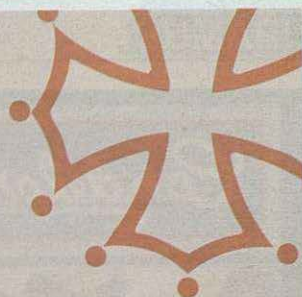


Tot ARAN

Abril 2002 N° 12



Revista mensual de distribució gratuïta de la Val d'Aran

HISTORIA DE ARAN

Tratado de
"Era Emparança"

CUENTOS, VERSOS Y ANÉCDOTAS

El último habitante
de Montgarri

ARAN DES NOSTI PAHIRS SENHÈRS

Es amants
de Bausén

4.000
exemplars

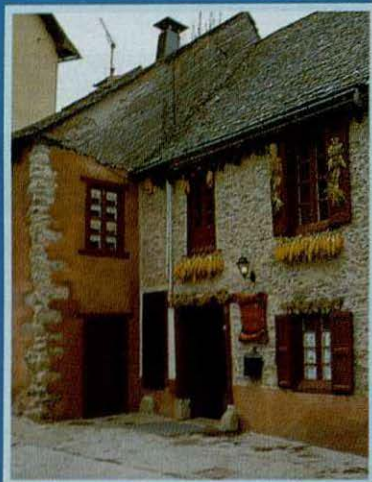


"Era Lauaneta"

LIBRERIA - PAPELERIA - PRENSA

C / Eduard Aunès, 22
25550 - BOSSOST
Tel / Fax 973 64 71 29

Candelaria



RESTAURANT
Carrer Major, 16 - ARTIES 25599
VALL D'ARAN (Lleida) - Tel. 973 642 024

En el restaurante Candelaria, la magia del ambiente y una decoración muy especial y acogedora, serán sus compañeros de mesa para disfrutar de su exclusiva cocina. En un lugar donde aún se respira el ambiente de las cosas hechas con cariño, déjese seducir por la encantadora atmósfera de este restaurante único.



HIPER MUEBLE



MUEBLE PROVENZAL
MACIZO CASTELLANO
TRESILLOS
HOSTELERIA
CASAS Y APARTAMENTOS
LAMPARAS
CORTINAS, ETC.

C/ Maladeta, 13
25530 VIELHA (LLEIDA)
Tel./ Fax 973 642 617



noguèr
b o s s ò s t

REGALS i DECORACIÓ

Duc de Denia, n.º 33
25550 - BOSSÒST
Tel. 973 64 73 55

LA SAMARRETA

lasamarreta@lasamarreta.com

EN VIELHA : Palai de Gèu - Avda. Castièro - Avda. Pas d'Arro - Passeig dera Llibertat



TOP ARAN, S.L.
C/ Casteras, 12
25550 BOSSÒST
Tel.: 973 64 77 07
Fax: 973 64 77 09
Mòvil: 636 20 41 80
e-mail: TOTARAN@terra.es

Edició:
TOP ARAN, S.L.

Impressió:
Anigraf, S.A.

Maquetació:
TOP ARAN S.L.

Tirada:
4.000 exemplars

Depòsit legal:
LI-620-01

Distribució:
Gratuita

TOP ARAN S.L.
no se responsabiliza del
contenido de los artículos de
esta Revista.
Queda prohibida totalmente la
reproducción y escaneo total o
parcial de los artículos o de los
anuncios, si no es con permiso
previo por escrito.

Subscripciones a Tot Aran
Llamar al teléfono 973 64 77 07
y por solo 13 Euros* anuales,
le enviaremos la revista
puntualmente a su casa.

* Este importe corresponde a los
gastos de envío de 12 números
de la Revista. (I.V.A., aparte).

- 5** Cuentos, versos y anécdotas
El último habitante de Montgarri
- 7** VINOS DE ESPAÑA
Bodegas Vega de Toro - Numanthia 1998
- 10** ARAN DES NÒSTI PAHIRS SENHER
Es amants de Bausén
- 11** HISTORIA DE ARAN
Tratado de "Era Emparança" (Capítulo XII)
- 13** INFORMACIÓN FISCAL Y LABORAL
Contingente de trabajadores extranjeros para el 2002
- 14-15** HORÓSCOPO
- 18** LLEGENDA ARANESA
El gegant Mandrònius
- 19** EL PERRO: UN AMIGO NUESTRO
El Basset - hound
- 22** TELÈFONS D'INTERÈS
HORARI D'AUTOBUSOS
- 23** HORARI D'AUTOBUSOS
- 25** FLORA Y FAUNA DEL PIRINEO
El nogal.
El ciervo común.
- 26** LAS HIERBAS DE LA ABUELA. ANUNCIOS BREVES
Cola de caballo
- 27** ENTRETENIMIENTOS
- 28-29** COCINAR EN CASA
"Fondue" de patatas
Colas de langosta al curry
Naranjas moras
- 30** CURARSE EN SALUD
La gota
- 32** LLEGENDES QUE EM VAREN CONTAR
Els esclòps de Bethmale
- 34** BREU HISTÒRIA DE CATALUNYA
Jaume, aprenent de rei (Capítol XII)

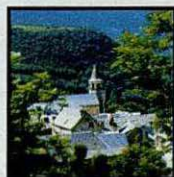


FOTO PORTADA
*Primavera en el pueblo de Bagergue
(Naut Aran)*
Foto: Torisme Val d'Aran

alquiler
locales
apartamentos
compra
casas
venta



Habitat Espaces

Asesoría y gestión inmobiliaria

Plaça deth Coto Marçó, 3 · 25530 VIELHA (detrás iglesia)
Tels. 973 64 26 25 - 973 64 30 81 · Móvil 653 24 78 42 · Fax 973 64
www.aranweb.com/habitat · E-mail: habitat@aranweb.com



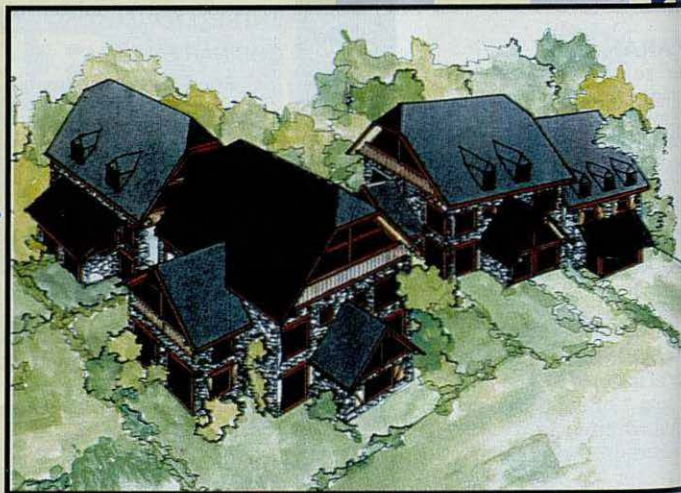
*Edificio en construcción en Vielha
Pisos de 3 y 4 dormitorios. Ofertas
Locales comerciales y plaza
parking.*

Sorpréndete de sus precios



Verge des Nheus

Pleta Residencial. Betlan



*Pleta de apartamentos y dúplex en Betlan (4 Km Vielha), de 2 y 3
Plantas Bajas con jardín privado. Zona verde comunitaria.
A 15 Km de la estación de esquí.*

Mon
Sun mor
vitalida
maestro

Hace
chiquil
cencerr
y la ge
Solame

Dos
aquello
junto a
aquella
Un lug
de Mor
abuelo
meses
queredo
el año
hacer
conside
Hacer
hacer
debajo
poder
casas a
de co

Ton y
fuero
habitar
Antes,
al unis
confort
mundic
tratant
plato d
para lo

En e
altitud,
durmie
y conf
maravi
insopo
planteo
Ton y
pero la
fueron

EL ÚLTIMO HABITANTE DE MONTGARRI

Montgarri ya no es un pueblo. Montgarri es hoy un montón de ruinas. Había sido una aldea llena de vitalidad, viva, con su propia escuela, en donde el maestro era un pastor.

