

era revista dera Val d'Aran

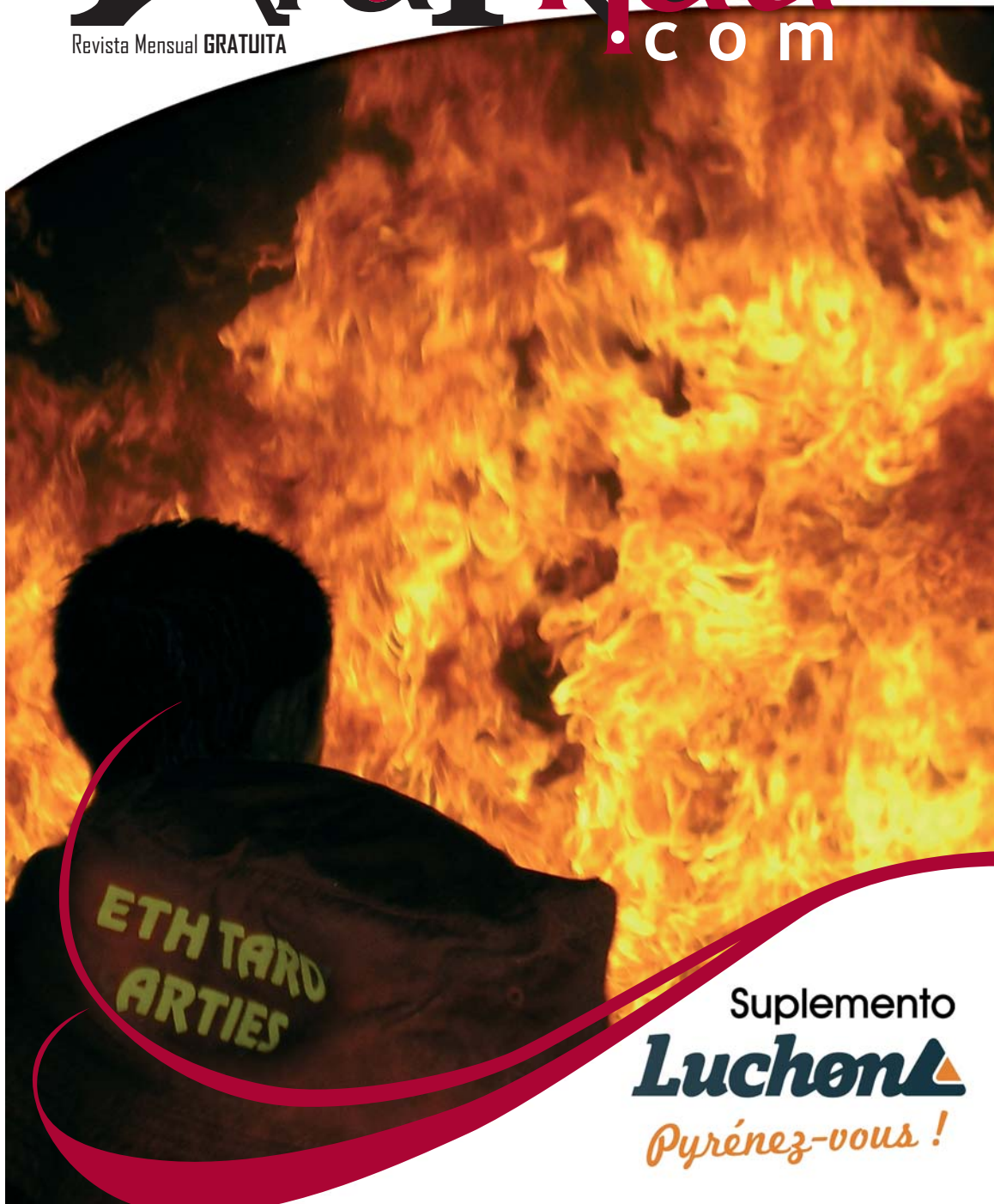
Aranau

Revista Mensual GRATUITA

ic o m

Nº 81

JUNH
2015



Suplemento
Luchon 
Pyrénéz-vous !

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

VIELHA 2020: CIUTAT INTEL·LIGENTA, CIUTAT CONNECTADA

#Vielha
"endeuant"
Junh
2015



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



**Apartamento
2 hab en Vielha
109.000 €**



**Apartamento 2 hab.
con Jardín Gausac
158.000 €**



**Dúplex 3 hab. en
Mont
185.000 €**

Puntet
Grup solevar

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



**Piso + Buhardilla
4 hab Salardu
175.000 €**



**Apartamento 3 hab.
Baqueira
325.000 €**



**Casa en
Montcorbau
195.000 €**



**Apartamento 3 hab.
Aubert
159.000 €**

Consulte
nuestras
ofertas de
inmuebles
procedentes
de BANCOS
con
financiación
especial

JC
maquinaria

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

AraNau

era revista dera Val d'Aran



FOTO PORTADA:
Jorge López Pallarés

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

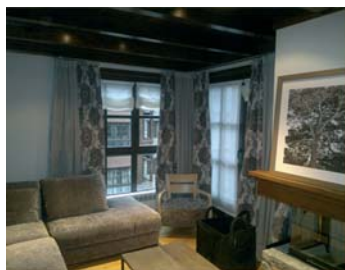
- 6/8 Sonque Aran
- 10 Podología
- 11 Hèsta d'Aran
- 12 Actividades en Aran
- 13 Medicina Estética
- 14 Anuncios económicos
- 16 Teléfonos de interés
- 17 Trucos
- 18 Era Biblioteca
- 22 Mijaran
- 23 Noticias de Comminges
- 24 Mascotas
- 26/27 Horarios de autobuses
- 28 Gent d'Aran
- 29 Era val d'autoi tempsi
- 30 Aran pour nous amis français
- 39 Índice anunciantes

AraNau
era revista dera Val d'Aran

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

rosa@arannau.com

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



Cortines Sant Jordi

Tapissería 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



TALLERES GARONA

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

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



osteocaran

Cercant un equilibri saludable

CENTRE D'OSTEOPATIA INTEGRAL

INFORMACIÓ I RESERVES:
672 26 68 33



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
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

HARDWARE · ACCESORIOS · REPARACION · MANTENIMIENTO · FORMACION · INTERNET · REDES · VENTA DE EQUIPOS · SOFTWARE

Cession ath Conselh Generau d'Aran deth hons Baron de Miguel de Santa Gemma de Vilac

Nancy La Fonta de Saintegème a cedit ath Conselh Generau d'Aran eth sòn hons "Baron de Miguel de Santa Gemma de Vilac" que forme part deth patrimòni aranés. Eth hons "Baron de Miguel de Santa Gemma de Vilac" ath delà de documents a pèces de vaishèra, sagèths der escut dera familha,... que seràn depausadi en Archiu Generau d'Aran e en Musèu dera Val d'Aran tà pr'amor de garantir era melhor gestion e era sua preservacion.

En paraules deth cap de Cultura, Patrimòni e Politica Lingüística d'Aran, Jèp de Montoya, "damb aguest hons, es investigadors poderan contunhar era hita de saber mès dera nòsta istòria. Voi arregraïr ar alcalde de Vilac, Jose Rella, eth sòn trabalh entà que fin finau, Nancy La Fonta, s'age decidit a cedir ara Val d'Aran aguest hons patrimoniau sus eth Baron de Miguel de Santa Gemma de Vilac"



Eth Conselh Generau d'Aran brinde ajuda ath Nepal

Eth tèrratrem que flagelèc eth Nepal eth passat 25 d'abriu de 2015 a causat ua pèrta colossau de vides e de propietats atau coma de fòrça infrastructures maumetudes e de bèri monuments deth Patrimòni dera Umanitat d'immens valor istoric e arqueologic. Enquiath moment s'an trapat mès de 6.000 persones mòrtes e lèu de 17.000 persones herides, açò mos da era idèa dera magnitud d'aguesta tragèdia umana que viu eth pòble de Nepal.

Eth Govèrn de Nepal de forma immediata, s'a centrat principaments en rescat de persones, salvar vides e era recopilacion d'informacion entà coordinar es trabalhs de sauvament de forma eficaça e oportuna deuant es efèctes devastadors deth tèrratrem. Es Estats membres des *Naciones Unidas*, persones e organizacions umanitàries realizen contribucions voluntàries tant en efectiu coma en espècies, entad

açò s'a constituït eth **Hons d'Ajuda entàs Desastres deth Prumèr Ministre (PMDRF)** ara fin de poder canalizar aguestes ajudes e contribucions. Aguestes contribucions financères, tanben pòden depausar-se en Compde corrent d'Ajuda a: **AJUDA DAMNATJATS TÈRRATREM NEPAL IBAN: ES66 2100 0920 3002 0031 8805 CAIXABANK, S.A- LA CAIXA.**

"Des deth Conselh Generau d'Aran lamentam es pèrtes umanes e materiaus qu'a patit eth Nepal e manifestam eth nòste mès absolut supòrt, en tot comprometer-mos a hèr era maximala difusion e sensibilizacion entà collaborar ena obtencion de finançament que les ajude a restablir era normalitat" a manifestat eth vicesindic d'Aran, **Luís Carlos Medina.**

Era accion "Let's Clean Europe" arremasse uns 1200 kg de residus

Eth Conselh Generau d'Aran se somèc de nau ara accion "Let's Clean Europe", ua accion comuna en tota Euròpa entà hèr préner consciéncia sus era quantitat de residus que lançam de forma incontarotlada ara natura e promòir era arremassada d'aguesti residus abocadi illegauments as bòsqui, marges de rius ...

Eth Conselh Generau d'Aran, a trauès deth sòn Departament d'Agricultura, Ramaderia e Medi Naturau, organizèc damb era colaboracion dera Agéncia Catalana de Residus ua operacion de neteja populara en camin dera lèrla dera Canaula, enes marges der arriu Garona (Pontaut), entà sensibilizar

en tèmes miei ambientaus, e mès concrètaments, sus es problèmes des residus e dera neteja.

Lèu 30 participants arremassèren uns 1200 kg. Es residus èren variats coma ròdes, bidons,...





CLÍNICA PODOLÒGICA

Raquel Espinosa Ferrer

HORES CONCERTADES
695 496 359

Avda. Maladeta, 25 - local 2 · 25530 **VIELHA**




Eth Jardinet
Decoración Florau e Jardineria

Flor de temporada

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

Tren Turístico
Luchon



Abril, mayo, junio y septiembre
Abierto Miércoles, Sábado y Domingo

Julio y Agosto
Abierto todos los días

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

Aran Culturalau

Guías de la Val d'Aran y del Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici

Tel. 630 781 701
info@aranculturalau.com

Visitas culturales con grupos o individuales por Francia y los Pirineos Centrales



CONFERENCIAS AUDIOVISUALES

colección primavera-verano *de 10 a 13,00 y de 2,30 a 7 h.*

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

boutique grans i nens
MAINADERA

Abierto todos los días
Tel. 973 64 72 02
LES (Val d'Aran)

ALQUILER DE APARTAMENTOS/ ESTUDIOS Y UN CHALET EN EL CENTRO DE LUCHON !!!!




