Tel. 00 33 561 79 24 00  
Fax: 00 33 561 79 83 01

**Intermarché**  
Les Mousquetaires

más cerca, en CIERP GAUD

A 5 minutos de la frontera

De lunes a viernes  
de 9 a 12,30 y de 14,30 a 19,30.  
Sábados de 9 a 19,30 sin interrupción  
Tel. 00 33 561 89 85 50



# Los MEJORES PRECIOS DEL VALLE DE ARÁN

**Gotta**  
— PERFUMERÍAS —  
*eres tú!*

Perfumes hasta el 60% de descuento

# -60%



**Gotta**  
— PERFUMERÍAS —  
*eres tú!*

PERFUMERÍA GOTTA: Pg. Eduard Aunós 16 - En el centro de Bossòst.



# mascotas

## Las malas víboras

Y no me refiero a su vecina de arriba, la que tiende los trapos chorreando justo encima de su tendedero cuando su ropa ya está seca. Me refiero a las de verdad, las que van por el suelo y que no hace falta ser un herpetólogo experto para reconocerlas. Porque sí, en los libros te dice que tienen ese dibujo en las escamas, y que la cabeza es ancha y las pupilas verticales, como las de los gatos. Pero creo que todos conservamos una especie de sexto sentido o de intuición o de lo que sea, heredado de nuestros tatarabuelos que hace que hasta a un tío que no ha pisado el monte en su vida le de un vuelco el corazón nada más verla... No sé qué es este bicho, pero fijo que es malo de narices. El otro día leía un artículo que decía que la mortalidad por picadura de víbora en personas es relativamente baja: unas 5 de cada 1000. Yo no sé si se han hecho estadísticas en perros, pero les puedo asegurar que es muchísimo más alta.



Todos los años por estas fechas nos toca atender algún caso de picadura de víbora. Ellas están saliendo de su letargo invernal con las bolsas de veneno llenitas a rebosar y nosotros estamos saliendo con nuestros perros al monte. Y claro, coincidimos. Y el perro, curiosón él, va a ir inmediatamente a ver qué es esa cosa que se mueve y si es comestible o al menos se puede jugar con ella. Y claro, picadura al canto, en el morro o en la pata, normalmente.

¿Qué hay que hacer? Pues salir pitando a buscar un veterinario. Y si pueden, lleven también a la bicha. Preferiblemente muerta (el veterinario se lo agradecerá). Y si no se atreven a cogerla, que lo entiendo, pues háganle una foto con su iphone, que sirve para algo más que para hacerlo sonar en mitad de un concierto o una película. Saber si lo que ha picado a su perro es o no una víbora va a ayudar bastante a prever cuál será la evolución del caso. Una picadura de otras serpientes suele responder perfectamente a una inyección de corticoide. La de la víbora es otro cantar. Lo ideal es que el perro no camine, cójalo en brazos o cárguelo en la mochila. Si la picadura ha sido en una pata puede intentar colocar una cinta ancha a modo de torniquete por encima de la picadura (cuidadito con apretarlo demasiado y dejar al perro sin pata). Y si por casualidad tienen a mano algún desinfectante, se lo pueden echar en la herida. Lo de hacer un corte y chupar el veneno es una guarrada y además puede ser peligroso.

Es bastante probable que el perro llegue en shock; no se sostenga en pie, esté desorientado, el corazón le vaya muy deprisa... pero en otras ocasiones puede parecer más normal. No se fíe y acuda a un veterinario. Si el animal está en shock el veterinario intentará estabilizarlo y si lo consigue es posible que el perro parezca encontrarse bien al cabo de unas horas, pero no es así... el veneno está haciendo su efecto: entre otras cosas produce hemólisis, es decir, destrucción de los glóbulos rojos. Seguramente verá que la orina del perro parece sangre. Esa hemólisis puede dar lugar a una anemia muy seria que requiera transfusiones sanguíneas y esto puede ocurrir incluso varios días después de la picadura. Por eso es importante hacer un seguimiento muy estricto del animal, aunque a primera vista parezca estar bien.

Dichas todas estas recomendaciones deseo que no tengan que utilizarlas nunca. Espero que la que hemos atendido estos días sea la primera y la última picadura de víbora de la temporada. Amén.