Hace casi 100 años, por sus calles corrían los chiquillos y en ellas se oía el alegre sonido de los cencerros de las vacas. El aire del valle era purísimo y la gente de aquel lugar trabajaba y era feliz. Solamente tenían un problema: el crudo invierno.

Dos o tres metros de nieve era cosa habitual en aquellos parajes. Las familias pasaban el invierno junto al fuego y contaban historias y leyendas de aquellas tierras.

Un lugareño, Ton de Cabau, fue el último habitante de Montgarri y a él va dedicado este capítulo. El abuelo recordaba los fríos meses de invierno en su querido pueblo. Decía que el año que no tenían que hacer "túnel" podían considerarse afortunados. Hacer túnel consistía en hacer un agujero por debajo de la nieve para poder llegar desde sus casas a "los bordes" y dar de comer al ganado.

Ton y su mujer, Cándida, fueron los últimos habitantes de este pueblo. Antes, todos los vecinos, al unísono, decidieron marcharse a lugares más confortables. La casa de Ton estaba abierta a todo el mundo, gente de paso que se quedaba a dormir, tratantes de ganado, pastores....Siempre había un plato de comida caliente y un lugar donde dormir para los forasteros.

En el pueblo de Montgarri, situado a 1645 m. de altitud, era también habitual encontrarse gente diversa durmiendo en el pajar de Ton. Era un sitio caliente y confortable. Del mismo modo que el verano era maravilloso en este lugar, el invierno era prácticamente insoportable, por este motivo la gente del lugar se planteó abandonarlo y buscar lugares menos duros. Ton y Cándida fueron de los primeros en marchar pero la añoranza y el recuerdo de su pequeño pueblo fueron aún más fuertes y decidieron volver.

Mientras el resto de las casas deshabitadas amenazaban ruina, rindiéndose al paso inexorable del tiempo, Ton volvía a dar normalidad a la suya y así echar raíces en su querido Montgarri. ¡Amaban tanto a su tierra!

El tiempo iba pasando y el matrimonio seguía allí, más unido que nunca, hasta que el 7 de Febrero de 1962, en un invierno muy frío y con más de tres metros de nieve, Cándida murió víctima de una larga enfermedad. El pobre Ton se quedó solo, destrozado, en una situación irreversible e inexorable. También él tendría que abandonar su querido Montgarri.

Aquel atardecer de Febrero, cuando las sombras cubrían enteramente el valle, la gente de Bagergue vio que una luz se aproximaba al pueblo. Aquella

luz venía de Montgarri. La gente de la aldea sabían que era Ton y que algo grave había pasado. Conocedores de la enfermedad de Cándida, todos predijeron la muerte de la mujer.

Durante varias horas estuvo andando Ton sobre la nieve, con las raquetas puestas y aterido de frío, hasta llegar a Bagergue para comunicar a las autoridades y amigos la triste nueva. Sus lágrimas

se iban fundiendo con la blancura del paisaje, llorando por su querida Cándida, que había abandonado este mundo.

A la mañana siguiente, un numeroso grupo de vecinos ayudó a Ton a dar sepultura a su mujer. Tres metros tuvieron que ahondar en la nieve hasta encontrar el suelo firme en donde cavar la fosa.

Después de la muerte de Cándida, Ton, triste y abatido, se retiró a la Residencia de ancianos de Vielha, recordando su querido Montgarri y los duros pero felices años que había vivido en la montaña.

Relato extraído del libro Fets, costums i llegendes d'Aran de Joan Bellmunt.



Ribera de Bagergue

QSS  **QSS**
FOTOS EN 1 HORA FOTOS EN 1 HORA

**TUS MEJORES FOTOS EN 1 HORA
AL MEJOR PRECIO
TODO TIPO DE TRABAJOS EN IMAGEN**

**MATERIAL FOTO-VIDEO-AUDIO
"CON TU REVELADO UN CARRETE Y UN ALBUM GRATIS"**

Av. Pas d'Arro, 52 • 25530 VIELHA • Tel. 973 640 490

**DECORACIONES
LAVALL S.L.**

**PINTURA
DECORATIVA
Y
PARQUETS**

C/ Sarraera, 5 • 25530 - VIELHA
Tel. 649 873 146

CONSTRUCCIONES

ANPEMA 2001 S.L.
PERFECTO BREA

C/ J. dera Closa, 18
25550 BOSSOST

Tel. y Fax : 973 64 73 21
Móvil : 679 43 98 55

**TALLERES
GARONA**

**CARROCERIA Y PINTUR
DEL AUTOMÓVIL**



**Póligono Mijaran - Nave 3
25530 - VIELHA - Val d' Aran**

**Tel. 973 64 02 09
Fax 973 64 19 37
Móvil 619 03 55 71**

COMERCIAL M.Y.M.
PROFESIONALES DEL HOGAR



**EXPOSICIÓN Y VENTA
SUMINISTRO Y COLOCACIÓN**

MUEBLES DE COCINA Y BAÑO - SANITARIOS
ACCESORIOS DE BAÑO
REVESTIMIENTOS Y PAVIMENTOS
- CARPINTERÍA INTERIOR Y EXTERIOR
CALEFACCIÓN Y FONTANERÍA - ALQUILER Y VENTA
MAQUINARIA INDUSTRIAL

Polígono Industrial Ntra. Sra. de Mijaran, Nave 1
Teléfono/Fax 973 64 19 68 25530 VIELHA - Lleida
maneromelero@jazzfree.com



**TAROT
MAGENTA**

Somos diferentes

**VIDENCIA-TAROT-REIKI
EQUILIBRIO DE ENERGÍAS
AYUDAS EN PERSONA
Y A DISTANCIA.**

24 HORAS

**906 094 669
616 276 349**



il casone

PIZZERIA - RESTAURANTE
SALARDÚ - Val d'Aran

Tel. 973 64 40 55

basteret 

restaurant

c. major, núm. 6 b
25530 vielha
tel. 973 64 07 14

BODEGAS VEGA DE TORO S.L.

Esta renombrada Empresa vinícola tiene sus viñedos en Valdefinjas, provincia de Zamora. Son unas viñas situadas a 700 m. de altitud y que tienen una mediana de edad de 70 años.

Su producción es 100% de la variedad autóctona Tinta de Toro, especie prefiloxérica (pie franco), similar al Tempranillo o al Tinto Fino y adaptada perfectamente al clima y al suelo de la zona. Sus cepas son fuertes y de sarmientos medios.

La producción de uva por hectárea es de 2.140 kg. (15 Hls.) y la vendimia es rigurosamente manual con una rigurosa selección de los frutos, óptimamente madurados en viñedo.

NUMANTHIA 1998

Vino tinto envejecido en barrica bordelesa nueva de roble francés, desde Noviembre de 1998 a Junio de 2000, con trasiegos realizados cada 4 meses.

Se considera un vino de excelente calidad con una calificación de añada oficial muy buena. Ha sido macerado con hollejos durante 22 días, con remontados suaves. Fermentación maloláctica en barrica, con elaboración tradicional y 100% despalillado.

De color intenso rojo picota muy bien cubierto, con tonos violáceos y granates. Limpio, muy luminoso.