CAPACIDAD DE 1 A 5 PERSONAS
FINES DE SEMANA
MÁXIMO CONFORT (2 LLAVES)
PARKING Y WIFI

LOUIS y FLORENCE MUR
Tel. 00 33 615 66 89 38
mur.florence@wanadoo.fr

Se daurís era sason de pesca ena Val d'Aran

Eth Conselh de Govern del Conselh Generau d'Aran, en session ordinària de 7 d'abriu de 2015, aprovèc eth Plan Especific de Pesca dera Val d'Aran, sason 2015.

Periòdes obrants. Es periòdes obrants entara presenta sason son es que se detalhen ara seguida:
- Garona: deth dia 30 de mai ath 30 d'agost de 2015, es dimèrcles, dissabtes, dimenges e hestèrs.
- Enes lacs de nauta montanha, comence eth dia 30 de mai de 2015 (sonque s'era major part deth lac ei desgelat) e s'acabe eth dia 29 de seteme de 2015.
- Ena zòna de pesca controlada dera bassa d'Aiguamòg: comence eth 2 de mai de 2015 (sonque s'era major part dera bassa ei desgelada) e s'acabe eth dia 29 de seteme de 2015.

- Ena zòna de pesca intensiva dera Bassa d'Oles: comence eth 2 de mai de 2015 (sonque s'era major part dera bassa ei desgelada) e finalize eth 30 d'octobre de 2015.



Es alumnes des instituts dera Isla de Baish Saint Gaudens e Lombers visiten eth Conselh Generau d'Aran

Alumnes des instituts francesi dera Isla de Baish Saint Gaudens e Lombers an visitat eth Conselh Generau d'Aran, pr'amor qu'ei volentat deth professorat d'aguesti instituts qu'es alumnes agen coneishement dera lengua, cultura e dera identitat pròpia dera Val d'Aran.

As alumnes se les a hèt ua visita guidada des vestigis preistorics de Beret e des glèises de Bagergue, Unha, Gessa e Arties.

Eth cap de Cultura, Patrimòni e Política Lingüística d'Aran, **Jèp de Montoya**, a realizat as alumnes ua conferència sus era istòria, identitat e singularitat araneses.



Era ventada en Aran arrinque arbes en Portilhon e se'n pòrte practicaments tota ua nau de bestiar en Arres

-Eth sindic d'Aran, **Carlos Barrera**, eth conselher d'Agricultura, Ramaderia e Medi Naturau d'Aran, **José E. Arró**, e tecnicos deth Conselh Generau d'Aran s'an desplaçèren enquiàs zònes afectades pes ventades. Era ventada qu'afectèc era Val d'Aran, damb raches superiores as 90 km/h, a deishat arbes arrincadi ena carretèra deth Portilhon, ua nau de bestiar en Arres a demorat practicaments des-hèta e ua auta a perdut miei tet. Non i a agut victimas.

Eth sindic d'Aran, **Carlos Barrera**, eth conselher d'Agricultura, Ramaderia e Medi Naturau d'Aran, **José E. Arró**, e tecnicos deth Conselh Generau d'Aran se desplaçèren enquiàs zònes afectades pes ventades.



nc
novetats
Codina



Confecions
 moda
 home
 dona
 llenceria

Duc de Dènia, 31
 BOSSÒST · Tel. 973 64 82 44

**LIMPIEZA DE
 CHIMENEAS**



**EXTRACTORES DE
 RESTAURANTES**

Tel. **973 621 065**
661 606 260
 michel.larrue@gmail.com



Se alquila habitación en Bossòst en casa grande y soleada. Ambiente agradable muy tranquilo. 250€ (todo incluido, calefacción, luz, agua, líneas ADSL).
 Tel . 669 75 66 77



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



fi'zi:k MAVIC LOOK SCOTT MAXXIS poc CUBE



Jardi 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

El cuidado de los pies en verano

A pesar del hecho de que los problemas de los pies son continuos durante todo el año (problemas de apoyo, durezas,...), durante el periodo de verano se producen

modificaciones en los hábitos de actividades (playa, piscina) y del calzado

(manoletinas, sandalias, chancletas), que nos pueden provocar algunos problemas en este periodo sino seguimos algunas recomendaciones muy sencillas para evitarlos.

- **Rozaduras y ampollas:** El hecho de llevar calzado descubierto y sin calcetines, ayuda a la normalización de la sudoración de los pies y a que la presencia de durezas en algunos puntos del pie (como dorso de los dedos) se vea disminuida por la liberación del pie. Una buena hidratación de la piel hará que la aparición de ampollas en los pies no sea tan evidente y molesta, por ejemplo a la hora de estrenar calzado. También sería aconsejable llevar los zapatos nuevos a ratos para que la piel del calzado se vaya amoldando al pie.

- **Exceso de sudoración:** la tendremos que controlar mediante hábitos higiénicos adecuados y la aplicación de productos antitranspirantes específicos o refrescantes. En caso de llevar calcetines tendrán que ser de hilo o algodón para ayudar a la transpiración del pie.

- **Infecciones cutáneas por hongos/verrugas:** Hay que tener cuidado de caminar descalzo por la playa, orillas de los ríos y piscinas. Si bien el hecho de andar por la arena húmeda es bueno para potenciar la musculatura de los pies, favorecer la circulación y eliminar ligeramente las durezas, por algunas zonas sería conveniente caminar con un calzado de protección para evitar heridas (roces con las rocas o pinchazos) en los mismos, en piscinas y duchas públicas al ser lugares donde la humedad se acumula en las baldosas y zonas antideslizantes, también sería conveniente el uso de zapatillas o chancletas

para evitar la aparición de hongos y verrugas plantares.

- **Sequedad excesiva de la piel:** El hecho de llevar los pies al aire y la elevada temperatura, provocan una mayor sequedad de la piel en esta época del año. Ésta se manifiesta sobre todo en la zona de los talones, cuyos bordes aparecen blanquecinos debido a la falta de hidratación y acumulación de hiperqueratosis, acompañado mayoritariamente por grietas.

- **Las uñas:** Han de cortarse rectas, para evitar que se incrusten en los laterales y provoquen dolor y si no se soluciona puede dar lugar a la aparición de infección. También es importante recordar el hecho que llevar calzado descubierto puede provocar la aparición de hematomas debajo de las uñas debido a los múltiples traumatismos/golpes que nos pueden dar.

En resumen y para poder tener una buena salud en los pies en verano, hemos de tener una buena higiene e hidratación de los pies; hace falta utilizar un calzado veraniego adecuado y que no nos lesione la piel y extremar las precauciones en los lugares públicos para evitar el contagio de hongos y verrugas.

En caso de cualquier problema que tenga en los pies, acuda al podólogo, que es el profesional que le aconsejará sobre el cuidado que ha de tener en los pies y pondrá remedio a cualquier alteración



*Escrito por
Raquel Espinosa
Ferrer (Podóloga)*

**EMPRESA CONSTRUCTORA
CASTET SANCHEZ SL**



**MULTISERVICIOS DEL HOGAR
CASTET SANCHEZ**



**DEJE SU PROPIEDAD EN NUESTRAS
MANOS Y NOSOTROS NOS
PREOCUPAMOS DE TODO**

**TODO TIPO DE REFORMAS / CONSTRUCCIÓN DE OBRA NUEVA / COLOCACIÓN DE PIEDRA / CREACIÓN Y REPARACIÓN DE TEJADOS / COLOCACIÓN DE VELUX / LIMPIEZA DE CHIMENEAS / COLOCACIÓN DE PLADUR
SERVICIOS ESPECIALES PARA GRANDES SUPERFICIES/COMUNIDADES/HOTELES/OFICINAS/PABELLONES...
LIMPIEZA DE COMUNIDADES Y VIVIENDAS /REPARACIÓN-RETETAR CUBIERTAS/GOTERAS/CANALONES/PINTURA EXTERIOR E INTERIOR/CUALQUIER TIPO DE REFORMA DE OBRA/MANTENIMIENTO DE SUS JARDINES/TERRAZAS/VENTA DE LEÑA/**

PRECIOS ESPECIALES PARA GRANDES SUPERFICIES Y PACKS CONJUNTOS POR VARIAS ACTUACIONES EN UNA MISMA PROPIEDAD

C/ MAYOR,9 · DAVID CASTET 646 12 49 34 & 646 90 22 97 · 25551 VILAMOS · empresaconstructoracastetsanchez@hotmail.com

Programa 17 de junh *Hèsta d'Aran*

10.00 hores. Rebuda del Sindic d'Aran a totes les autoritats a la seu del Conselh Generau d'Aran a Vielha.

10.30 hores. Desfilada de tots els pendons portats per representants de cada Terçon des del Conselh Generau fins al Santuari de Nòsta Senhora de Mijaran.

11.00 hores. Missa solemne celebrada al Santuari de Nòsta Senhora de Mijaran.

Tot seguit:

Imne d'Aran / Parlament d'autoritats

Dances araneses / Refrigeri per a tots els assistents

14.00 hores. Dinar institucional



actividades en Aran

JUNIO

Día 1: CONFERENCIA “¿QUE NOS DEPARA EL FUTURO? CLAVES COMO DESTINO” – VIELHA. Conferencia de Fernando Gallardo centrada en analizar como nuestro cliente potencial, soportado en el uso intensivo de nuevas tecnologías y un evidente cambio generacional, ha roto cualquier esquema y estructura de nuestros negocios turísticos y a afectado a nuestra competitividad como destino. Organizada por InnoveAran. Sala Era Audiovisuau de Vielha de 17.15 a 19.30h. Entrada gratuita con reserva previa.

Día 12: BOLLYWOOD – VIELHA. Actuación de los alumnos de Bollywood de la Escuela Tchaikowsky de Vielha en la sala Audiovisuau a las 18h con sus profesora Maria Rodríguez.

Días 12, 13 o 14: TALLER DE FOTOGRAFÍA NOCTURNA – VAL D’ARAN. Plazas limitadas, 6 por día. 3 días a elegir, 12, 13 o 14 de junio. Precio 50€. El taller se realizará en lugares de alta montaña, a los que accederemos en 4x4. Las fechas podrían sufrir variaciones si las condiciones meteorológicas son adversas. Organiza Aran Actiu.

Día 17: FIESTA DE ARAN – VIELHA. El Valle de Aran celebra, con diversos actos, la reinstauración del Conselh Generau d’Aran y la recuperación de sus derechos y privilegios.