Eva Deza de Arán Veterinaria



## aran

### veterinaria

**Servicios:**

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

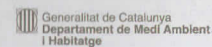
**Ahora también peluquería canina!!!**

**Visitas concertadas:**  
**Tel. 973 64 23 61**  
 Avda. Garona, 25 - bajos VIELHA  
[www.aranveterinaria.es](http://www.aranveterinaria.es)

# FEM RECOLLIDA SELECTIVA, pel present i el futur del medi ambient

  <p><b>ampolles sense taps ni xapes</b></p>   <p><b>envasos de vidre i altres pots</b></p>  <p><b>Vidre</b></p>	 <p><b>diaris i revistes</b></p>  <p><b>caixes plegades</b></p>  <p><b>fulls</b></p>  <p><b>sobres</b></p>  <p><b>cartró d'ous</b></p>  <p><b>Paper i cartró</b></p>	 <p><b>bosses de plàstic</b></p>  <p><b>brics plegats</b></p>  <p><b>ampolles i garrafes xafades</b></p>   <p><b>llaunes</b></p>  <p><b>envasos de iogurts</b></p>  <p><b>safates de porexpan</b></p>  <p><b>Envasos de plàstic i metall</b></p>	 <p><b>residus d'escombrar</b></p>  <p><b>bossa d'aspiradora</b></p>  <p><b>pal de fregar</b></p>  <p><b>burilles</b></p>  <p><b>compreses</b></p>  <p><b>bolquers</b></p>  <p><b>Resta</b></p>	 <p><b>restes de menjar</b></p>  <p><b>triadures de fruita i verdura</b></p>  <p><b>marro de cafè</b></p>  <p><b>sobres d'infusions</b></p>  <p><b>taps de suro</b></p>  <p><b>closques d'ou</b></p>  <p><b>paper de cuina</b></p>  <p><b>rams marçits i restes vegetals</b></p>  <p><b>Orgànica, restes de mejar i restes vegetals</b></p>
--	---	---	--	---

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





# Aran pour nos amis les français

## LE PARADIS N'EXISTE PAS

(Première partie)

Je me suis toujours posé la question sans pour cela avoir de réponse, à savoir si tous les êtres vivants dans notre planète avaient le même degré de facultés que nous avons les humains, mêmes caractères, mêmes souffrances et mêmes façons de voir la vie. Et tant d'autres facultés que nous avons-nous, les êtres humains. Mais surtout, ce que m'intéressait le plus dans toutes ces questions que je me posais toujours, c'était de savoir si toutes les êtres vivants sur notre planète avaient la chance de pouvoir rêver. Car je considère que le rêve est une des grands richesses de l'être humain lequel nous permet très souvent de nous évader de la morosité de cette vie que nous vivons toujours à cent l'heure, pleine d'imprévus, pas toujours agréable.

La semaine dernière j'ai assisté à notre village à un enterrement. Et malgré la vitesse de la cérémonie, ce fut pénible, car nous laissons tous un peu de notre jeunesse et de nos souvenirs, car le défunt était vraiment un ami.

Le soir au li, avant de m'endormir, j'ai eu une pensée gentille envers mon avis, et après certainement je me suis endormi et là, je me suis mis à rêver. Paraît-il, en dormant, tout le monde rêve. Mais souvent, le lendemain, on ne se souvient plus de celui-ci, comme c'est souvent mon cas. Mais pur une fois je me souviens de tout, et je vais vous le raconter avant de l'oublier, malgré qu'il ai été très désagréable. Dans mon rêve, je me trouvais au cimetière du village. Assis sur un cercueil entouré des gens aux mines tristes, qui regardaient la mort. Et par curiosité, moi aussi je me suis penché et regardé. Et là, je reçois un drôle de choc, car sans aucun doute, le défunt c'était moi. Alors, pris de panique, j'ai me touchais de partout en répétant sans cesse : « Je suis vivant, je suis vivant ». Fou d'angoisse, je touchais ma famille, mes amis, rien n'y faisait. J'étais bien mort. Effondré, paniqué, je restais là à écouter les commentaires de tout le monde, et chose bizarre, les pensées secrètes des personnes et tenant en retrait, sans parler. En écoutant tout ce monde commenter ma disparition, j'avais comme de mon

vivant, l'envie de donner des coups de poing, car certains pensées du public ne me plaisaient pas du tout. Une fois tout le monde parti, je suis resté là, hébété, à me regarder allongé avec une drôle mine tout en constatant que personne ne m'avait écouté quand je disais que je ne voulais pas des fleurs, et que je voulais juste notre famille à mon enterrement. Enfin, ils avaient fait tout le contraire, profitant que je ne pouvais rien dire ni faire, une fois dans l'au delà. Dans mon rêve, j'étais là assis à côté de mon cadavre, en me demandant ce que j'allais devenir, car de tout évidence, j'étais bel et bien mort. C'est alors qu'une voix d'homme me dit « Bonjour », et an me retournant, j'avais devant moi un être en chair et en os, enfin si on peut dire ainsi, qui me demanda de venir le voir dans son bureau, pour me faire une fiche du Paradis pour l'Éternité. Sur le coup, je n'ai pas compris à l'utilité de me faire une fiche, surtout que j'étais mort, et dans un cimetière. Notre bonhomme me dit qu'il faisait le papier à tous les décédés du département et qu'il me fallait aller dans son bureau. Comme je ne voyais pas de mode de locomotion, je lui ai demandé la façon de nous déplacer dans son « au-delà ». Il me répondait que c'était facile, qu'il suffisait de le demander à haute voix, et tout de suite, on se retrouvait dans le lieu demandé.