Su aroma es muy potente en nariz, con gotas de frutos rojos bien maduros (frambuesa, grosella y zarzamora). Ecos de monte bajo y tomillo sobre fondo mineral. Ligeros tonos de vainilla y torrefactos.

En boca, se muestra complejo, equilibrado y de excelente estructura. Seco y poderoso en el ataque con un paso amplio y gustoso, con buen peso de fruta.

Final rico en taninos, cacao y tostados. Posgusto largo, con recuerdos balsámicos en retronasal.



granuilla s.l.

DISTRIBUCIÓN DE VINOS
Y LICORES AL MAYOR Y DETALL

ASESORAMIENTO DE BODEGAS
Y GESTIÓN DE STOCKS

c / bergàs nº 5
vielha - 25530 - val d'aran
e.mail : granuilla@cavabeso.com
tel. 973 64 07 75



CAVA BESO

ESPECIALISTAS EN VINOS,
CAVAS, DESTILADOS Y
WHISKY DE MALTA.
LICORES DEL PAÍS Y
PRODUCTOS TÍPICOS

PASSEIG DE LA LLIBERTAT, 22
25530 - VIELHA (VAL D'ARAN)
TEL. 973 64 00 30
FAX 973 64 07 75
E-mail: cb@cavabeso.com



ROSA GODOY
CURSOS Y CATAS DE VINO
PARA GRUPOS

C/ BERGÀS, N.º 5
25530 - VIELHA
Tel. 973 64 00 30



Et h
Repopet

ropa ninos - puericultura

Ctra. Gausack, 20 baixos ☎ 973640535
25530 VIELHA · VAL D'ARAN

CONSTRUCCIONES Y
EXCAVACIONES

CAMUN S.L.

C/ Casteras nº 1
25550 - BOSSÒST
Val d'Aran (Lérida)
Tel/Fax 973 64 70 16
Mòvil 639 68 90 45

E-mail : camun@eurosof.com
Web : <http://www.eurosof.com/camun>

ERA

PRIMAUERA

ARTESANIA - ARTICLES DE CUÉ

C/ Grauèr, 1
Tel. 973 64 82 43
BOSSÒST (Val d'Aran)



CONFORARAN, S.L.

Instalación - Mantenimiento - Reparación
Gas - Fontanería - Calefacción - Aire Acondicionado
Frio Industrial

E-mail: conforaran@netaran.com

Ctra. Francia, s/n
Tel.-Fax, 973 643 216
25540 L'ES (Lleida)

C/ Maladeta, 14 - La
Tel. 649 404 971 - 600 777
25530 VIELHA (La)

Flors
Florete

RAMS DE NÚVIA
ORNAMENTS
CORONES

Centre Comercial Caprabo
Ctra. França, s/n
25530 VIELHA (Lleida)
Tel. 973 64 23 45 · Fax 973 64 10 11

Albergue



**HABITACIONES DE
2, 4 y 6 PLAZAS**

**BUNGALOWS DE
6 HASTA 8 PLAZAS**

**PRECIOS ESPECIALES
PARA GRUPOS**

Ctra.N - 230, Km. 175
Camin Reiau s/n
25551 - ERA BORDETA
Tel. 973 64 83 28
Fax 973 64 83 28
e.mail : eralana@inicia.es



**PHONE
LAND**

- TELEFONÍA MÓVIL
- TELEFONÍA FIJA
- CENTRALITAS
- INTERNET
- LÍNEAS "R.D.S.I."
- VIA DIGITAL
- ESPECIALISTAS EN PYMES

VIELHA
Av. Alcalde Calbetó, s/n
Tel./Fax 973 64 28 58

BAQUEIRA
Grat. Mauberge, bages
Tel. 973 64 57 66

MIQUEL ALMANSA i ARTIGA

ANÁLISIS CLÍNICOS

A CUALQUIER HORA, EN 5 MINUTOS

Eduardo Aunós, 10
25550 BOSSÒST (Lleida)

Tels. 973 64 82 19 - 973 64 72 87

LA CASA VASCA

COMIDAS Y TAPAS CASERAS

Passeig Duc de Denia, 49
25550 BOSSÒST

Tels. 973 64 80 92 - 64 72 31



Sidrería Casa Pau

Calle Molino, 14
25559 ARTIES

Tel: 973 64 52 31

TAPAS Y PINCHOS
ABIERTO TODO EL AÑO



CLINICA VETERINARIA VIDAL

HORARIO DE VISITA

De Lunes a Viernes
de 10,30 a 13,30
y de 16,30 a 20,00
Sábados según temporada

Avda. Garona, 25 - bajos
25530 - VIELHA
Tel. 973 64 23 61



ARAN SERVICE INMOBILIARIA Y SERVICIOS DE LIMPIEZA

VIELHA- Dúplex con 3-4 dormitorios.
2 baños. Parking. Gran suite. 170 m2.
239.803 Euros.

Chalets de 3-4 dormitorios. 2 baños.
Aseo. Jardín. Garaje para 2 vehículos.
Excelentes vistas. 250 m2. 318.536
Euros.

Apartamento de 3 dormitorios. 1 Baño.
Aseo con ducha. Amueblado.
Capacidad para 10 personas. 82 m2.
100.669 Euros.

Apartamento de 4 dormitorios. 2 baños.
Aseo y ducha. 144.242 Euros.

BETRÈN- Casas triplex de 3-4
dormitorios. 2 baños. Amuebladas.
Garaje individual. 160 m2.
201.339 Euros.

SALARDÚ- Casas de 3 dormitorios,
2 baños, cocina, salón-comedor, trastero,
1 plaza de parking. 192.323 Euros.

GARÒS- Casa con jardín. 4
dormitorios. 2 baños. Salón. Cocina-
comedor y garaje. 300.506 Euros.

ES BORDES- Casa Aranesa. 160m2.
con jardín de 320m2. 258.435 €

LOCALES Y NEGOCIOS EN VENTA

ARAN SERVICE

Hace realidad sus sueños

ARAN SERVICE

C/ Aneto, 6, 1.º 3.ª
25530 VIELHA
Tel. 973 64 17 28
Fax 973 64 16 10

SERVICIS

Alotjament 40 places
Restaurant - Bar - WC

Carns ara brasa
Duches aigua cauda
Emisora emergencia
Botiquin
Servici de guides

Montgarri · Naut Aran · 25598 Val d'Aran
Tels. 973 64 50 64 · 60 07 80 · 639 49 45 46



Amics de Montgarri



973 62 10 65

ES AMANTS DE BAUSÉN

Dessús d'un ticolet plaçat a uns quate cents mètres deth pòble de Bausen, en Baish Aran, i a ua hòssa dambe una inscripcion: "Ara mia estimada Terèsa".

A començaments deth s.XX, viuie en Bausen ua parella de joeni que s'estimauen e s'auien un amor prigioner e sincèr.

En tot qu'eth trabalhau tot eth dia, era cantaue doces melodies d'amor. Eth hège content eth sòn trabalh cada dia, en tot que demoraue eth ser entà podé-se reünir damb era sua estimada.



Tomba de la Teresa

Mès aqueth idillic amor aurie de passar per moments bèl dolorosi, que hègen encara mèns fòrta era estimacion des deus amants.

En tot resultar qu'auien junhs familiars (encara que luenhencs) era Gleisa se neguèc a dà-les era benediccion noviau e prealablament non pagauen ua grana quantitat de sòs en demanar era "dispensa".

Es dus joeni escotèren damb lèrmes enes uelhs era negatiu. Coma hilhs de gent trabalhadora non podien cap hèr front a aquera quantitat de sòs.