Días 20 y 21: 30h FUTBOL SALA “VILLA DE VIELHA” – VIELHA. Torneo de fútbol sala, que se desarrolla durante 30h en las instalaciones deportivas de Vielha con numerosos equipos locales y foráneos.

Día 21: TRAIL CARLAC – LES – BAUSEN. El Trail Carlac es una carrera de montaña con 3 distancias diferentes. Quate Lòcs (42km +3.500m), Bòsc Carlac (21km +1.200m) y Vila de Les (11km +550m). Organiza Trail Carlac. Inscripciones abiertas.

Día 23: CREMA DETH HARO – LES. Eth Haro es un tronco de abeto, de unos 12m de altura, que se planta en medio de la plaza del pueblo. La noche del 23 se enciende y a su alrededor se desarrolla una fiesta llena de color, fuego y danzas aranesas.

Día 23: CREMA DETH TARO – ARTIES. El día 23 por la noche se enciende el Taro (un abeto bajado desde el bosque y plantado en las afueras del pueblo), se bendice y se arrastra por toda la villa hasta la casa del alcalde. Durante el recorrido, los jóvenes saltan por encima acompañados por música, folclore y danzas.

Día 29: QUILHADA DETH HARO – LES. Las últimas parejas casadas de la población encabezan la procesión de bajada del nuevo Haro hasta la plaza del pueblo, donde lo plantarán hasta el año que viene.

Día 29: FIESTA MAYOR DE SAN PERE – GESSA. Fiesta mayor con actividades diurnas y nocturnas para mayores y niños.

- 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.

Medicina-Estética

Puesta a punto con la Medicina Estética (II)

Las técnicas modernas de Medicina Estética, además de mejorar la estética corporal, son saludables.



e) **Eliminación de arrugas de expresión con BOTOX® (VISTABEL® PARA ESTÉTICA FACIAL).** Como he recordado en otras ocasiones, el Botox no hincha los labios, no es una prótesis. La conocidísima expresión “¡como lleva los labios de botox!” es errónea. El tratamiento con *botox* no hincha y mucho menos los labios ya que no se puede colocar en ellos. Además los tratamientos más efectivos de Medicina Estética para aumentar el volumen del labio lo hacen de una forma armónica y natural, nunca hinchando desmesuradamente los labios. Los modernos tratamientos con ácido hialurónico a los que me referí en el artículo anterior permiten mejorar el aspecto, además de nutrir y mejorar la hidratación del rostro. El *botox* no hincha nada. Relaja el músculo que provoca la arruga y la piel envejecida. De este modo, al relajar el entrecejo, desaparecen las arrugas relacionadas con la contracción muscular. Recordemos que este procedimiento está indicado tanto para mujeres como hombres y se combina perfectamente con infiltraciones de ácido hialurónico para rellenar el surco de la arruga.

f) **El plasma rico en plaquetas para la bioestimulación y recuperación cutánea.** 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.

el acto el plasma rico en plaquetas, se activa y se administra en la piel del rostro o del cuerpo. La técnica de administración es similar a la mesoterapia. Infiltraciones muy superficiales prácticamente 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.

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 1º 3ª
25530 VIELHA

información
gratuita.

anuncios económicos



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. 180.000€. Tel. 696 452 564

Se vende local totalmente instalado, en el centro de Vielha a muy buen precio. Tel. 620 860 243



Alquiler o venta de local con gran cristalera con suelo de gres y baño y trastero de 20m² ideal para guardar muebles o herramientas. Tel. 620 860 243

Por 45.000€ se vende piso perfectamente habitable de 65 m cuadrados en Les con 2 habitaciones, salón y baño grande. Calefacción central, parquet y pequeña terraza. Primera planta con ascensor. Precio negociable. Tel. Sergi 628 542 538



Oportunidad única. Se vende plaza de Parking en la primera planta del edificio Val d'Aran de Vielha, situado frente a la rotonda, inmejorable acceso. Tel. 629 245 040



Meditaciones guiadas, sanación energética en el Valle d'Aran. Tel. 638 874 773



FINCA UNICA EN EL VALLE. Casa con cédula + cuadra. Superficie del solar 20.000m². Fuente natural. Ideal para: gran mansión, casa rural, sidrería. Info: 620 860 243

Vendo libro sin usar de "Ruso para Hispanoparlantes" nivel 1 con audio CD. Precio 45€. Tel. 638 874 773



Oportunidad! Se vende casa en construcción en el pueblo de Arròs. Muy económica. Interesados llamar al telf. 690 638 378

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
VIELHA | Alberto Castet
Móvil 619 842 915

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

INSTAPORTA



Reparación y mantenimiento
de puertas de garaje
Automatismos
Mandos a distancia
Barreras automáticas
Cerramientos PVC y aluminio
Servicio técnico: 687 750 229
AUBÈRT (Val d'Aran)



PROVES DE NIVELL
(obligatòries per matricular-se)



FRANCÈS



ANGLÈS



INFORMÀTICA

Setmana del 22 al 26 de juny
Podeu passar a fer les proves
de 11:00h a 13:00h

Ctra. deth túnel, 2, planta baixa
25530 Vielha · Tel. 973 64 13 64
c5008741@xtec.cat ·  CFA Val d'Aran

HORARI SECRETARIA:

dimecres de 9:00h-13:30h, dijous i divendres de 9:00h a 14:00h

PREINSCRIPCIÓ PER AL
CURS 2015-16

(nous alumnes - presencial al centre)
Del 15 al 30 de juny 2015

PUBLICACIÓ LLISTA D'ADMESOS
14 de juliol de 2015

CONFIRMACIÓ DE MATRÍCULA
(alumnes del centre - nous alumnes)
Del 2 de setembre al
7 de setembre 2015

En cas de no confirmar la
matrícula durant aquest període
es perd la plaça

REUNIONS PRINCIPI DE CURS
16 de setembre de 2015

Assessorament



LABORAU
FISCAU
COMPTABLE

973 64 20 79

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

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 GENERAL D'ARAN	973 641 801
AJUNTAMENT VIELHA E MIJARAN	973 640 018
AJUNTAMENT ARTIES	973 641 612
AJUNTAMENT ES BORDES	973 640 939
AJUNTAMENT BOSSÒST	973 648 157
AJUNTAMENT LES	973 648 007
AJUNTAMENT NAUT ARAN	973 644 030

INFORMACIÓN Y TURISMO:

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

SERVICIOS MÉDICOS:

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

FARMACIAS:

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

OTROS TELÉFONOS INTERÉS:

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



Departament juridic:

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

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

RENDA 2015

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

www.cudos-consultors.com

trucos

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

ROTULADORES SECOS: Cuando los rotuladores ya no pintan porque se han gastado o se han tapado mal, ábrelos y ponles unas gotas de colonia. Cierra, agita y... ¡milagro!

GAMBAS A TODO COLOR: Para que no pierdan su tono rosado, además de ponerlas en agua en agua fría nada más salir de la cocción, no olvides que debes hervir las gambas con una cebolla entera.

VAQUEROS AJUSTADOS: Si tus jeans ya no te quedan tan ceñidos como te gustan, prueba a lavarlos con agua azucarada. Es una solución fácil y muy eficaz.

MARCAS DE PINZAS: Al tender los jerséis pueden quedar señales de las pinzas. Para evitarlo, introduce una media vieja por una manga y sácala por la otra. Pon las pinzas a cada lado de la media y... sin marcas.

MANOS SIN OLOR A NADA: Cuando manejamos pescado en la cocina, las manos cogen un desagradable olor. Para eliminarlo, lávalas con pasta de dientes.

ZAPATOS QUE APRIETAN: Para que no te moleste el calzado, pon abundante vaselina en la zona incómoda.

DEPILACIÓN PERFECTA: En ocasiones se nos queda un pelo enquistado después de la depilación. Para eliminarlo, pasa un algodón mojado en agua con aspirina efervescente. Desaparecerá.

PARA UNA EXPRESIÓN LIMPIA: Si te levantas con los ojos hinchados, empapa dos discos de algodón en leche muy fría y aplícatelos sobre los párpados cerrados. En diez minutos notarás la diferencia.



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 - Fax 973 64 14 81

REPARTO: 630 789 361

lavanderiajonerik@hotmail.com

pocino moga

ADVOCATS

· JURIDICO · ADMINISTRACION DE FINCAS · SEGUROS · ASESORIA ·

LLEIDA

Pl. Sant Joan, 17, 5º 4ª · t. 973 102 100
info@pocinomoga.com

VIELHA

Av. Pas d'Arro, 11, Entr. 4 · t. 973 102 100
aran@pocinomoga.com

www.pocinomoga.com

UNA NUEVA ADMINISTRACIÓN DE COMUNIDADES A UN PRECIO DIFERENTE

NAUETATS LITERÀRIES



Entre es darrères nauetats qu'auem entà vosati i a un shinhu de tot: istòria grafica, istòria novellada, vivències personaus, novèlla nera, comic... E pensatz qu'aguest dotzenat de libres que vos proposam non son sonque ua triga de tanti d'audi qu'auetz ara man ena vòsta bibliotèca, com es darrères novèlles de Joël Dicker, James Ellroy, Umberto Eco, Javier Cercas o eth darrèr libre d'Andreu Buenafuente: bona lectura!



ALSINA, Jeroeni: **Ombres de foc**. Maçanet de la Selva: Gregal, 2014.
Ua ficcion istorica qu'a coma scenari era Euròpa des ans trenta deth sègle passat, en un clima de confrontacion e de totalitarismes, e era Euròpa des annades seishanta, un moment d'efervescència filosofica e sociu dempús dera guèrra heireda, quan semblaue qu'un mon milhor ère possible.



ARAN: **istòria grafica**. Lhèida: Pagès editors, 2015.
Un libre monumentau, damb fotos dera Val d'ara e era de d'audi tempsi, qu'arremasse cent ans d'istòria en imatges: part dera memòria d'un pòble sauvada en moments concrets de toti e cada un des nosti pòbles, dera nòsta gent e que mos permet veir era evolucion enes costums, ena activitat economica, en urbanisme... d'ua societat que mos sembla qu'a cambiat mès enes darrèrs cent ans qu'en dètz sègles d'istòria.



BUSQUETS, Milena: **Tambié esto pasará**. Barcelona: Anagrama, 2015.
Es vivències personaus dera autora hètes literatura a traùes de tèmes universaus: er amor, era dolor, era pòur, eth desir... viscudi ath cant dera mar ath long d'un ostiu en un libre sincèr e ipnotic.



CALLES VALES, José: **Cabaret Biarritz**. Barcelona: Destino, 2015.
Eth prèmi Nadal 2015 ei, ath còp, ua cronica periodistica e ua novèlla nera. Extravaganta, damb ua mòstra de personatges de tota condicion sociu, **Cabaret Biarritz** ei ua paròdia ben divertida dera societat europèa des erosi ans vint.