Bon, une fois dans son bureau au paradis, mon histoire de toujours recommença comme de mon vivant sur la terre. « Vous êtes bien né en Espagne ? Vous êtes venu très jeune, voulez-vous aller au paradis espagnol, ou au paradis du village dans lequel vous avez vécu toute votre vie ? Je tiens à vous signaler que notre au-delà est formé de trois sortes de paradis. Le premier pour les riches, qui comme ils son habitués ne manquent de rien. Bateaux, golf, champagne, femmes de chambre. Le deuxième pour les profiteurs et malhonnêtes, et il marche très bien, car les affaires foireuses se font de plus en plus, et surtout avec les banques, c'est trop !

Écrit par M. Jo Tarin (Cornebarrieu) France

Leida — Vielha — Arties — Baqueira  
Pension Montarto

**Pensió \*\* Montarto**

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

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

**Era Coquèla**  
restaurant

Av. Garona, 29  
(A 50 m. del Palai de Gèu)  
25530 VIELHA (Val d'Aran)

Reserves: tel.973 642 975

# ES PIRENÈUS

## Presenta Ceramica Joguets

Passeg dera Libertat, 19  
Tel. 973 64 04 73  
VIELHA

### Alimentación y complementos para su mascota

## Peluqueria Canina

Tel. 660 805 815 / 973 64 03 83  
En el Parking del Palai de Gèu.

Servicio de GUARDERÍA

ACANA DINGO NATURA LUPO SAN Orijen ROYAL CANIN NutriBest

### La Asociación Humanitaria PIRENEOS IN BOLIVIA

Organiza el próximo  
domingo 6 de julio de 2014  
"JORNADA BOLIVIANA"

En la Sala de Fiestas de Sarp  
Almuerzo, actividades,  
exposición de fotografías ...

Para más información  
Tel. 00 33 56188 39 69 o al  
00 33 633223355

# Era jancana

## Herbodietètica

### Productes biològics i naturals

## Venda a granel: Farines, llegums, sucre moreno...

Avda. Garona, s/n  
(al costat del Palai de Gèu)  
VIELHA  
Telf. 973 64 16 04



# era val de d'auiti tempsi

UA TARDE EN CASAU (-2au. Part)



-Moria se que me dides...e bèn dem-li er aire entà casa no mos ac encomanèsse.

E au Maria, cames ajudatz-me entà Sampé. No podíà trascar e quan arribè enes tèrres i auia ua aigüera que traussaue eth camin , e just aqui me tornen a tremolar es cames. Pèrdi eth mon de vista e ja m'as de cap ena aigüera; com poguí , me lheuè e com poguí arribè en Sampè mès mòrta que vieua. Pòs pensar eth desgust que se'n portèren en casa. Me meteren en lhet ben caud e atau que passè eth sarrampilhon, e pòs compdar que papa no volguec pas que tornèssa tad aquera casa ; e trebalhar tota era mia vida en casa e dehòra , e eth trebalh m'a hèt endurir, a suportar, tabé a defensa-me des injustícies.

Parlèrem fòrça estona de sa pare , perque jo m'embrembaue que de petita i auia anat a cercar era lèit e tostemp me comdaue condes. Se didie Saturnino e ère fòrça chamós. Maria se n'arris e me ditz : - Eth tòn germà Enrique que tabé pujaue soent: tostemp lo anauè a cercar a on sabie que lo trobaue tamb es vaques e no paraue de demanar que li condèsse causes . Un dia tip d'entené-lo li diguec: " Tu petit, o seràs ben bèstia o ben espabilat" perque guarda que per preguntar no te pèrdes pas....

Tabé parlèrem de qu'ère devòt e qu'anauè entàs romiages...- Un còp (ditz) li passèc bona ; decidic anar entà un que calie caminar un pilèr d'ores perque'ère en Palhars, e auie ua vesia que li didien era "capblansa" que tabé i volguec anar. Eth no ère cap massa escahuat, quauqu'arren se deua shomar , prò tu per tu que marchèc. Mès que patie fòrça de set e era aigua que no li didie arren, per acró que es aigüerèrs ne les vedia mès quan passauen pes poblets ja desapareshie . Diantre de hemna quin nas qu'auie! A no tardar ja se li embolicauen es cames. No sabie que hèr; ère apurat: Hè lèu, da-te aire, que no arribaram jamès. No i aguec arren a hèr ja ère cueta. De patac en tèrra, e .....