A despiet de suplicar e explicar era sua praubesa e eth sòn gran amor, era responsa ère tostemp era madeisha: "Auetz de besonhs era dispensa de Roma e auetz de pagar".

S'estimauen talament totun, que decidiren de viuer amassa e poder gaudir deth sòn amor. E atau ac heren. D'aguesta manera sigueren erosi e tornèren a entonar beròeis cançons d'amor joeni eth cèu de Bausen.

Non tot siguec tant de bon hèr entada eri. Era Jerarquia eclesiastica condemnèc e castiguèc era sua actitud e les bèl dehòra dera Gleisa. Mès, eri que viueren eth sòn amor.

Uns ans mèns tard, era mòrt hec acte de preséncia en aquela larèr e s'emportèc ara praubesa Terèsa, quan auie 33 ans. Sigueren eth 10 de mai de 1916.

Eth joen òme auie eth còr trincat peth dolor. Eth capellhan se neguèc pr'amor der adultèri cometut pera parella, a dà-les Terèsa enterrament en lòc sagrat, en cementèri parroquial.

Atau siguec com es poblants de Bausen e sense qu'arreglar demorèsse ath margen, bastiren dehòra deth vilatge un nou cementèri. Eren toti plei d'ira per aquera situacion. En vint-e-quate ores era hòssa ère acabada e Terèsa auec un lòc tà repausar èrneament.

Aué, ueitanta sies ans despús, es sòns rèstes encara demoren en cementèri hèt sonque tada era. Arrés mai a estat enterrat en aqueth lòc.

Encara ara, eth sòn unic hill, que viu en França, ei eth silenciós guardian dera hòssa a on repòse joena hembra que viuèc ua beròia istòria d'amor en tèrres araneses. Ua istòria qu'an condat mil viatges es pairs-senheires de Bausen, un pòble a miei camin deth cèu.

Extracte deth libre "Fets, costums i llegendes de l'Aran" de Joan Bellmunt.

TRATADO DE "ERA EMPARANÇA" (CAPÍTULO XII)

Entre los araneses va tomando fuerza el deseo de ir independizándose de los estamentos nobiliarios e ir buscando cobijo y protección en su rey. Con el matrimonio de Peronella, hija de Ramiro I de Aragón, con Ramon Berenguer IV, conde de Barcelona, el poder de la Corona de Aragón y Cataluña se expande desde el Rosellón hasta Bearn, incluyéndose en estos territorios, Commenge y el Valle de Aran.

A la muerte de Ramon Berenguer IV, su hijo y heredero, el Infante Alfonso, fue proclamado conde-rey de Cataluña y Aragón. Como tutores suyos fueron nombrados Guillem Ramon de Montcada y Guillem de Torroja, recibiendo además una gran influencia de su madre, Peronella.

Este rey, Alfonso I, extendió sus dominios por gran parte de la Galia y de la propia Cataluña. Sin embargo, su deseo de expansión por los territorios occitanos le llevaron a entablar frecuentes luchas contra el conde de Tolosa.

Uno de los proyectos más significativos que promovió el rey Alfonso I, fue restaurar la antigua "Civitas Convenarum", con el fin de crear una confederación de condados en torno a la sede episcopal de San Bertrán de Commenge. Este objetivo se vería fortalecido gracias al matrimonio de su sobrina Matelha des Baus con el conde Centulh III de Bigorra, a los que cedió en 1.175 los dominios del Valle de Aran. Esta cesión abarcaba las montañas aranesas, los llanos, los grandes pastos, el agua y la madera de sus bosques.

Años más tarde, el rey se volvió atrás respecto a la cesión de los territorios araneses, cuando en 1.192, al hacer donación del condado de Bigorra a Gastón IV de Bearn (casado con Peronella, nieta de Centulh III), reinstauró el Valle bajo el dominio de su propia corona.



Centulh III y Matelha

Entre todas esas cesiones y contra-cesiones del Valle, el rey Alfonso I firmó en el monasterio de Sant Andreu de Barravés, el tratado de "Era emparança" con los araneses. Fue un acuerdo mediante el cual, el rey dispensaba a los habitantes de Aran protección directa por parte de la Corona. A cambio, los araneses se comprometían a pagarle un tributo anual de un "galin reiau" (medida aranesa) de trigo, por casa o familia.

También pactaron que los diezmos del monasterio de Mijaran, que debían pagarse al rey, se pagaran al Común del Valle.

Este trascendental pacto, tendría una relevancia extraordinaria para el desarrollo político y social del Valle de Aran, ya que constituyó el soporte histórico que establecería en el futuro un régimen de libertades y privilegios para regular la vida política, económica, judicial y religiosa de los habitantes de Aran.

Extracto del libro "La Vall d'Aran", de Llorenç Sánchez i Vilanova

Dibujo : Sra. Rosa Medina



TALLERES SALPA, S.L. CHAPA Y PINTURA

Zona Industrial Mijaran, nave 7
25530 - VIELHA (Val d'Aran)

Tel. 973 64 25 93
Fax 973 64 30 73



José Luis Jaquet Roquet

ALQUILERES

VENTAS

Pas d'Arrò, 5 D - 1.ª

Tels. 973 64 16 91 - 973 64 16 20

Fax 973 64 16 91

IGNACIO GÓMEZ PÉREZ



Maquinaria Industrial

- Lavadoras
- Secadoras
- Calandras

Instalación - Mantenimiento - Reparación

Fontanería - Electricidad

Todo tipo de electrodomésticos

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

Tel. 656 92 56 15

25550 - BOSSÒST (Val d'Aran)



Hotel Restaurante Garona

SALA REFRIGERADA

Tel. 973 648246 - Fax 973 647001

C/. Eduardo Aunós, 1 - 25550 BOSSÒST (Lérida)

CAU MONTES
Taller de enmarcación
y
Sala de Exposiciones



Ctra. de Betrián, 47 local 3
25530 - VIELHA
Tel. 629 03 77 21



INTERNET

Línea ADSL.

Servicio de Escáner.

Impresión en DIN - A4 Color.

Servicio de FAX.

**De lunes a jueves hasta las 12 de la noche
Viernes y Sábado hasta las 2**

**No pierdas el tiempo con
líneas de baja calidad**

Servicio de Cafetería

Teléfono: 973 64 03 13

Ciber Café Compis

Avda. Garona número 31 local 5

25530 - Vielha (Lleida)

(Frente al Palau de Gel)

COSTA
LIMPIEZAS Y MANTENIMIENTOS

**PRESUPUESTOS
SIN COMPROMISO**

c/ Closas, 11A 6º 2ª
25530 VIELHA (Lleida)
Tel. 629 30 32 46

E-mail: O.Cos@iespana.es

CONTINGENTE DE TRABAJADORES EXTRANJEROS PARA EL 2002

El crecimiento económico acelerado que ha experimentado el Valle de Aran en los últimos tiempos, ha activado un mercado de trabajo con una demanda de trabajadores no asumible por la misma comarca, ni por el entorno territorial, lo que obliga a contratar personal extranjero.

El nuevo contingente según resolución del 11 de enero de 2002, complica los trámites para contratar personal foráneo.

Este contingente contempla las necesidades sectoriales por comunidades y provincias y determina el número de trabajadores a contratar siempre en origen.