CARRERAS, Joan: **L'àguila negra**. Barcelona: Proa, 2015.
Eth prèmi Sant Jordi d'engan ei era confirmacion dera votz narrativa de Joan Carreras, qu'aguest còp mos amie de viatge pera biografia de Marià Solvell, que damb setanta ans a viscut es eveniments principaus dera istòria de Catalonha.



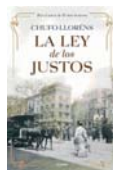
ETXEBARRIA, Lucía: **Dios no tiene tiempo libre**. Barcelona: Suma de Letras, 2015.
Era autora basca mos propòse en sòn nau libre ua istòria d'intriga, poder, sèxe, amor e umor, provocadora e caustica, damb corrupcion politica peth miei e relacions plies de secrets... com era vida madeisha.



GIRONELL, Martí: **Strappo**. Barcelona: Ediciones B, 2015.
Aquesta qu'ei era cronica novellada der expòli der art romanico pirenenc deth sègle passat. Eth madeish titol hè referència ath nòm dera tecnica, en italian, que se hec a servir entà aringar es pintures muraus deth sòn lòc originau, en aguest cas Santa Maria de Mur, entà portar-les-se'n tà... Boston!



HIGGINS, Fiona: **El Club de las madres novatas**. Madrid: Maeva, 2015.
Sies hemnes que vien d'èster mairs s'amassen entà compartir experiències... Maugrat es diferències, d'aguest grop de mairs ne gesserà ua amistat damb era que partatjar es sòns problèms e il·lusions enquia qu'un eveniment tragic les meterà a pròva.



LLORÉNS, Chufó: **La ley de los justos**. Barcelona: Grijalbo, 2015.
Ua istòria d'amor enmiei deth conflicte de classes entre borgesi e proletariu ena Barcelona deth sègle XIX: era ennau version dera istòria de Romèu e Julieta, o, se vos estimatz mès, era de Vincent e Mirèio de Mistral, que coma es sòns antecessors auràn de lutar contra es prejudicis des familhes respectives.



MILLÁS, Juan José: **La mujer loca**. Barcelona: Seix Barral, 2014.
Ena naua obra de Millàs ei de mau endonviar se qu'ei vertat e qu'ei ficcion... Hèta damb umor intelligent, dialògs excepcional e ua escritura tostemps provocativa.



SALA, Ernest: **El guardián invisible**. Barcelona: Planeta DeAgostini, 2014.
Aquesta qu'ei era version diboisada dera novèlla de Dolores Redondo que tanta gent a liejut; entath que li hèsque gòi veir se quina cara hèn es personatges dera novèlla: era inspectora Salazar, er inspector Montes o era tia Engrassi...



TORRES, Maruja: **Diez veces siete**. Barcelona: Planeta, 2014.
Era autora, damb setanta ans, mos presente ací ua sòrta de diari personau en dialòg damb eth lector a on mos parle des sòns sèt decennis de vida: deth sòn trabalh coma periodista, deth sòn compromís profesionau e sociu, des sòns amors...



FARRE
JARDINERS
GARDEN CENTER

PROJECTES I
DISSENYS

MANTENIMENT
DE JARDINS

Tel. 666 563 230



Llámanos: (+34) 973 64 04 87

AraNau

INICIO QUIENES SOMOS NOTICIAS CONTACTO



Estrenamos web!!!!

www.arannau.com

Visítala e infórmate de:

Todas las noticias y actividades del Valle de Aran

Información de los Anunciantes

Ventas de segunda mano

El tiempo en el Valle de Aran
y muchas más cosas.

Y cada mes descárgate la revista en formato digital.

NEW COLLECTION
SUMMER 2015

alèxia
grustan

f www.alexigrustan.com



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



www.productesvaldaran.com



**NUESTROS PRODUCTOS,
VEN A DEGUSTARLOS**



PATÉ



LANGOISSA



ANDITO



ESTURION



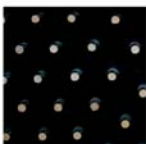
HORMATGE



MÈU



COQUILHONS



SIDRA



OLLA ARANESA



CHORIÇO



BOLH NERE



CAVIAR



IOGORT



CONFITURES



TRONQUETS



BIÈRA

Los productos etiquetados
con este logo son productos
de calidad y elaborados
artesanalmente en la
Val d'Aran



**NUESTROS PRODUCTORES,
VEN A CONOCERNOS**

Cárnicas Ordoñez

Tocineria Casanovas Piris

Carnicería Pedarròs

Carviar Nacarií

BBcuina – Baqueira Beret

Hormatges Tarrau

Hormatgeria dera Irissa

Mèu eth Brinhon

Mèu Quate Lòcs d'Aran

Pastelería Fernández Rella

Gourmanderies Turnay

Confitures del R. Barradòs

ArandeTerra

Bièra Aranesa

El documento manuscrito que redactaron, hoy desaparecido, fue comunicado a Morel en 1.867 por Dom Schiaffini., Abad Mitrado de los Benedictinos de Saint Bertrand de Comminges, y tenía como es lógico, una ortografía distinta de la actual, lo que hace imposible su transcripción, incluso parcial.

En aquella época las 21 escolanías de la Diócesis (además de otra aranesa) estaban bajo la dirección de un “magister scholarum”, reemplazado posteriormente por un “magister puerorum”, lo que indica una instrucción pública floreciente en Comminges.

Los dos arciprestazgos del Valle de Arán era los de “Leys” (Les) y “Geysa” (Gessa), pero sólo el de Les tenía escribanía propia, quizás porque la peste de mediados del siglo XIV había despoblado el Alto Aran; algunas parroquias quedaron con menos de cinco feligreses, e incluso, excepcionalmente, sin ninguno.

Pero entre las parroquias del arciprestazgo de Lesse menciona la de “Medio Aran” (Mijaran) separadamente de la de “Sancti Orenti de Vetula” (San Orencio de Vielha), lo que da en entender que el Convento era un centro independiente, impartiendo ya entonces por lo menos, la enseñanza que se daba en las parroquias normales. Dada la importancia de Vielha en aquellas fechas, puedo suponer que el hecho de no existir en la misma una escolanía episcopal como la de Les se debía a que en el Convento de Mijaran los religiosos impartían una enseñanza superior a la normal de las parroquias.

Probablemente esa enseñanza originó . con otros motivos para las donaciones recibidas por el Convento, una moderada riqueza, superior a la de los otros centros eclesiásticos de la época en aquellos parajes, dando lugar a una anécdota interesante en 1.569 (2).



El 27 de abril de 1.573 en Vielha en un documento testificado por el notario Alfonso Bugarol (probablemente Brugarol, pues sé que en el Valle fueron notarios en el siglo XVII Juan Pablo y Batolomé Juan Brugarol, cuyos antecesores ya ocuparon la Notaría Real), redactado parte en latín y parte en castellano con modismos araneses, se da cuenta de la comparecencia de Juan de Anglada en nombre de Fray Juan Puyol de la Orden de San Agustín, ante el Reverendo Blas España. Oficial Episcopal en el Valle de Aran, y el Magnífico Gaspar de Mur. Castellano de dicho Valle por la Regia Majestad del Rey de las Españas, manifestando que en 1.569 se presentó Fray Juan Crisóstomo, de la Orden de San Agustín, diciendo ser el subdelegado

de Fray Rodrigo de Salís, reformador de dicha orden, en lugar de limitarse a reformarlo en su visita, ordenó que dicho Monasterio se pusiese bajo la obediencia del Provincial de Tolosa, como antiguamente había estado durante muchos años; al mismo tiempo, quiso inducir al entonces Prior del Monasterio, Fray Juan Puyol, a que le entregase todos los cálices de plata y los ornamentos sagrados, para llevarlos al Monasterio de Santa María del Valle de Aneu, en el Pallars; al negarse Fray Juan, fue llevado preso a este último Monasterio. De donde se escapó poniéndose bajo la protección de los Consejeros y Cónsules del Valle de Aran quienes le dieron cartas autorizándole a refugiarse en el Monasterio de Montrejeau de la provincia de Tolosa; el resto de los frailes de Mijaran tuvieron que abandonar el Monasterio, esparciéndose por otros lugares ante las persistentes amenazas de Fray Crisóstomo, dejando por tanto sin oficios divinos aquella parte del país donde los fieles se vieron desamparados.

Escrito por D. Melquiades Calzado de Castro

Création d'un Parc Naturel Régional

Journée de réflexion de tous les acteurs commingeois à Saint-Bertrand-de-Comminges pour savoir ce que sera le parc naturel régional. Ce n'est plus qu'il soit relancé, c'est qu'il est sur les rails et proche d'aboutir : le projet du parc naturel régional, porté par son président François Arcangeli entre dans la dernière ligne droite avant d'être déposé, avant la fin de l'année, au conseil régional. Une série de réunions vient de s'achever avec les conseillers communautaires des 11 communautés de communes du Comminges. La plaquette explicative circule dans les villes et villages et, un séminaire, à Saint-Bertrand-de-Comminges a réuni tous les acteurs mobilisés pour cette création .

«Les deux grands sujets qui restent à valider, explique François Arcangeli, sont le périmètre définitif du futur parc naturel régional. Tout le Comminges sera-t-il compris ou bien ses portes d'entrées seront-elles Montréjeau et ? Ne peut-on envisager que la Barousse y soit incluse ? Et que dire du Val d'Aran avec lequel nous sommes partenaires et qui effectue une démarche comparable ?

La deuxième réflexion doit porter sur les thématiques du parc. Il y aura le tourisme, bien évidemment, mais il faut aussi travailler sur l'identité et la notoriété, les filières, comme le bois, l'agriculture, avec les ventes directes et les productions de qualité, le bassin de la Garonne...».

Sur toutes ces questions l'association de pays qui porte le parc naturel régional est soutenue et aidée par celle des Amis du parc de Philippe Terranle.

Depuis début janvier, le bureau d'études chargé de la préfiguration est au travail et les réunions se multiplient. À l'issue du séminaire , les contours des actions à mener seront affinés. Et, ici, c'est en grande partie de l'avenir du Comminges dont il s'agit désormais.



Article publié à La Dépêche le 23.04.2015

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

mascotas

GARRAPATA!!!

Todos sabemos lo que es una garrapata ¿verdad? Bueno, todos menos los que te llaman un sábado a las tres de la madrugada porque a su perro le ha salido una verruga con patas. Pero en general todos sabemos lo que es. Y sabemos que, llegado este mes, nos vamos a dejar una pasta en el veterinario o la tienda correspondiente comprando que si pipetas, que si pastillas, que si collares (o uno de cada, por si acaso), para evitar que nuestro perro las coja.