-“ Datz-li memòries ath Sant”....Praube papa, arribèc mòrt en casa e as tantes dera net. No s'ac podie acabar: Jo plan que lo sò hèt eth pelegrinatge, ja ei ben vertat que vai mès anar solets que mau acompanhats...

Adu Maria, passa-t'ac ben en Terrassa mès ja te'n pòs portar es uelhs ben plens d'aguest panorama que aqui no l'auràs cap atau.

Òc acró plan que ac tròbi de mens. Enquia era tornada.

Entrevista hèta per Pepita Caubet ara Senhora Maria Iglesias Berdiè eth 20.11.89 Deth libre Istòries d'Aran

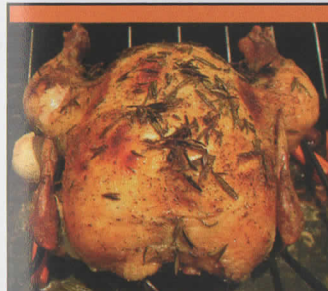


# ETH AUET

bassols  
nicoleta  
reig martí  
carlos luna  
doymon

ROPALABO  
ESPECIALIDAD EN HOSTELERIA  
PRIMERAS MARCAS EN ROPA DE HOGAR

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



-ASADOR GARONA-  
"POLLOS A L'AST"  
y COMIDA PARA LLEVAR

Avda.Garona, 17 · VIELHA  
Tlf. 973 642 093 / 685 632 975

Horario  
Lunes de 11:00-14:00 // Martes a Domingo de 11:00-14:00 y 19:00-21:00

Espacio  
reservado  
para tu  
empresa!!!!  
Anúnciate!

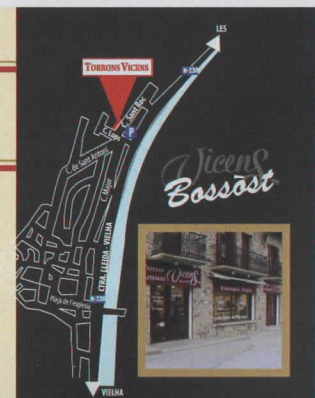


BOSSÒST  
TORRONS VICENS  
ARTESÀ D'AGRAMUNT DES DE 1775

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

FABRICACIÓ PRÒPIA I VENDA AL DETALL

PLUS DE 300 SPÉCIALITÉS ARTISANALES  
DE QUALITÉS SUPRÈMES



TORRONS VICENS  
C. Sant Roc, 1  
25550 BOSSÒST (LLEIDA)  
TEL. +34 973 648 065  
www.vicens.com



# Pesca en Francia

## Organización. Cómo funciona?

En Francia la organización de la pesca de agua dulce está constituida por 3 instituciones:

El Estado y en particular el Ministerio de Ecología y Desarrollo sostenible.

La Oficina nacional del Agua y de los medios acuáticos (ONEMA)

La Federación Nacional de Pesca (FNPF)

El estado es quien define la política de la pesca y de la protección de los medios acuáticos. Prepara la legislación en colaboración con sus otros socios. La **Oficina Nacional del Agua y los Medios Acuáticos**, establecimiento público administrativo, que está bajo la tutela del Ministerio y la **Federación Nacional de Pesca en Francia y protección del medio acuático**, que es el órgano político de la defensa de los intereses de los pescadores y de la pesca asociativa.

Agrupar una enorme red de voluntarios, elegidos por

los pescadores que se ocupan de las AAPPMA (Asociaciones agregadas de Pesca y Protección del Medio Acuático). En Francia existen más de 4.000, repartidos por el territorio nacional y están reagrupadas en Federaciones Departamentales. Para practicar la pesca en Francia, en las aguas llamadas "libres", es decir ríos, afluentes, lagos en contacto con estas aguas es necesario y suficiente ser miembro de una asociación agregada comprando el Permiso de Pesca de alguna de estas asociaciones. Esta condición es igual y al mismo coste sea cual sea la nacionalidad o el lugar de residencia del pescador. Las AAPPMA más próximas a la Val d'Aran, son las de FOS, ST.BÉAT y LUCHON. En Haute Garonne hay muy pocas excepciones. Si Vd. compra un permiso de Pesca y respeta el reglamento en vigor, se puede pescar sin ningún problema en todos los lagos y corrientes de agua de toda la región sin ninguna otra formalidad. ¡ Con total libertad! ¡ Le esperamos en Haute Garonne!



# F PESCAR EN Francia

Valle del Garona, lagos de Montaña de Luchon  
Pesca de la trucha de calidad en total libertad

- Permiso de pesca para un día : 12 €
- Permiso de pesca semanal: 30 €

No es necesaria ninguna otra formalidad para pescar en los lagos y ríos en todo el Alto Garona, donde abajo en los valles, les esperan también carpas, siluros y otras variadas especies.