Para la provincia de Lleida el número de trabajadores estables que se pueden contratar hasta el 30 de Septiembre, son: 336 para la construcción, 121 para industrias del metal y 4 para el sector servicios. Las solicitudes para contratar trabajadores extranjeros estables (permiso de trabajo renovable) deben ser presentadas por las asociaciones de empresarios ante la Dependencia de Trabajo y Asuntos Sociales, mediante ofertas de trabajo genéricas agrupadas por ocupaciones. Esta documentación se remitirá semanalmente a la Dirección General de Ordenación de las Migraciones, que comunicará a las Embajadas de España en los países hacia los que se oriente la selección de los trabajadores, el número de ofertas para seleccionar a los trabajadores profesionalmente capacitados e interesados en trabajar en España. Las documentaciones serán firmadas por los trabajadores seleccionados, en el país de origen.

ACTIVIDADES DE TEMPORADA

Las ofertas de empleo y permisos de trabajo en las actividades de temporada, se tramitarán de acuerdo con lo establecido en el reglamento del Real Decreto 864/2002 de 20 de Julio.

Este tipo de permiso de trabajo autoriza la realización de actividades de duración limitada, con el límite de nueve meses. Para obtener este tipo de permiso de trabajo es necesario cumplir las siguientes condiciones:

- Que las ofertas de empleo no puedan ser cubiertas por trabajadores que se encuentren en territorio nacional.
- Que los extranjeros se encuentren residiendo en el exterior.
- Que se formalice el contrato en un momento anterior a la entrada del extranjero en España.
- Que el empresario asuma las obligaciones que le corresponden, según la legislación laboral vigente.

El trabajador debe regresar a su país, después de finalizar el contrato. El hecho de haber sido contratado para actividades temporales durante cuatro años, dará derecho al trabajador para solicitar un permiso de trabajo estable inicial del tipo B.

Artículo facilitado por CADION, ASSESSORAMENT E GESTION. (Vielha)



Cadion, S.L.

Assessorament e Gestion

LABORAU - FISCAU - COMPTABLE

C/ Dr. Manuel Vidal, 1, 1.º-A
Tel. 973 64 20 79 / Fax 973 64 29 19
E-mail: cadion@arakis.es

25530 VIELHA
(Lleida)

ER OCCITAN
RESTAURANT



c. sant jaime, 21
25550 - BOSSOST
(Val d'Aran)
Tel. (0034) 973 64 73 66

HORÓSCOPO



ARIES

Algún miembro de tu familia podría no jugar limpio y recurrir a pequeños chantajes emocionales para conseguir las cosas. No te precipites cuando tengas que tomar decisiones, porque la reflexión te puede beneficiar. Procura no viajar durante este mes.

Días más propicios : 7, 12 y 22

Días menos propicios : 4, 13, 20 y 27

Números de la suerte : 5 y 8

Flor del mes : Tomillo



TAURO

Alguien que tiene la sartén por el mango en tus asuntos, podría presionarte en algún sentido. Este es un mal mes para negociar y un buen período para tu salud. Procura no abstraerte demasiado con circunstancias superfluas, ya que te restarán energía.

Días más propicios : 4, 9, 16 y 25

Días menos propicios : 6 y 23

Números de la suerte : 4 y 5

Flor del mes : Retama



GÉMINIS

Tu pareja podría exhibir el lado dominante de su carácter y marcarte el camino muy recto. Aguanta, porque no te conviene presentar batalla. No olvides dedicarte con un poco más de ilusión a tus quehaceres cotidianos. Podrías recibir una visita inesperada.

Días más propicios : 6 y 15

Días menos propicios : 7, 12, 19 y 29

Números de la suerte : 5 y 0

Flor del mes : Granada



CÁNCER

Tus amigos no se mostrarán demasiado positivos, así que será mejor que no tomes decisiones sobre sus ideas y proyectos. Procurar discernir por ti mismo y aléjate durante un tiempo de las personas que no sean de tu absoluta confianza. Buen mes para realizar un bonito viaje.

Días más propicios : 1, 7 y 20

Días menos propicios : 4, 14 y 30

Números de la suerte : 5 y 9

Flor del mes : Aquilea



LEO

No es un buen mes para expresar tus ideas y tus proyectos, porque te encontrarás con un ambiente crítico y poco constructivo. Confía en tus verdaderos amigos y déjate llevar por ellos durante algún tiempo. No malgastes energías inútilmente y procura hacer una dieta equilibrada. Cuidado con las jaquecas.

Días más propicios : 4 y 29

Días menos propicios : 12

Números de la suerte : Sólo el 3

Flor del mes : Violeta



VIRGO

Puede faltarte la fuerza o confianza para acometer tus sueños pendientes. Será mejor que esperes un poco más y no forzar ahora las cosas. Excelente mes para los negocios y para el amor. Debes cuidar sin embargo la salud porque puede traerte quebraderos de cabeza.

Días más propicios : 5, 8, 17, 23 y 29

Días menos propicios : 7, 13 y 22

Números de la suerte : 4 y 7

Flor del mes : Pelargonium



LIBRA

Período en que las relaciones personales serán más favorables de lo que esperabas. Alguien intentará imponerte sus exigencias. Buen mes en lo referente a la salud. Procura hacer más deporte y respirar aires más sanos. Echarás de menos a una persona querida.

Días más propicios : 1, 7, 19 y 26

Días menos propicios : 4, 14, 20 y 30

Números de la suerte : 1 y 8

Flor del mes : Edelweis



ESCORPIÓN

Ata bien los cabos en las situaciones en que puede intervenir el azar, ya que puede cambiar tu suerte, para bien o para mal. En tu trabajo puedes tener una sorpresa agradable. Procura no forzar la situación en tus relaciones amorosas. Buen mes para realizar un largo viaje.
 Días más propicios : 5 y 27
 Días menos propicios : 3
 Números de la suerte : Sólo el 2
 Flor del mes : Adonis



SAGITARIO

Alguien puede ponerte a prueba, exigirte más atención o limitarte de algún modo, sobre todo en el plano sentimental. Sé fuerte en tus decisiones respecto al amor. No es un buen mes para reivindicar mejoras profesionales. Procura mantenerte al margen en las discusiones de tus amigos.
 Días más propicios : 2, 6, 18 y 21
 Días menos propicios : 7, 11 y 27
 Números de la suerte : 3 y 4
 Flor del mes : Lantana



CAPRICORNIO

Puede que debas esperar un poco más para ver los resultados de determinados esfuerzos. Alguien podría retrasar tus sueños. No quieras correr demasiado en el terreno profesional y espera a mejores momentos. Vigila posibles complicaciones estomacales. Buen mes para el amor.
 Días más propicios : 1, 14 y 23
 Días menos propicios : 28 y 29
 Números de la suerte : 3 y 7
 Flor del mes : Centáurea



ACUARIO

Podrías estar mostrándote demasiado duro o exigente con alguien cercano a ti y ello puede generar distanciamiento, fricciones e incomprensiones. No dudes en colaborar con tus amigos en tareas humanitarias o sociales. Este mes procura no viajar demasiado.
 Días más propicios : 4, 13, 20 y 30
 Días menos propicios : 3, 7 y 25
 Números de la suerte : 5 y 9
 Flor del mes : Pervinca



PISCIS

Puede que éste no sea un buen mes para las relaciones amorosas ni para la seducción. Reserva tus energías para más adelante. No juegues con los sentimientos de personas allegadas a ti, ya que esto podría perjudicarte seriamente. Excelente mes en cuanto a la salud. Juega a la lotería.
 Días más propicios : 2, 21 y 29
 Días menos propicios : 6, 12 y 27
 Números de la suerte : 5 y 6
 Flor del mes : Gloxinia

SOLUCIONES DE LOS ENTRETENIMIENTOS

P	R	E	C	A	V	I	D	O
R	E	C	I	B	I	D	O	R
E	N	E	M	I	G	O		D
G	O		A	S	I		P	E
O		A	S	A	L	T	A	N
N	I	F		L	A	R	G	A
E	D	I	L		R	A	I	D
R	E	L	A	J	A		N	O
A	M	O	N	E	S	T	A	R