Lamentablemente muchas veces, a pesar de la pasta que nos hemos dejado, es imposible evitar que el perro no traiga alguna garrapata enganchada después de una excursión por nuestras montañas. Pero hoy voy a intentar convencerles de que, a pesar de todo, se dejen esa pasta en productos antiparasitarios. Porque si, aún con ellos, su perro trae 3 o 4 garrapatas, sin ellos llegaría plagados de esos bichos que, aparte de lo repugnantes que le puedan resultar, transmiten enfermedades mortales a nuestras mascotas (y a nosotros, por cierto.)

La primera de estas enfermedades es la parálisis por picadura de garrapata. Afortunadamente no es muy habitual, pero puede ocurrir a los 4-6 días tras la picadura de una sola garrapata. La saliva del bicho tiene componentes neurotóxicos que pueden producir cojeras, debilidad, parálisis muscular, efectos cardiovasculares e incluso la muerte.

En nuestra zona vemos de vez en cuando casos de babesiosis, sobre todo importadas de Francia. La forma aguda aparece dos o tres semanas tras la picadura y cursa con fiebre muy alta, apatía, falta de apetito, anemia marcada... Si no se trata rápida y adecuadamente puede llevar a la muerte del animal en pocos días.

Más habituales son los casos de ehrlichiosis. En este caso el parásito que inocula la garrapata viaja a través de la sangre y el sistema linfático del perro llegando a órganos como el hígado, el bazo o las meninges. El perro puede estar normal durante muchas semanas y después presentar signos como anemia, bajada de plaquetas y glóbulos blancos con falta de apetito, decaimiento, edemas... Si se trata adecuadamente estos signos se solucionarán en unas semanas. Si el animal no recibe tratamiento puede morir o bien la enfermedad pasa a hacerse crónica. Entonces los síntomas serán más graves y el tratamiento mucho más complicado y poco efectivo.

Otra enfermedad transmitida por las garrapatas es la borreliosis o enfermedad de Lyme. En este caso el principal signo son las cojeras con inflamación de las articulaciones. También, como en los otros casos cursa con fiebre, anorexia y decaimiento. Esta enfermedad no suele ser mortal pero en muchas ocasiones cuesta mucho tiempo que el perro se recupere completamente.

Por último mencionaremos la hepatozoonosis que tiene la particularidad de que no se transmite por la picadura de la garrapata sino cuando el perro ingiere las garrapatas infectadas. Los signos, parecidos a los de las anteriores. Solemos verlo sobre todo en perros procedentes de perreras o en esos cachorros que nos venden a precio de saldo esos "criadores-importadores" sin escrúpulos (creo que ya conocen mi opinión sobre ellos).

Bueno, espero haberles metido suficiente miedo con el listado de enfermedades como para que aflojen el bolsillo y corran a buscar un buen antiparasitario al perro. Y conste que no es una estrategia de venta, que ahora los collares antigarrapatas los pueden comprar hasta en la frutería.

Eva Deza de Aran Veterinaria



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

**Ahora también
petuquería canina!!!**

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

CADA RESIDU A ETH SÒN LÒC!

QUÉ NE HÈM DES RESIDUS VOLUMINOSI?



Pòs portar-les tàs depòsits de dèishes en:

Vielha: De deluns a diuendres de 9 a 13h. e de 15:30 a 19h.
En Beusa (darrèr dera depuradora).

Bossòst: De deluns a diuendres de 8 a 13h. e de 14:30 a 19:30h.
Enes tartèrs de Margalida.

Gessa: Dimars e dijaus de 9:30 a 13:30h.
Ena pista de Mont-Romies

E se vòs, te les passam a cercar per casa.

Demana'c en: Telefòn: **673060773**

Corrèu electronic: **residus@aran.org**



horario de autobuses

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

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
TREDÒS	07:39	07:34	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
SALARDÚ	07:40	07:35	08:36	09:35	10:35	11:35	12:35	13:35	15:16	15:35	16:35	17:40	18:35	19:35	20:35	21:35
GESSA	07:41	07:36	08:38	09:36	10:36	11:36	12:36	13:36	15:18	15:36	16:36	17:41	18:36	19:36	20:36	21:36
ARTIES	07:42	07:38	08:41	09:38	10:38	11:38	12:38	13:38	15:20	15:38	16:38	17:43	18:38	19:38	20:38	21:38
GARÓS	07:40	07:40	08:40	09:40	10:40	11:40	12:40	13:40	15:21	15:40	16:40	17:45	18:40	19:40	20:40	21:40
CASARILH	07:45	07:41	08:48	09:41	10:41	11:41	12:41	13:41	15:22	15:41	16:41	17:46	18:41	19:41	20:41	21:41
ESCUNHAU	07:46	07:42	08:49	09:42	10:42	11:42	12:42	13:42	15:24	15:42	16:43	17:47	18:42	19:42	20:42	21:42
BETREN	07:48	07:44	08:52	09:44	10:44	11:44	12:44	13:44	15:24	15:44	16:45	17:49	18:44	19:44	20:44	21:44
VIELHA Colegiò	07:53	07:55	08:57	09:57	10:57	11:57	12:57	13:57	15:29	15:50	16:50	17:53	18:49	19:49	20:49	21:49
VIELHA Sapporo	07:56	07:56	08:58	09:45	10:45	11:45	12:45	13:45	14:42	15:26	15:45	17:12	17:50	18:45	19:45	20:45
VIELHA Iglesia	07:58	07:58	08:59	09:46	10:46	11:46	12:46	13:46	14:43	14:43	15:28	15:46	17:14	17:51	18:46	19:46
VIELHA Central	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	14:45	14:45	15:30	16:00	17:15	18:00	19:00	20:00	21:00
VIELHA Mij Aran	08:01	09:01	10:01	11:01	12:01	13:01	14:01	14:46	14:46	15:31	16:01	17:16	18:01	19:01	20:01	21:01
VILAC	08:03	09:03	10:03	11:03	12:03	13:03	14:03	14:48	14:48	15:33	16:03	17:19	18:03	19:03	20:03	21:03
BETLAN	08:04	09:04	10:04	11:04	12:04	13:04	14:04	14:49	14:49	15:34	16:04	17:20	18:04	19:04	20:04	21:04
AUBÈRT	08:05	09:05	10:05	11:05	12:05	13:05	14:05	14:50	14:50	15:35	16:05	17:21	18:05	19:05	20:05	21:05
PONT D'ARRÒS	08:07	09:07	10:07	11:07	12:07	13:07	14:07	14:52	14:52	15:37	16:07	17:23	18:07	19:07	20:07	21:07
BENÒS	08:08	09:08	10:08	11:08	12:08	13:08	14:08	14:53	14:53	15:38	16:08	17:24	18:08	19:08	20:08	21:08
ES BÒRDES	08:09	09:09	10:09	11:09	12:09	13:09	14:09	14:54	14:54	15:39	16:09	17:25	18:09	19:09	20:09	21:09
ARRÒ	08:10	09:10	10:10	11:10	12:10	13:10	14:10	14:55	14:55	15:40	16:10	17:26	18:10	19:10	20:10	21:10
ERA BORDETA	08:11	09:11	10:11	11:11	12:11	13:11	14:11	14:56	14:56	15:41	16:11	17:27	18:11	19:11	20:11	21:11
BOSSÒST	08:15	09:15	10:15	11:15	12:15	13:15	14:15	15:00	15:00	15:55	16:15	17:29	18:15	19:15	20:15	21:15
LES	08:20	09:20	10:20	11:20	12:20	13:20	14:20	15:05	15:05	16:20	17:30	18:20	19:20	20:20	21:20	22:20
PONTAUT	08:25							15:10		17:40						

DIMENJADES E HESTÈRS

BAQUEIRA	07:35	08:30	09:30	11:30	12:30	13:30	15:30	16:30	17:00	17:30	19:30	21:30
TREDÒS	07:39	08:34	09:34	11:34	12:34	13:34	15:34	16:34	17:04	17:34	19:34	21:34
SALARDÚ	07:40	08:35	09:35	11:35	12:35	13:35	15:35	16:35	17:05	17:35	19:35	21:35
GESSA	07:41	08:36	09:36	11:36	12:36	13:36	15:36	16:36	17:06	17:36	19:36	21:36
ARTIES	07:42	08:38	09:38	11:38	12:38	13:38	15:38	16:38	17:08	17:38	19:38	21:38
GARÓS	07:44	08:40	09:40	11:40	12:40	13:40	15:40	16:40	17:10	17:40	19:40	21:40
CASARILH	07:45	08:41	09:41	11:41	12:41	13:41	15:41	16:41	17:11	17:41	19:41	21:41
ESCUNHAU	07:46	08:42	09:42	11:42	12:42	13:42	15:42	16:42	17:12	17:42	19:42	21:42
BETREN	07:48	08:44	09:44	11:44	12:44	13:44	15:44	16:44	17:14	17:44	19:44	21:44
VIELHA Sapporo	07:55	08:45	09:45	11:45	12:45	13:45	15:45	16:45	17:15	17:45	19:45	21:45
VIELHA Iglesia	07:56	08:46	09:46	11:46	12:46	13:46	15:46	16:46	17:16	17:46	19:46	21:46
VIELHA Central	08:00	09:00	10:00	12:00	13:00	14:00	16:00	17:00	17:30	18:00	20:00	22:00
VIELHA Mij Aran	08:01	09:01	10:01	12:01	13:01	14:01	16:01	17:01		18:01	20:01	
VILAC	08:03	09:03	10:03	12:03	13:03	14:03	16:03	17:03		18:03	20:03	
BETLAN	08:04	09:04	10:04	12:04	13:04	14:04	16:04	17:04		18:04	20:04	
AUBÈRT	08:05	09:05	10:05	12:05	13:05	14:05	16:05	17:05		18:05	20:05	
PONT D'ARRÒS	08:07	09:07	10:07	12:07	13:07	14:07	16:07	17:07		18:07	20:07	
BENÒS	08:08	09:08	10:08	12:08	13:08	14:08	16:08	17:08		18:08	20:08	
ES BÒRDES	08:09	09:09	10:09	12:09	13:09	14:09	16:09	17:09		18:09	20:09	
ARRÒ	08:10	09:10	10:10	12:10	13:10	14:10	16:10	17:10		18:10	20:10	
ERA BORDETA	08:11	09:11	10:11	12:11	13:11	14:11	16:11	17:11		18:11	20:11	
BOSSÒST	08:15	09:15	10:15	12:15	13:15	14:15	16:15	17:15		18:15	20:15	
LES	08:20	09:20	10:20	12:20	13:20	14:20	16:20	17:20		18:20	20:20	
PONTAUT												