Los permisos de pesca válidos para toda la región de la Haute Garonne están disponibles en los siguientes establecimientos:

#### CIERP-GAUD:

Maison de la presse - 26 rue du Docteur Huguet

**FOS:** En la tienda de comestibles

**LUCHON:** En el Intermarché de Moustajon  
"Le Totem" Tabacos y regalos (Allées d'Etigny)  
Supermercado SPAR (abierto los domingos)

Auberge d'Astau

**SAINT-BEAT:** Maison de la presse

Para más información : [www.fede-peche31.com](http://www.fede-peche31.com)





# Actividades en Aran

JULIO

**Día 2: ROMERÍA AL PATRÓN DE CASAU - CASAU.** Romería popular.

**Día 2: ROMERÍA DE MONTGARRI - MONTGARRI.** Romería popular. Misa y ofrenda de pan y queso, animado todo por una charanga.

**Día 3: ROMERÍA AL PATRÓN DE ESCUNHAU - ESCUNHAU.** Romería popular.

**Día 6: ROMERÍA AL PATRÓN DE BETREN - BETREN.** Romería popular.

**Día 19: FIESTA MAYOR DE SANTA MARGARITA - BAGERGUE.** Fiesta Mayor con diferentes actividades para niños y adultos, tanto diurnas como nocturnas.

**Día 19: FESTIVAL DE MÚSICA ANTIGUA DE LOS PIRINEOS - BOSSÒST.** Concierto de Marta Infante y Manuel Vilas en la iglesia románica de la Purificación. A las 22h.

**Día 20: NAUT ARAN DUATLÓN - NAUT ARAN.** Carrera de montaña (duatlón) para hacer en bici y corriendo, por la parte alta de la Val d'Aran.

**Día 25: FIESTA MAYOR DE SAN JAIME - LES.** Fiesta Mayor con diferentes actividades para niños y adultos, tanto diurnas como nocturnas.

**Día 25: FIESTA MAYOR DE SAN JAIME - CASAU.** Fiesta Mayor con diferentes actividades para niños y adultos, tanto diurnas como nocturnas.

**Del 25 al 27: FIESTA MAYOR DE SAN JAIME - ARTIES.** Fiesta Mayor con diferentes actividades para niños y adultos, tanto diurnas como nocturnas.

**Día 27: CARRERA ARAN PER SA LENGUA - VIELHA.** Carrera para fomentar el aranés. Está abierta a todo el mundo. Se sale desde Les, Montgarri o Boca Sur del Túnel hasta llegar todos a Vielha, donde se celebrará un concierto de música occitana en la plaza de la Iglesia.

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

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

## Nota de prensa

El pueblo de Les celebra el 26 de julio Les&Fun2014 su segunda romería musical. Con la idea de sacar la música a la calle, la jornada festiva consiste en varios escenarios a lo largo de un circuito por diferentes establecimientos, donde se celebran conciertos desde las 14:00 del sábado hasta la madrugada del domingo. El abanico de estilos musicales hace de este evento una cita apta para todos los públicos y gustos.

Les&Fun combina grupos de la escena musical de Barcelona con artistas del mismo pueblo aranés. Entre los sonidos foráneos se encuentran estilos desde flamenco, pop,

funky, cubano, soul, electronica... Los locales que acogen las actuaciones de día son los bares Café deth Pont, Tiurna, Es Neres, Era Tauerna y Hotel Europa. Para la noche se espera también una gran concentración ya que nos deleitaran con muy buen son cubano y funky del mas movido. la clausura va de la mano del dj Javier Moreira y por si fuera poco la noche ofrece autobuses hasta las 4 de la mañana. Se espera que mucha gente se anime a disfrutar de esta jornada musical que ofrece estilos para grandes y pequeños, y familias y amigos, en lo que se prevé una celebración durante todo el día por las calles de Les.



**14<sup>e</sup> Festival de la sculpture et du marbre**

**Saint-Béat** 31  
du 4 au 26 juillet 2014

Symposium Ateliers [créations en public]  
Expositions vente / visite  
Stages sculptures [marbre, pierre & en bronze]



TERMAS  
BARONÍA DE LES



### JUNY, JULIOL I SETEMBRE

Ticket Piscina Termal i Sol: 6€

Bono 10 Entrades: 50€

Consulteu Bono Trimestral

Horari de 10:30 a 14h.

Condicions: 2 adults i max 3 infants gratuïts. Edat mínima d'accés consultar.