B	G	O	M	E	T	N	A	S	I	R	C	E	P
I	U	L	V	N	S	A	U	R	L	Y	N	F	E
F	O	S	D	B	M	K	I	E	O	A	I	G	T
L	E	V	A	L	C	P	G	L	Q	C	R	A	U
N	C	F	H	L	R	J	U	T	A	O	I	R	N
A	K	N	T	Y	A	V	O	T	D	D	N	D	I
P	U	I	J	E	G	K	I	X	C	V	G	E	A
E	R	N	T	U	P	R	M	Z	P	F	A	N	N
Z	O	I	A	M	A	H	L	N	A	Q	S	I	A
C	H	M	T	G	L	A	D	I	O	L	O	A	P
A	W	Z	R	X	U	E	D	J	S	M	R	B	I
I	Q	A	S	H	O	R	T	E	N	S	I	A	L
O	M	J	D	N	U	Q	I	B	V	O	W	N	U
A	T	E	L	O	I	V	E	H	J	A	K	E	T

Busques feina? Voleu contractar un treballador? Teniu res per vendre? Us agradaria comprar quelcom i no sabeu on trobar-ho? Busqueu una casa? Us agradaria vendre o llogar el vostre habitatge? Us agradaria conèixer algú? Voleu sorprendre algú? Publiqueu un anunci econòmic a TOT ARAN!



C

omplements

per a l'habitatge, S.L.

DISTRIBUCIÓ DE PARQUETS I VERNISSOS



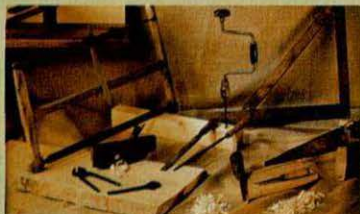
c/Sarriulera, 27 • 25530 VIELHA
Tel. 973 64 27 78 • Mòbil: 609 889 306

Novetats Codina

CONFECCIONS
GÈNERES DE PUNT
LLENCERIA

C/ Duc de Dènia, 31 - Apartat 7
Tel. / Fax 973 64 82 44
25550 BOSSÒST (Lleida)

CARPINTERIA - EBANISTERIA



*Restauración del
Mueble Antiguo*

Julio Penetró

C/ dera Gleisa, 29
25550 Bossòst

Tel. y Fax: 973 64 84 87
Mòbil 677 59 56 84

J. Delseny

ESPECIALIDAD EN
VINOS Y LICORES

ARTÍCULOS DE MIMBRE

San Jaime, 18
25550 BOSSÒST
Tel. 973 648 208



fustes Estadella
magatzem i serradora

MAGATZEM DE FUSTES

Sant Pelegrí, 138 Tel.: 973 310 798 Fax: 973 501 190
25300 TÀRREGA Lleida



CASARILH - VAL D'ARAN
TEL.: 973 64 12 03



COCINA TÍPICA DEL
OLLA ARANESA
PATES
CARNES A LA BRASA
CIVETS DE CARA



ART I
DISSNEY

MOBILIARI
DECORACIÓ
INTERIORISME

MOBLES DE BANY I CUINA, A MIDA
PROJECTE DECORACIÓ GRATUÏT

Dr. Pearson, 12 Tel. i Fax: 973 65 13 02 25620 TREMP (Lleida)

 **PIZZERIA**
La Bóveda

- Pizzas para llevar
- Especialidad en pastas frescas
- Postres caseros

Avda. Castiero, 17
(frente a la rotonda)
25530 VIELHA - Val d'Aran
Tel. 973 64 04 91

ALFONSO NUÑEZ

Pintura en General

Grupo Ricardo Abadía, nº 11
25530 - VIELHA - Lleida

Tel. 696.59.68.86



La Perruqueria

Pas d'Arró, 29
Tel. 973 641 415
25530 VIELHA

restaurant
Eth Lidon



Abierto a partir 13,30 h.
Cenas a partir 20,30 h.

Major, 10

25530 Vielha (Val d'Aran)

Tel. 973 64 03 63

Desde 1934



Tabacos y Alimentación

Bersach

C/ Piedad, 9
25550 - BOSSOST
(Val d'Aran)
Tel. 973 64 82 22

CORTINAS
MAGATZEMS SANT JORDI

- PRESUPUESTOS A DOMICILIO CON VISITA CONCERTADA
- DISEÑO Y CONFECCIÓN PROPIOS
- ESPECIALISTAS EN

CORTINAS
VISILLOS
TAPICERÍAS
MOQUETAS

C/ Penedès, n.º 85
25005 LLEIDA (Balafía)

Tel. 973 24 99 50
Fax 973 24 99 54

LLEGENDA ARANESA

EL GEGANT MANDRÒNIUS

Aquesta llegenda s'ha anat explicant de avís a nets durant vint segles. Es una llegenda de la vora del foc. Una llegenda adient per ésser explicada les fredes nits d'hivern, on la mainada escoltava embadalida la història de l'heroi de les seves terres. Una història meravellosa, com les històries d'abans.



Diu la llegenda que un segle abans de Crist vivia a Betlàn un home gegantí, que feia quasi tres metres d'alçària. Aquest home, de nom Mandrònius, vivia a una cova feta per ell mateix. Era un lloc profund, d'uns quaranta metres. Allí vivia segur i fora de perill dels seus enemics, homes envejosos que li volien matar. Eren molts els que volien abatre'l, malgrat el seu bon caràcter. Mandrònius, preferia amagar-se abans que lluitar i infligir baixes als seus perseguidors.

Quan les hostes romanes varen envair la Val d'Aran i varen subjugar tota la seva terra, el gegant Mandrònius s'hi va oposar. Ell no volia que els "labarum" de l'Imperi de Roma es plantessin a la seva vall lliure i sobirana.

Un trist dia, els romans varen apressar a la seva filla i van endur-se-la al seu campament. Mandrònius quan es va assabentar d'aquest fet, va enfurismar-se de tal manera, que d'un cop de puny va trencar una roca. La sang li bullia dins les seves venes i era tant l'odi que sentia pels romans que, acompanyat per més gent de la vall, va dirigir-se cap al campament dels invasors, on estava presonera la seva filla.

Varen caure de sobte sobre els soldats de Roma i aquests defensant-se corrien, li varen fer front. La bravesa dels aranesos i la força descomunal d'aquest Mandrònius es van imposar sobre els romans. Va haver-hi moltes baixes entre els enemics i la resta que va sobreviure, es va rendir sense condicions.

El gegant, com a revenja, els hi va tallar a tots una orella i al centurió que els comandava, les dues. Va obligar també a un missatger romà a portar-les a la mateixa Roma, per que el Cèsar tingués coneixement del càstig que va infligir als seus homes el valent poble aranes. Aquest fet, va atemorir de tal manera als invasors, que Roma va tardar molt temps a intentar conquerir aquesta terra de l'Aran. Anys més tard, ho varen intentar una altra vegada i en una emboscada feta a Garòs, varen apressar al gegant de Betlàn i li donaren mort, clavant-li un clau al cap.

A l'any 1884, (i això no és llegenda), es va trobar a Garòs, aquest poble del Naut Aran, un sepulcre de pedra cobert per una gran llosa. Dins, hi havia un esquelet, d'uns tres metres de llarg, amb un enorme clau que li travessava el crani i a costat d'aquesta ossada, un cantí d'argila amb uns quants claus més, de la mateixa mida.