PONTAUT TÀ BAQUEIRA DE DELUNS A DIUENDRES

Curs escolar

Només circula durant la temporada d'esquí

Solo circula durante la temporada d'esquí

Sonque circule pendent era tempsada d'esquí

BAQUEIRA	07:30	08:20	09:20	10:20	11:20	12:20	13:20	15:10	15:10	15:50	16:20	17:35	18:30	19:20	20:20	21:20
TREDÒS	07:26	08:16	09:16	10:16	11:16	12:16	13:16	15:03	15:03	15:36	16:16	17:29	18:26	19:16	20:16	21:16
SALARDÚ	07:24	08:14	09:14	10:14	11:14	12:14	13:14	15:00	15:00	15:34	16:14	17:27	18:24	19:14	20:14	21:14
GESSA	07:23	08:13	09:13	10:13	11:13	12:13	13:13	14:57	14:57	15:33	16:13	17:25	18:23	19:13	20:13	21:13
ARTIES	07:21	08:11	09:11	10:11	11:11	12:11	13:11	14:54	14:54	15:31	16:11	17:22	18:21	19:11	20:11	21:11
GARÓS	07:19	08:09	09:09	10:09	11:09	12:09	13:09	14:50	14:50	15:29	16:09	17:19	18:19	19:09	20:09	21:09
CASARILH	07:17	08:07	09:07	10:07	11:07	12:07	13:07	14:48	14:48	15:27	16:07	17:16	18:17	19:07	20:07	21:07
ESCUNHAU	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
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
VIELHA Colegiò	07:19	08:09	09:09	10:09	11:09	12:09	13:09	14:49	14:49	15:29	16:09	17:19	18:19	19:09	20:09	21:09
VIELHA Sapporo	07:12	08:02	09:02	10:02	11:02	12:02	13:02	14:32	14:32	15:22	16:02	17:02	18:12	19:02	20:02	21:02
VIELHA Iglesia	07:11	08:01	09:01	10:01	11:01	12:01	13:01	14:31	14:31	15:21	16:01	17:01	18:11	19:01	20:01	21:01
VIELHA Central	07:10	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:30	14:30	15:20	16:00	17:00	18:10	19:00	20:00	21:00
VIELHA Mij Aran	07:09	07:59	08:59	09:59	10:59	11:59	12:59	14:29	14:29	15:19	15:59	16:59	18:09	18:59	19:59	20:59
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	20:48
BETLAN	07:06	07:46	08:46	09:46	10:46	11:46	12:46	14:21	14:21	15:16	15:46	16:46	18:01	18:46	19:46	20:46
AUBÈRT	07:05	07:45	08:45	09:45	10:45	11:45	12:45	14:20	14:20	15:15	15:45	16:45	18:00	18:45	19:45	20:45
PONT D'ARRÒS	07:03	07:43	08:43	09:43	10:43	11:43	12:43	14:18	14:18	15:13	15:43	16:43	17:58	18:43	19:43	20:43
BENÒS																

horario de autobuses

SABADOS - DOMINGOS - FESTIVOS

DIMENJADES E HESTÈRS

	07:30	08:20	09:20	10:20	11:20	13:20	15:20	17:20	19:20	21:20
BAQUEIRA										
TREDÒS	07:26	08:16	09:16	10:16	11:16	13:16	15:16	17:16	19:16	21:16
SALARDÙ	07:24	08:14	09:14	10:14	11:14	13:14	15:14	17:14	19:14	21:14
GESSA	07:23	08:13	09:13	10:13	11:13	13:13	15:13	17:13	19:13	21:13
ARTIES	07:21	08:11	09:11	10:11	11:11	13:11	15:11	17:11	19:11	21:11
GARÒS	07:19	08:09	09:09	10:09	11:09	13:09	15:09	17:09	19:09	21:09
CASARILH	07:17	08:07	09:07	10:07	11:07	13:07	15:07	17:07	19:07	21:07
ESCUNHAU	07:16	08:06	09:06	10:06	11:06	13:06	15:06	17:06	19:06	21:06
BETREN	07:14	08:04	09:04	10:04	11:04	13:04	15:04	17:04	19:04	21:04
VIELHA Sapporo	07:12	08:02	09:02	10:02	11:02	13:02	15:02	17:02	19:02	21:02
VIELHA Iglesia	07:11	08:01	09:01	10:01	11:01	13:01	15:01	17:01	19:01	21:01
VIELHA Central	07:10	08:00	09:00	10:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	21:00
VIELHA Mij Aran	07:09	07:50	08:50	09:50	10:50	12:50	14:50	16:50	18:50	20:50
VILAC	07:08	07:48	08:48	09:48	10:48	12:48	14:48	16:48	18:48	20:48
BETLAN	07:06	07:46	08:46	09:46	10:46	12:46	14:46	16:46	18:46	20:46
AUBÈRT	07:05	07:45	08:45	09:45	10:45	12:45	14:45	16:45	18:45	20:45
PONT D'ARRÒS	07:03	07:43	08:43	09:43	10:43	12:43	14:43	16:43	18:43	20:43
BENÒS	07:02	07:42	08:42	09:42	10:42	12:42	14:42	16:42	18:42	20:42
ES BÒRDES	07:01	07:41	08:41	09:41	10:41	12:41	14:41	16:41	18:41	20:41
ARRÒ	07:00	07:40	08:40	09:40	10:40	12:40	14:40	16:40	18:40	20:40
ERA BORDETA	06:59	07:39	08:39	09:39	10:39	12:39	14:39	16:39	18:39	20:39
BOSSÒST	06:55	07:35	08:35	09:35	10:35	12:35	14:35	16:35	18:35	20:35
LES	06:50	07:30	08:30	09:30	10:30	12:30	14:30	16:30	18:30	20:30
PONTAUT										

SERVICIOS EXTERNOS

VAL D'ARAN-LLEIDA DIRECTO

(*) Directo por Balaguer

SALIDA		LLEIDA (EST. AUTOBUS)		LLEIDA (RENFE)		LLEGADA (EST. RENFE)	
LES	VIELHA						
5:07	5:30		8:30				
5:36	5:59		9:00				
7:25	7:45		10:15		10:30		
	9:15		12:03		11:48		
			13:30		16:40		
17:10	17:30		20:00		20:15		

Enlace AVE/AVANT 2, 4, 1, 3, 1

VAL D'ARAN-BARCELONA DIRECTO

SALIDA		LLEIDA		BARCELONA		LLEGADA AEROPUERTO	
LES	VIELHA						
4:40	5:00		9:45			T.1 10:15	T.2 10:30
16:40	17:00		21:45				
17:10	17:30		22:00				

Enlace AVE/AVANT 1, 5, 3

VAL D'ARAN-LLEIDA-BARCELONA

SALIDA		LLEIDA (RENFE)		LLEIDA (EST. BUSES)		LLEIDA (EST. BUSES)		BARCELONA AEROPUERTO	
LES	VIELHA								
5:07	5:30		8:30		9:30		11:45		
5:36	5:59		9:00		9:30		11:45		
	9:15	11:48	12:03	12:30	14:45	15:15			
	13:30		16:30	17:10	19:25				

Enlace AVE/AVANT 1, 1, 1, 1, 3

VAL D'ARAN-LLEIDA-BARCELONA

SALIDA		LLEIDA (EST. BUSES)		LLEIDA (RENFE)		LLEGADA	
BARCELONA							VIELHA
6:45			9:00		9:35		12:15
14:15			16:30		17:10		19:55
16:30			19:45		20:00		22:33

Enlace AVE/AVANT 1, 1, 3

SERVICIOS EXTERNOS

SERVICIO NOCTURNO

BAQUEIRA-VIELHA-LES

SALIDA		LLEIDA		LLEIDA		LLEGADA	
BAQUEIRA		VIELHA		LES			
0:20	3:20		0:30	3:30			
0:16	3:16		TREDÒS	0:34	3:34		
0:14	3:14		SALARDÙ	0:35	3:35		
0:13	3:13		GESSA	0:36	3:34		
0:11	3:11		ARTIES	0:37	3:37		
0:09	3:09		GARÒS	0:38	3:38		
0:07	3:07		CASARILH	0:41	3:41		
0:06	3:06		ESCUNHAU	0:42	3:42		
0:04	3:04		BETREN	0:44	3:44		
0:00	3:00		VIELHA	0:50	3:50		
23:50			VIELHA		4:00		
23:48			VILAC		4:03		
23:45			AUBÈRT		4:05		
23:43			PONT D'ARRÒS		4:07		
23:41			ES BÒRDES		4:09		
23:39			ERA BORDETA		4:11		
23:35			BOSSÒST		4:15		
23:30			LES		4:20		

1 Deluns a dimenge

Dilluns a diumenge
Lunes a domingo
Monday to Sunday

2 Deluns a dissabte

Dilluns a dissabte
Lunes a sábado
Lundi a samedi
Monday to Saturday

3 Deluns a divendres (non hestèrs)

Dilluns a divendres (no festivos)
Lunes a viernes (non-feriados)
Lundi a samedi (non-vacances)
Monday to Friday (non holiday)

4 Dimenge

Dimenge
Domingo
Dimanche
Sunday

5 Dissabte, dimenge e hestèrs

Dissabte, diumenge i festivos
Sábado, domingo y festivos
Samedi, dimanche et les jours fériés
Saturday, Sunday and holidays

● Aquesti orari pòden èstar modificats. Consultar 902422242, www.ala.es o www.visitvaldaran.com
 ● Aquests horaris poden ser modificats. Consultar 902422242, www.ala.es o www.visitvaldaran.com
 ● Estos horarios pueden sufrir modificaciones. Consultar 902422242, www.ala.es o www.visitvaldaran.com
 ● Des horaires peuvent subir certaines modifications. Renseignements au 902422242, www.ala.es ou à www.visitvaldaran.com
 ● This schedule could be changed. Please, check in 902422242, www.ala.es or in www.visitvaldaran.com

27

Gent d'Aran

MARIA CINTA CASTILLO RODRIGUEZ

Diplomada en Educación Social. Trabaja en el Ayuntamiento de Vielha y es profesora titulada de Bollywood en la Escola Tchaikovsky de Vielha y en el AMPA de la Escola Sant Ròc de Bossòst. Nacida en Barcelona pero criada en el Valle de Aran sus aficiones son la montaña, el esquí a bailar, su gran pasión.

¿Qué es Bollywood?

Bollywood es el nombre informal popularmente usado para la gran industria cinematográfica en idioma . Es un juego de palabras que viene de Bombay (ciudad india cuna del Bollywood) y Hollywood. Las características más representativas de este tipo de cine son sus escenas musicales y sus bailes.

Bollywood es una pieza fundamental de la cultura de la India.

¿Es difícil bailar Bollywood?

No, no es difícil, solo hay que tener un poquito de coordinación ya que los movimientos suelen ser bastante rápidos y cambian muy frecuentemente. Hay que tener en cuenta que el Bollywood no deja de ser teatro, por lo tanto estamos contando una historia (normalmente de amor). La expresión de la cara es muy importante así como el movimiento y posición de las manos (Mudras). La base de Bollywood es sin duda la danza clásica hindú pero mezcla ritmos muy diferentes como por ejemplo el flamenco, hip hop, latino, baile moderno, etc...Es por esto que lo hace un baile muy divertido!!