### TERMAL KIDS

Tots els dimecres, accés gratuït a totes les nenes i nens de 3 a 12 anys, acompanyats d'un adult\*

Horari: 10.30 a 14h i de 17 a 19h

\* 1 adult pot acompanyar un màxim de 2 infants.

L'edat mínima d'accés és de 7 anys excepte els dimecres amb la Termal Kids que és de 3 anys.

**DURANT TOTA LA TEMPORADA D'ESTIU els nens de 7 a 12 anys tindran una reducció del 50% en la Tarifa de matí.**



Consultes al 973 648 717, al facebook o a [www.termasbaroniadeles.com](http://www.termasbaroniadeles.com)

# BRICO MARCHÉ



PRODUCTOS PARA MASCOTAS



BRICOLAGE



CONSTRUCCION



DECORACION



JARDINERIA

Estamos frente al INTERMARCHÉ  
Hablamos español  
Hacemos duplicados de llaves

**ABIERTO TODOS LOS DIAS**  
(EXCEPTO DOMINGOS)  
De 8 a 12,30 y de 14,30 a 19 Horas

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



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

ARAN  PARK

ABIERTO TODOS LOS DIAS

teléfon 00 34 973 92 90 06

[www.aran-park.com](http://www.aran-park.com)

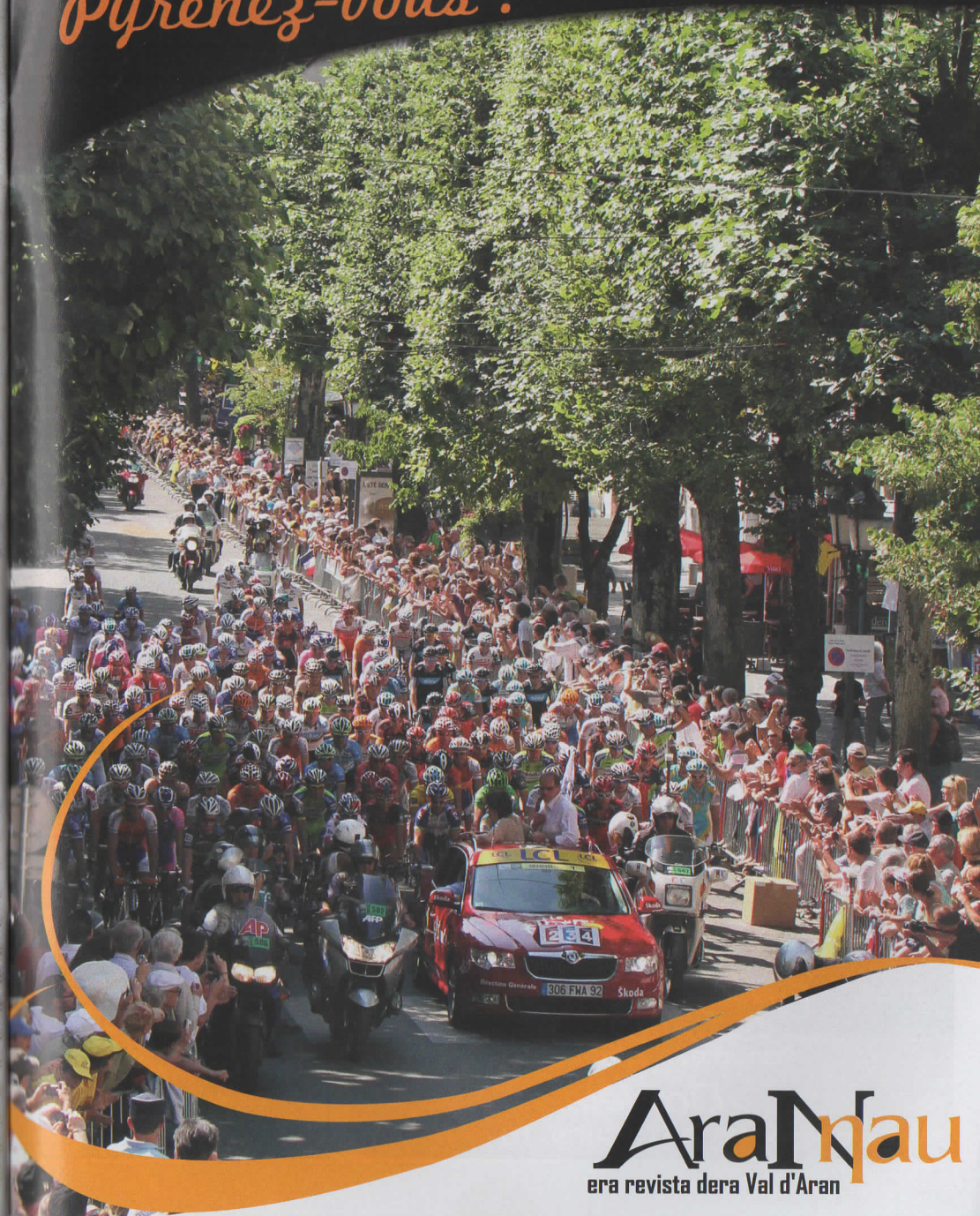
  
VAL D'ARAN  
Era essència des Pireneus

**Luchon**

Suplemento Mensual GRATUITO

JULIO  
2014

*Pyrénez-vous!*



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



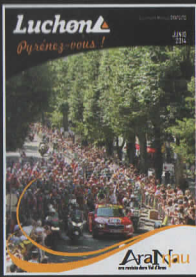


Foto: O.T. LUCHON

**Edición:**  
NAU ARAN S.C.P.

**Impresión:**  
Indugraff Offset  
**Maquetación y Diseño:**  
Alèxia Grustan.

**Directora Comercial:**  
M<sup>a</sup> 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



**Fromagerie du Vignemale**

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

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

**Teléfono**  
00 33 561 79 88 79




**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'etigny - 31110 - LUCHON - 05 61 79 11 68



**GRAN ARAN**  
CONSTRUCTORA

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

# Luchon



## SÁBADO 5 DE JULIO CONCIERTO

21 horas Explanada del Vaporarium,  
parque termal

Concierto a cargo de la coral y la Fanfarria de Blagnac  
Concierto en ayuda a los damnificados de las inundaciones de junio 2013.  
Participación libre pero necesaria



## DOMINGO 13 DE JULIO LOS GUÍAS DE MONTAÑA

Desfile de los Guías de Montaña a caballo.  
Salida desde la estación a las 21 horas. Llegada al Casino para la final hacia las 21.30 horas  