Això és la llegenda d'en Mandrònius, el bon gegant de Betlàn. Es la llegenda d'un home que estimava la seva terra i no damunt de tot i no va permetre que ningú volés conquerir-la.

Extracte del llibre "Tradiciones del Aran" de Joan Bellmunt



TANAU
ESPORTS
Val d'Aran

ALQUILER-VENTA-REPARACIÓ
BOTAS A MEDIDA-GUARDA ESQUÍS

Urbaniz. Tanau - Cota 1700
BAQUEIRA BÉRET

Tel. : 973 64 50 90-973 64 51 54



"Era Lauaneta"

LIBRERIA - PAPELERIA - PRENSA

C / Eduard Aunòs, 22
25550 BOSSÒST
Tel./Fax 973 64 71 29

ETH
BURÈU

FISCAL - LABORAL - CONTABLE
ADMINISTRACIÓ DE FINQUES

Plaça Pas d'Arrò, 2 - 1^a 2^a
25530 - VIELHA (Val d'Aran)
Tel./Fax 973 64 25 47

EL BASSET - HOUND

Estos perros de origen norteamericano, descienden directamente de los perros cazadores Saint-Hubert. Es una raza centenaria, pues ya Shakespeare los describía en términos poéticos, hablando de sus largas orejas. Estos perros son muy abundantes en los países anglo-sajones y se utilizan como animal de caza y como perro de compañía. Esta raza fue oficialmente reconocida en 1883 por el Kennel Club americano.

El basset-hound es un perro de pata corta y fuerte osamenta. Su talla es mediana, pues mide entre 30 y 37 cm. y su peso oscila entre 18 y 23 kilos. De cabeza grande y bien proporcionada, tiene el cráneo con una protuberancia occipital bastante pronunciada. La piel de su cabeza forma varias arrugas.

De nariz negra y con labios ligeramente colgantes, tiene unos dientes regulares y dispuestos en forma de sierra. Una característica peculiar de los basset-hound son sus ojos: siempre negros y que irradian a la vez dulzura y tristeza. Otra gran particularidad de estos perros son sus orejas, ya que son extremadamente largas (con ellas se pueden cubrir totalmente el morro).

Su pelo suele ser blanco con manchas de color avellana, aunque también hay de tricolores (ver foto).

El basset-hound tiene una personalidad tranquila, sin ser tímido. Es extremadamente fiel a sus amos y muy paciente con los niños.

Sus habilidades como cazador le permiten ser utilizado en la caza del zorro, la liebre, el jabalí y el faisán. Tiene un buen olfato, pero sus reflejos son algo lentos. No obstante, los criadores americanos han hecho de él un encantador perro de compañía.

Su estructura es más fuerte que otros perros de pequeña talla, por este motivo no se le debe sobrealimentar. Su régimen habitual son 400 gramos diarios de carne picada y 300 gramos de arroz o legumbres.



Perros Basset - Hound

BAR
URTAU

TAPAS & PINCHOS

Arties

Plaça Urtau, s/n
Telf. 973 64 09 26

Bossòst

Plaça dera Glèisa, 9
Telf. 973 64 73 27

EXCAVACIONES OBRAS
Y SERVICIOS DEL PIRINEO S.L.



Ctra. Francia s/n
25550 BOSSÒST

Tel. 973 64 70 16
Fax 973 64 70 16
Mòbil 639 68 90 45



Vidres Viola

ACRISTALAMIENTOS - PERSIANAS
CARPINTERIA DE ALUMINIO
MAMPARAS DE BAÑO

Avd. Maladeta, 13
25530 VIELHA
Tel. y Fax 973 64 02 88
<http://www.vidresviola.es>
E-mail: vidresviola@vidresviola.es



Taller de Joyería
Toni Ferrer
Tel. 973 6470 57
Bossòst



**Carmen
CAUBET**
DECORACIÓN

PROYECTOS DE DECORACIÓN
TAPICERIAS
OBJETOS DE REGALO

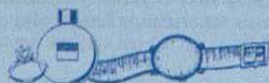
Passeig dera Libertat, 18
25530 Vielha
Tel. 973 640 157
Fax: 973 641 758

NOU COMERÇ

RUBIO

MERCASTELLÓ S.L.

Reparacions de rellotgeria i joieria
PERFUMS • REGALS • ULLERES DE SOL



C/ Sant Roc • Tel. 973 64 70 57 • BOSSÒST



SUPER CAVE
RUBIO
MERCASTELLÓ S.L.

VINS I LICORS

Lup, 7 - 25550 BOSSÒST
Tel./Fax 973 64 73 51

Supermercat ETH GRAUER

MERCASTELLÓ S.L.



• Vins i licors

• Pernils i embotits

• Especialitat en productes del país

Tels. 973 64 73 36 / 973 64 73 54
BOSSÒST • Val d'Aran





tras-tros

Roba - Sabates
Regals - Gormanderies

Pas d'Arro, 32-34 · 25530 VIELHA · Tel. 973 64 08 45
e-mail: trastros@wanadoo.es

Souvenirs MONTLUDE

JOIERIA
RELLOTJERIA
MARROQUINERIA
OBJECTES DE REGAL

Grauèr Eduard Aunès, 16
25550 - BOSSOST (Val d'Aran)
Tel. 973 64 80 81



PROMOCIONES

SUCACONS, S. L.

Tel. 973 64 10 53
Tel. 669 70 17 33

C/ Irissa, s/n.
25530 VIELHA-Lleida

ASSEGURANCES RODES-BARBAL

C/ Closos, n.º 11
25530 VIELHA

Tel. 973 64 03 53
Fax 973 64 23 12


CASA IRENE
Arties



RESTAURANT
CASA IRENE
HOTEL VALARTIES
ES BORDES DERA
ARTIGA

C/ MAJOR, N.º 3
25599 ARTIES
VAL D'ARAN
TEL.: 973 64 43 64
FAX: 973 64 21 74

ES BORDES DERA ARTIGA

CASA IRENE
OFRECE SU NUEVO SALÓN
SITUADO EN LA RIBERA DE
VALARTIES
CAPACIDAD : 220 COMENSALES

TELEFONS D'INTERES

CONSELH GENEALU D'ARAN	973 641 801
BOMBERS (URGÈNCIES)	085
POMPIERS BOSSÒST	973 648 380
POMPIERS D'ARAN	973 640 080
EMERGÈNCIES I RESCAT DE MUNTANYA	973 640 080
DISPENSARI ARTIES	973 642 847
DISPENSARI BOSSÒST	973 648 211
DISPENSARI LES	973 648 229
DISPENSARI SALARDÚ	973 644 030
HOSPITAL COMARCAL DE VIELHA	973 640 006
GUÀRDIA CIVIL VIELHA	973 640 005
GUÀRDIA CIVIL DE MUNTANYA (URGÈNCIES)	062
GUÀRDIA CIVIL DE MUNTANYA	973 640 005
POLICIA NACIONAL (URGÈNCIES)	091
POLICIA NACIONAL (COMISSARIA DE LES)	973 648 014
MOSSOS D'ESQUADRA VIELHA	973 640 972
AJUNTAMENT D'ARTIES	973 641 612
AJUNTAMENT DE ES BORDES	973 640 939
AJUNTAMENT DE BOSSOST	973 648 157
AJUNTAMENT DE LES	973 648 007
AJUNTAMENT DE SALARDÚ-NAUT ARAN	973 644 030
AJUNTAMENT DE VIELHA	973 640 018
ALSINA GRAELLS BARCELONA (COTXES DE LÍNIA)	932 656 592
ALSINA GRAELLS VIELHA (COTXES DE LÍNIA)	639 380 373