El vestuario es importante para bailar Bollywood, ¿verdad?

Muchísimo. El sari es la pieza fundamental, consiste en un largo de diferentes colores ,ligero que se enrolla alrededor del cuerpo como vestido, en la danza se utiliza sobre todo cuando se baila Bollywood clásico. Lo más común y llamativo es el choli (top corto) y la ghagra (falda,puede ser larga o justo por debajo de la rodilla).También se utilizan los típicos bombachos y las casacas largas llamadas anarkalis. Las joyas también tienen un papel fundamental, pulseras de colores, pendientes, anillos en la nariz....todo lo que te puedas imaginar!!! Y sobre todo, no nos tenemos que olvidar del Bindi , que es el adorno que se lleva en la frente. La parte del vestuario como ves es muy importante, siempre que veas algo de Bollywood verás colores llamativos, faldas con vuelo y mucho brillo!!

¿De dónde te viene la afición?

Comencé a bailar Danza del Vientre, hasta que un día mi profesora nos enseñó Bollywood. Me pareció más divertido y entretenido, me entró la curiosidad por descubrir más y comencé a formarme.

¿Qué formación tienes?

Soy profesora titulada, me formé en el Club Masala en Barcelona, por la maestra Shahida Sheri Ahmed. He hecho cursos y talleres en Barcelona, Zaragoza, Vitoria, Lleida, Madrid... todos ellos con profesores hindús y con renombre en el mundo del Bollywood en España. También, el verano pasado participé en uno de los proyectos más importantes para mí: el "Anjali Project". Fue un intensivo en Madrid, con plazas limitadas y con dos grandes maestras: Vinatha Sreeramkumar y Sneha Mistri. Aprendimos varias coreografías de diferentes estilos de Bollywood y tuvimos la oportunidad de bailar con ellas en un espectáculo en un teatro de Madrid.



Sigo formandome cada vez que tengo la oportunidad.

¿Ya conoces la India?

No, aún no. Pero en octubre de este año tengo organizado un viaje a la India, a parte de conocer el país espero poder formarme un poco más y aprender todo lo que pueda para poder enseñar cosas nuevas a mis alumnas.

¿Dónde impartes tus clases?

En Vielha en la Escola Tchaikovsky, donde comenzamos hace dos años con 8 niñas. Ahora mismo ya son 33 niñas y 7 adultas. Además doy clases en el AMPA de la Escola Sant Ròc de Bossòst, desde hace también dos años a 12 niñas más, que se divierten y aprenden bailando. Las clases se componen de calentamiento inicial, técnica y coreografía, y estiramientos y relajación final. Gran parte de las coreografías que enseño en mis clases son creadas por mí misma.

Las personas que estén interesadas, ¿dónde pueden concertarse?

Tengo una página de Facebook "Ghagra Dance" donde cuelgo todo lo que suelo hacer: clases regulares, master class, talleres, actuaciones...etc...También en la Escola Tchaikovsky os informarán sobre las clases. Y si nos queréis ver bailar, el próximo día 12 de junio a partir de las 18h en la Sala Era Audiovisuau de Vielha, haremos el festival de fin de curso de la Escola Tchaikovsky , abierto al público.

¿Te gustaría que se apuntara más gente?

Si. Sobre todo porque yo disfruto mucho con este baile y me gustaría que más gente también lo hiciera. Nada más escuchar la música se te dibuja una sonrisa en la cara, ¡¡¡muy pocos bailes de Bollywood se bailan con el semblante serio!!! En estos años que llevo dando clase me he dado cuenta de que tanto mis alumnas como yo , entramos de una manera a la clase y salimos de otra....con más energía, más relajadas...Es una buena terapia!! No es necesario tener conocimientos para empezar, únicamente ganas. Yo lo recomiendo porque es muy divertido y animado, además de que haces bastante ejercicio ya que mueves todo el cuerpo!! Lo que también me encantaría es que se apuntaran niños y chicos, ya que por ahora todas mis alumnas son del sexo femenino. ¡¡¡ANIMAROS!!!

Entrevista realizada por Jorge López Pallarés para ARAN NAU.

era Val de d'auți tempsi

FOTOGRAFS ARANESI (IV): José Pòrras Lòmas (Linares, 1913-Vielha, 1999).

Estudièc tà capatàs facultatiu de mines e de capatàs trabalhèc en vielh Tunèl de Vielha, en tot arribar ara Val en 1942, ahiscat peth sòn frair qu'ère ja plaçat enes òbres deth madeish Tunèl Alfonso XIII. Pòc dempús portèc ara sua hemna e as dus hilhs perquè es auți tres neishèren ja en país. Era sua aficion fotografica que venguie d'abans dera Guèrra e que compaginaue en un prumèr moment dab era prumèra faena, enquìa que fin finau podede dedicasse professionalment, damb era botiga en centre de Vielha (ahlamada de naut en baish en epòca modèrna).

Alavetz qu'auie mòrt eth fotograf Campà en 1944 e, entre es militars, es obrèrs e era poblacion i auie ua demana en aguest ahèr, per çò que podede víuer solet dera fotografia sociala, en tot hèr carnets, retrats, celebracions religioses (nòces, enterraments...), familiars (hèstes majors, espòrts...), militars (acuartelament, viatges de Franco...), e era vida vidanta en generau (pagesia, Baquèira, ciclisme...). Tanben trabalhèc tà diuèrsi mieis de premsa dera postguèrra, siguèsse coma reportèr de diaris o publicacions periodiques, *La Vanguardia*, *La Mañana*... e catalòs o edicions postaus coma der aragonés Sicilia, des de 1952, que venguie des de Zaragoza entà casa sua. Tanben siguec fotograf d'era publicacion locau *Pax*, revista catòlica-aranesa, amassa damb dauti fotografs dera region qu'en aguest cas venguien de Barcelona (A. Zerkowitz), d'exposicions, coma era premanida en Lleida e dempús en Vielha sus es sues imatges araneses, e ilustracions tàs burèus de torisme, huelhetons, o bera monografia coma era aué famosa rota romanica aranesa, o era guida d'Enríquez de Salamanca, e era famosa òbra d'Espinàs e de Cela ath que li deishèc es imatges entà editar era sua guida viatgera des ans 1960. Aué que trapam es sues imatges ampliades en monografies disparières e tanben en

diuèrsi alotjaments e empreses araneses, siguen otèls o era madeisha estacion d'esquí, sense saber fòrça viatges eth sòn autor o procedècia. Siguec tanben er organisador deth hons fotografic dera antiga PFM. (Productora de Fuerzas Motrices), antecessora de FECSA. dempús ENDESA.

Persona fòrça estimada e coneishuda, non solet en Vielha, participant des ahèrs socials, des prumèri espectacles qu'arribèren ath país enes prumères "buats" o clubs, es bars o discos d'alavetz, coma vedem en bera imatge der H. Urogallo, mès sustot de croniste oficiau e solet fotograf en país pendent fòrça ans, en tot víuer es inauguracions des centraus, paradors, carretères, estacions d'esquí, Tunèl de Vielha, campionats, viatgers illustres, eca. Un trabalh e ua passion que no deishèc enquìa 1985. En octubre de 1999 que morís as 86 ans en tot deishar-mos eth hons fotografic mès important d'Aran e qu'es sòn hilhs mos balhen generosament en diuèrses publicacions locals, coma eth nau volum dera Fundacion deth Musèu aguest an 2015, Aran. Istòria gràfica (veir un resumit der article en apartat des fotografs aranesi qu'auem de nau dedicat ara sua memòria).

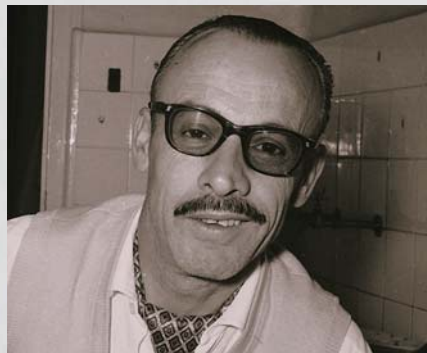


FOTO : J. Pòrras, Col. T. Pòrras.

Aran Culturau
www.aranculturau.com

LES LEÇONS DE PECHE DE JO TARIN

Tu vois fiston, il de ne suffit pas seulement de partir une journée à la pêche, loin de chez nous mais de trouver le temps propice. Regarde dessus la pluie et le vent.... Mais si dans une heure cela ne s'arrête pas on prend nos cliques et nos claques et on rentre à la maison. Alors, tonton raconte moi une fois de plus la journée de pêche à Séverac où tu as couru 1.500 m. en une minute et le temps passera plus vite.

Fiston cette fois là , j'ai bien fallu aux jeux olympiques. Figure-toi. Nous étions quatre copains décidés à passer une bonne journée de pêche à Séverac , dans l'Aveyron, bon tout a très bien commencé ; çà mordait a tout casser quand un dégourdi du groupe a décidé tout d'un coup de se promener dans un pré pour ramasser des champignons . Le nez collé sur le gazon. Il n'a pas vu le magnifique taureau de corrida aux cornes parfaites qui ne le quittait pas des yeux. Ce n'était pas une machine à viande de 350 kg. De bifteck vivant mais bel et bien un animal fou enragé. Comme il ne pouvait pas nous entendre, non a commencé lui faire des gestes puis a mimé les passes des toreros. Il aurait pu répondre OLE mais il a préféré en levant la tête, et disons le, encouragé par la tête de porte-bonheur du monstre, détalé comme un lapin . Après un spectaculaire démarrage tel un obus le pauvre bougre s'est retrouvé au sommet d'un chêne sur la plus haute branche comme une pie. Le gentil taureau, décidé à lui tenir compagnie tournait autour du chêne soufflant et gesticulant. Une demi heure plus tard et une concertation entre copain le décision de ne pas le laisser au prises des 350 kg. De viande enragée était prise. Grâce aux bonnes idées de mes copains, ou à mes origines espagnoles, ou ma jeunesse dans la Gers j'ai été promu torero de service. Je devais juste l'appeler et lui faire une feinte à son arrivé. Il devait se fatiguer e foutre les camps sans demander son reste. Me voilà donc avec une frousse sans limite, ne pouvant dire un mot ma gorge étant trop nouée . J'ai quand même décidé de passer pour un héros et un sauveteur. Et



de prendre de risques : j'ai enlevé mes cuissardes et tout mon précieux matériel de pêche . J'étais enfin près à faire des passes dignes des plus grands champions quand, grande excuse, je me suis trouvé incapable d'agir sans ma cape rouge. Mon désir

a été rapidement exaucé par un copain plein d'imagination qui a remplacé la cape par un tricot rouge de très belle qualité, mais trop petit soit dit en pour me cacher en cas de réel problème avec le délicieux bifteck. Prenant ma peur à deux mains je me suis approché du chêne , du copain toujours sur sa branche, et de sa dame de compagnie. A quarante mètres d'eaux et d'une petite voix fluette je lui ai dit « petit, petit » tout en lui montrant le tricot , en l'agitant un peu, pour qu'il se rende bien compte du modèle. Je n'ai même pas eu droit à un regard, alors je me suis approché à 5 mètres et j'ai redit : « Petit, petit » et alors là devant son

nasaux l'animal a poussé un cri de guerre, et tel un camion fou a foncé sur moi en passant la 5^{ème} vitesse . Je ne t'explique pas le reste, j'ai pivoté sur moi même activé mon réacteur et je suis parti comme une fusée à la recherche... d'un autre arbre. Je ne sais pas combien de temps j'ai couru mais je me suis retrouvé au pied du fameux chêne ou j'ai essayé de grimper. La peur me faisait trembler les mains mes jambes étaient en coton. Le taureau est alors arrivé et la manège a recommencé autour du chêne . J'ai bien essayer de lui parler mais sans aucun résultat alors j'ai crié pour qu'un copain vienne à son tour me sauver. Mais comme par hasard aucun me pouvait m'entendre, alors j'ai décidé de me jeter à l'eau, de sauter, même tout habillé au risque de me casser une jambe : la profondeur de la rivière n'étant à cet endroit que de 50 cm.