Participarán en el desfile La Fanfarria Municipal de Blanca, La Cuadrilla Occitana, Los hijos de Luchon, la Cuadrilla Luchonesa. La fanfarria luchonesa. Los Bomberos de Luchon, el Centro Ecuestre y la compañía de Guías a caballo de Luchon



## LUNES 14 DE JULIO CASTILLO DE FUEGOS ARTIFICIALES

22,30 Parque de las Termas



# Luchon

FORME & BIEN-ÊTRE

*Pyrénez-vous !*

Vaporarium natural

único en Europa

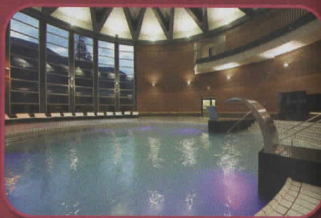


## El bienestar en el corazón de los Pirineos

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 Félix



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»; Hammam Natural único de Europa

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

(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.

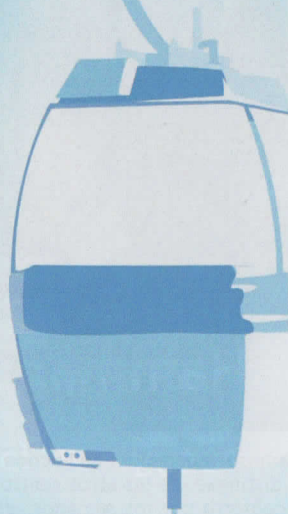
Para un mejor bienestar común, se recomienda guardar el mayor silencio posible en el Vaporarium.



**Luchon**  
SUPERBAGNÈRES  
*Pyrénez-vous !*

En poc  
temps pel  
túnel de  
Vielha!

# EL TELECABINA UNEIX SUPERBAGNÈRES I LUCHON



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  
*Pyrénez-vous !*

**Luchon**  
SUPERBAGNÈRES  
*Pyrénez-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 desens 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](http://www.luchon.com)

**Luchon**  
SUPERBAGNÈRES  
*Pyrénez-vous !*



# Luchon

**SÁBADO 12 DE JULIO**

## CAMPEONATO DE SKATE

Skate Park de Luchon, Parque de Quinconces

Luchon organiza su 4º campeonato desde la creación del skatepark. Festival con numerosos premios y un premio en metálico de 300€. Ven a inscribirte a las 13h para intentar domar el bowl y la calle.

Categorías infantiles, menores de 16 años y mayores de 16 años.

Inscripciones en el 05 61 94 68 32 o en facebook "animations mairie de luchon"

**VIERNES 18 DE JULIO**

## LA GUINGUETTE À ROULETTE

21horas Square Lauret

La Guinguette à Roulette por la Compañía La Guinche. Espectáculo musical interpretado por 4 artistas. Una caravana, un conrabajo, dos guitarras y un acordeón, una pista de baile. Su estilo retro y su ritmo endiablado de los años 30 a los años 50. Gratuito

**MARTES 22 DE JULIO**

101 Edición **TOUR DE FRANCIA**

Carcassone/ Bagnères de Luchon 237,5 Km. (llegada al Boulevard Edmond Rostand)

Caravana de Luchon hacia las 15h.50

**Miércoles 23 de julio**

los corredores de la etapa St. Gaudens / St. Lary-Soulsans pasarán por la avenida de Allées d'Etigny.

**Actividades del 21 y 22 julio**

Lunes 21 : concierto de tarde en la plaza del mercado con banda.

Martes 22 : Por la noche, teatro junto a las termas, "le mariage forcé" de Molière con G. Holtz

# Índice anunciantes

## ALIMENTACIÓN NATURISTA y PARA LLEVAR

27 Era Jançana (Vielha)  
29 Asador Garona (Vielha)  
29 Torrons Vicens (Bossòst)  
13 Torres (Barcelona)

## ALQUILER MAQUINARIA

11 Calvo (Vielha)

## ASESORIAS - GESTORIAS- ABOGADOS

9 Cadion (Vielha)  
12 Cudos (Vielha)

## ATRACCIONES y PARQUES NATURALES

9 Le Petit Train Luchonnais (Luchon)  
5 Pyrenees Hô (Cierp Gaud)  
34 Aran Park (Bossòst)

## BTT BICICLETAS VENTA REPARACION

11 Luchon MTB (Luchon)

## BOLSOS

11 Alexia Grustan

## BRICOLAJE

33 Bricomarché (Luchon)

## CONSTRUCCIONES

7 Gran Aran (Vielha)

## CORTINAS y TAPICERIAS

7 Magatzems Sant Jordi (Lérida)

## DENTISTAS

2 Clínica Odontológica Dr. Chela (Vielha)

## FESTIVALES

27 Festival Pirineos en Bolivia\* (Francia)  
32 Association Marbre et Arts (St. Beat)

## FLORISTERIAS

17 Horticulture Pradel (Luchon)

## FOTOGRAFÍA

13 Aran Color (Vielha)

## GUARDERÍAS y ALIMENTACIÓN ANIMALES

27 Tuca Can (Vielha)

## GUIAS TURISTICOS

28 Aran Culturau (Vielha) - 28

## HOTELES

27 Pensión Montarto (Arties)

## INFORMATICA

11 Vielha Computer (Vielha)

## INMOBILIARIAS -PROMOTORES

11 Eth Puntet (Vielha)  
7 Gran Aran (Vielha)

## LAVANDERIAS- TINTORERIAS

33 Jonerick (Betren) Vielha

## LIMPIEZA DE CHIMENEAS

7 Limpiezas de Chimeneas (Sort)

## MEDICINA ESTÉTICA

15 Dra. . Mª José Cutando (Vielha)

## MODA y COMPLEMENTOS

2 Novetats Codina (Bossòst)

## PERFUMERIA

23 Gotta (Bossòst) - 23

## PESCA

30 Fédération Pêche Haute Garonne - 30 / 31

## PINTURAS

3 Aran Pinturas (Bossòst)

## POMPAS FUNEBRES

9 Funeraria Saura (Vielha)

## REGALOS

27 Es Pirineus (Vielha)  
21 La Ferme d'Espiau Boutique (Luchon)

## RESTAURANTES

9 Era Tiurna (Les)  
27 Era Coquela (Vielha)

## ROPA LABORAL Y DEL HOGAR

29 Eth Auet (Vielha)

## SEGUROS

12 Mapfre (Vielha)

## SUPERMERCADOS

22 Intermarché (Luchon y Cierp Gaud)  
17 Super U (Gourdan-Polignan)

## TALLERES AUTOMOVILES

7 Talleres Garona (Vielha)  
3 Talleres Salva (Vielha)  
14 Automóviles Tonés (Barbastro)  
17 Norauto (Seilhan)

## TERMAS Y BALNEARIOS

33 Termas Baronia de Les (Les)

## VETERINARIOS

24 Aran Veterinaris (Vielha)

## Índice anunciantes revista LUCHON

### ALIMENTACIÓN

2 Le Vignemale (Luchon)

### CONSTRUCCIONES

2 Gran Aran (Vielha)

### ESTACIONES DE ESQUI

6/7 Luchon Superbagnères

### PERFUMERIAS Y ESTETICA

2 Danielle Perfumerie (Luchon)

### TALLERES AUTOMÓVILES

2 Talleres Garona (Vielha)

### TERMAS

4/5 Luchon Forme et Bien Être (Luchon)

ATTRACTION UNIVERSELLE

5-27 juillet 2014 - 101<sup>e</sup> édition

Le TOUR DE FRANCE





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](http://www.turismodecastellon.com)



[www.facebook.com/turismodecastellon](https://www.facebook.com/turismodecastellon)



<http://twitter.com/turcastellon>