Alors fiston, si un jour tu vois un taureau dans un pré, même s'il ne peut pas voir, même si ses cornes sont courtes ne t'approches pas et surtout ne l'appelle pas petit si tu ne vois pas un chêne avec une escalier pour monter dessus.

Écrit par M. Jo Tarin de Cornebarrieu (France)

Luchon

Pyrénez-vous !

Suplemento Mensual GRATUITO

JUNIO
2015



AraNau
era revista dera Val d'Aran



Foto: JM. Emportes
O.T. de Luchon

Edición:
NAU ARAN S.C.P.

Impresión:
Indugraff Offset
Maquetación y Diseño:
Alèxia Grustan.

Directora Comercial:
M^a Rosa Puig.

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

Director de redacción:
Jorge López Pallarés.

Tirada: 5.000 ejemplares

Depósito legal: L-1145-2008

Distribución: Gratuita

TELEFONOS DE INTERÉS DE LUCHON

HÔTEL DE VILLE
00 33 561 94 68 68

POLICE MUNICIPALE
00 33 561 94 68 81

OFFICE DE TOURI
00 33 561 79 21 21

MUSÉE
00 33 561 79 29 87

LUCHON FORME et BIEN ÊTRE
00 33 561 79 22 97

GOLF CLUB
00 33 561 79 03 27

LA POSTE
00 33 561 94 74 50

POMPIERS 18

GENDARMERIE 17

TALLERES GARONA

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

Centros del Automóvil
COMFORT auto

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

Parfumerie
Esthétique
Danièle
Passion
Beauté

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

Chambre à louer en Maison à Bossòst, très agréable.
Ensoleillé.
Tel 0034 669 756 677

EMPRESA CONSTRUCTORA CASTET SANCHEZ SL

CS

MULTISERVICIOS DEL HOGAR CASTET SANCHEZ

Construction, tous travaux et
rénovations générales
Prix imbattables !

C/ MAYOR,9 - DAVID CASTET - 25551 VILAMOS -
646 12 49 34 & 646 90 22 97
empresaconstructoracastetsanchez@hotmail.com

FIESTA DE LA NATURALEZA

5-6-7 DE JUNIO 2015

Luchon 



VIERNES 5 DE JUNIO

- Almuerzo amenizado con lecturas y narraciones en el Hospice De France
- 19,30 aperitivo de bienvenida
- 20 horas cena

(sopa de Sarrous (hierbas silvestres), ave asada a la crema de ajos tiernos acompañada de patatas salteadas a las finas hierbas, quesos frescos de ganado de nuestros pastos, café gourmand, vino incluido) 25 € (reservas al : 00 33 688 32 40 64)

SÁBADO 6 DE JUNIO

● Toda la jornada

Feria Artesanal en los allées d'Etigny, mercado de segunda mano de artículos y plantas de jardín, en el parque de las termas.

Inauguración de la marca "Luchon estación de trail", stand de las asociaciones luchonesas ligadas a la naturaleza, actuaciones de los grupos folklóricos locales, actuaciones para todos los públicos a cargo de "El Mas del asno gris": mini-granja, balada de los dos asnos, juegos con la madera.....baladas en calesa, bebidas y comida en el mismo sitio de la celebración.

- A las 18,30 aperitivo y concierto en el kiosco de las Termas.

DOMINGO 7 DE JUNIO

- Visita al Arboretum de Jouveou, seguido de un concierto y regalo de una maceta.



Luchon 
LA VILLE
Pyrénéz-vous !



ENLAIREU-VOS



LLENCEU-VOS



PLANEJEU



LUCHON-SUPERBAGNERES.COM

Luchon
SUPERBAGNÈRES
Pyrénez-vous !

Luchon
SUPERBAGNÈRES
Pyrénéz-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 ll ajudaran a escollir tota mena de fórmules, des de la classe de pilotatge fins al descens controlat.

www.luchon-superbagneres.com - 2015 - © OT Luchon et Jérôme Gau.

OBERTURA TELECABINA

Del 20 al 21 de juny 2015 de 13.30 a 17.30 h / Caps de SETMANA

Del 27 de juny al 30 d'agost 2015 de 9.30 a 12.30 h i de 14 a 18 h / Tots els dies

Del 5 al 20 de setembre 2015 de 13.30 a 17.30 h / Caps de SETMANA

Els horaris poden ser modificats segons les condicions meteorològiques

LUCHON - SUPERBAGNÈRES

45, allée 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
Pyrénéz-vous !

Vaporarium natural

Luchon
FORME & BIEN-ÊTRE
Pyrénez-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 22 de diciembre al 5 de enero
y del 23 de febrero al 16 de marzo

Foto: Alain Felix

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

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



Solamente a dos pasos de la Val d'Aran

Luchon Forme et Bien-Être

Cours des Quinconces

31110 Bagnères de Luchon - FRANCIA

Tél: 00 33 5 61 79 22 97 / Fax: 00 33 5 61 79 72 41

info@luchon-bien-etre.fr www.luchon-bien-etre.fr

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

vaporarium

espacios para vuestro placer

El «Vaporarium»; Hammam Natural único de Europa

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

« *Balneum lixonense post neapolitense primum* »

Los baños de Luchon son los primeros después de los de Nápoles. Con estas palabras nos damos cuenta de lo importante que era Luchon en la época de los romanos y de la suerte de poder aprovechar hoy en día este lugar único.

Curiosidades:

La longitud total de sus galerías (150 metros) lo convierten en un lugar único en Europa. Está formado por galerías naturales, pero acondicionadas para proporcionar el confort necesario. Sus aguas termales, ricas en azufre y sodio, filtran a través de las paredes de las galerías. Su temperatura natural es de 73°C, pero se crea un ambiente cálido

(38-42°C) y húmedo (95%) que favorece:

- El equilibrio ponderal.
- La limpieza de la piel (El azufre limpia la grasa de los poros de la piel).
- La eliminación de toxinas.
- La permeabilidad de las vías respiratorias.



Hacer una sesión normal:

1° - De 10 a 15 minutos de paseo, seguido de un reposo, sentado, en el interior de las galerías (Donde se anuncia la hora cada 5 minutos).

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

3° - Después de repetir el paso 1 y 2 del programa, hay un período de 15 minutos de relajación en las tumbonas que rodean la piscina.

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

Luchon



MIÉRCOLES 24 DE JUNIO

BRANDON DE SAN JUAN

Espectáculo para pasear , o si se prefiere no moverse del sitio.

Salida desde la Plaza del Mercado a las 21 horas y llegada a la plaza de las Termas a las 21.45 horas, para encender el tronco (brandon) , con una final a cargo de los Guías a Caballo, de la Fanfarria y la Compañía Akouma.

A continuación espectáculo de los grupos folklóricos bajo el kiosko.



Fête de la MUSIQUE

DOMINGO 21 DE JUNIO

FIESTA DE LA MÚSICA

Música en las calles de Luchon

Luchon
LA VILLE
Pyrénéz-vous !

Índice anunciante

ALQUILER MAQUINARIA

Calvo (Vielha) 3

ASESORIAS – GESTORIAS- ABOGADOS

Cadion (Vielha) 15

Pocino Moga (Lleida-Vielha) 17

Cudós (Vielha) 16

ATRACCION TURISTICA

Le petit Train Luchonnais
(Luchon) 7

BTT BICICLETAS

VENTA Y REPARACION

Luchon MTB (Luchon) 9

BOLSOS

Alexia Grustán 19

CONSTRUCCIONES

Constructora Castet Sánchez
(Vilamòs) 11

CORTINAS y TAPICERIAS

Magatzems Sant Jordi
(Lérida) 5

ESCUELAS

Centro Formación Adultos
(Vielha) 15

FLORISTERIA

Eth Jardinet (Vielha) 7

Horticulture Pradel (Luchon) 9

Farré Jardiniers (Vielha) 19

GUIAS TURISTICOS

Aranculturau (Vielha) 7

INFORMATICA

Vielha Computer (Vielha) 5

INMOBILIARIAS

–PROMOTORES

Eth Puntet (Vielha) 3

Residence le Vieux Moulin
(Luchon) 7

LAVANDERIAS-

TINTORERIAS

Jonerick (Betren) 17

LIMPIEZA DE CHIMENEAS

Limpiezas de Chimeneas
(Sort) 9

MEDICINA ESTETICA

Dra. M^a José Cutando
(Vielha) 13

MODA

Mainadera (Les) 7

Novetats Codina (Bossòst) 9

OSTEOPATIA

Osteoaran (Vielha) 5

PUERTAS DE GARAJE

Instaporta (Aubert) 15

PERFUMERIAS

Gotta (Bossòst) 40

PODOLÓGIA

Clínica Raquel Espinosa
(Vielha) 7

POMPAS FUNEBRES

Funeraria Saura (Vielha) 14

RESTAURANTES

Era Tiurna (Les) 23

TALLERES AUTOMOVILES

Talleres Garona (Vielha) 5

Talleres Salva (Vielha) 3

VETERINARIOS

Aran Veterinaris (Vielha) 24

Índice anunciante revista LUCHON

CONSTRUCCIONES

Castet Sánchez (Vilamòs) 2

ESTACIONES DE ESQUI

Luchon Superbagnères 4/5

PERFUMERIAS Y ESTETICA

Danielle Perfumerie (Luchon) 2

TALLERES AUTOMÓVILES

Talleres Garona (Vielha) 2

TERMAS

Luchon Forme et Bien Être
(Luchon) 6/7

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.