INFORMACIÓ TURISME DE BOSSÒST	973 647 2
INFORMACIÓ TURISME DE LES	973 647 3
INFORMACIÓ TURISME DE SALARDÚ	973 645 7
INFORMACIÓ TURISME DE VIELHA	973 640 4
FARMÀCIA CÀTALA (VIELHA)	973 642 3
FARMÀCIA PALÀ (VIELHA)	973 642 3
FARMÀCIA ALMANSA (BOSSÒST)	973 648 2
FARMÀCIA ALMANSA (LES)	973 647 8
FARMÀCIA ES BORDES (ES BORDES)	973 642 0
FARMACIOLA PALÀ (ARTIES)	973 644 3
FARMÀCIA PALÀ (BAQUEIRA)	973 644 4
ÒPTICA ARAN (VIELHA)	973 640 3
TAXI J. ANTONIO PUENTE (GARÒS)	630 980 9
TAXI BENJAMÍN MOLES (BOSSÒST)	973 648 2
TAXI OLPERER S.L. (ARTIES)	973 640 4
TAXI JUAN BERDIÉ (CASAU)	619 791 3
TAXI J. MANUEL PABA (SALARDÚ)	610 294 3
TAXI JUAN MARTÍNEZ (VIELHA)	609 386 9
TAXI FULGENCIO DEDIEU (VIELHA)	629 370 0
TAXI MANUEL CARDONA (VIELHA)	629 271 4
TAXI SERGIO GALLARDO (SALARDÚ)	639 309 9
TAXI IGNACIO GALLARDO (VIELHA)	629 314 3
TAXI JUAN VIDAL (VIELHA)	609 317 5

HORARIS D'AUTOBUSOS



Alsina Graells

HORARI INTERN DE LA VALL D'ARAN DEL 18 DE DESEMBRE DEL 2001 FINS AL 15 D'ABRIL DE 2002 • DISSABTES I FESTIU

[illegible]

Nota : Els horaris remarcats són els itineraris corresponents a ALSINA GRAELLS, d'entrada i sortida de la Vall d'Aran

HORARIS D'AUTOBUSOS



HORARI INTERN DE LA VALL D'ARAN DEL 18 DE DESEMBRE DEL 2001 FINS AL 15 D'ABRIL DE 2002 • DISSABTES I FESTIUS

973 6472	Baqueira	07.55	09.20	09.25	09.30	09.35	10.30	13.00	14.00	16.00	16.30	16.50	17.30	17.40	19.00
973 6473	Tredós	07.58	09.23	09.26	09.33	09.38	10.33	13.03	14.03	16.03	16.33	16.53	17.33	17.43	19.03
973 6457	Salardú	08.01	09.26	09.31	09.36	09.41	10.36	13.06	14.06	16.06	16.36	16.56	17.36	17.46	19.06
	Gessa	08.02	09.27	09.32	09.37	09.42	10.37	13.07	14.07	16.07	16.37	16.57	17.37	17.47	19.07
973 6409	Arties	08.05	09.30	09.35	09.40	09.45	10.40	13.10	14.10	16.10	16.40	17.00	17.40	17.50	19.10
	Garós	08.09	09.34	09.39	09.44	09.49	10.44	13.14	14.14	16.14	16.44	17.04	17.44	17.54	19.14
973 6423	Casariñh	08.10	09.35	09.40	09.45	09.50	10.45	13.15	14.15	16.15	16.45	17.05	17.45	17.55	19.15
	Escunhau	08.12	09.37	09.42	09.47	09.52	10.47	13.17	14.17	16.17	16.47	17.07	17.47	17.57	19.17
973 6428	Betrén	08.14	09.39	09.44	09.49	09.54	10.49	13.19	14.19	16.19	16.49	17.09	17.49	17.59	19.19
	Vielha	08.15	09.40	09.45	09.50	09.55	10.50	13.20	14.20	16.20	16.50	17.10	17.50	18.00	19.20
973 6482	Casau						10.52		14.22	16.22			17.53		
	Vielha	08.20	09.45				10.55	11.45	14.25	16.25			17.55	18.05	19.45
973 6487	Vilac	08.22	09.46				11.00	11.48	14.26	16.30			17.56	18.06	19.48
973 6474	Betlàn	08.23	09.47				11.01	11.50	14.27	16.31			17.57	18.07	19.50
	Aubert	08.25	09.49				11.03	11.51	14.29	16.33			17.59	18.09	19.51
973 6422	Pont d'Arròs	08.28	09.52				11.06	11.53	14.32	16.36			18.02	18.12	19.53
	Benós	08.29	09.53				11.07	11.56	14.33	16.37			18.03	18.16	19.56
973 6443	Es Bordes	08.30	09.56				11.10	11.57	14.36	16.40			18.06	18.17	19.57
	Arró	08.33	09.57				11.11	12.00	14.37	16.41			18.07	18.19	20.00
973 6444	Era Bordeta	08.35	09.59				11.13	12.01	14.39	16.43			18.09	18.22	20.01
	Bossòst	08.38	10.02				11.16	12.03	14.42	16.46			18.12	18.25	20.03
973 6499	Les	08.40	10.05				11.19	12.05	14.45	16.49			18.15	18.30	20.06
	Pontaut								18.20						

HORARI INTERN DE LA VALL D'ARAN DEL 18 DE DESEMBRE DEL 2001 FINS AL 15 D'ABRIL DE 2002 • DILLUNS A DIVENDRES

973 6482	Baqueira	07.55	09.25	10.30	12.40	13.50	16.20	16.40	17.00	17.30	19.00	20.05
973 6404	Tredós	07.58	09.28	10.33	12.43	13.53	16.23	16.43	17.03	17.33	19.03	20.08
	Salardú	08.01	09.31	10.36	12.46	13.56	16.26	16.46	17.06	17.36	19.06	20.11
973 6419	Gessa	08.02	09.32	10.37	12.47	13.57	16.27	16.47	17.07	17.37	19.07	20.12
	Arties	08.05	09.35	10.40	12.50	14.00	16.30	16.50	17.10	17.40	19.10	20.15
973 610	Garós	08.09	09.39	10.44	12.54	14.04	16.34	16.54	17.14	17.44	19.14	20.19
	Casariñh	08.10	09.40	10.45	12.55	14.05	16.35	16.55	17.15	17.45	19.15	20.20
973 609	Escunhau	08.12	09.42	10.47	12.57	14.07	16.37	16.57	17.17	17.47	19.17	20.22
	Betrén	08.14	09.44	10.49	12.59	14.09	16.39	16.59	17.19	17.49	19.19	20.24
973 629	Vielha	08.15	09.45	10.50	13.00	14.10	16.40	17.00	17.20	17.50	19.20	20.25
	Vielha	08.20	08.55	10.55	11.15	11.45	13.05	14.15	18.00	18.15	19.25	20.30
973 629	Vilac	08.22	09.01	10.56	11.17	11.48	13.07	14.17	18.02	18.21	19.27	20.32
	Betlàn	08.23	09.02	10.57	11.18	11.50	13.08	14.18	18.03	18.22	19.28	20.33
973 639	Aubert	08.25	09.04	10.59	11.20	11.51	13.10	14.20	18.05	18.24	19.30	20.35
	Pont d'Arròs	08.28	09.07	11.02	11.23	11.53	13.13	14.23	18.08	18.27	19.33	20.38
973 629	Benós	08.29	09.08	11.03	11.24	11.56	13.14	14.24	18.09	18.28	19.34	20.39
	Es Bordes	08.30	09.11	11.06	11.27	11.57	13.17	14.27	18.12	18.31	19.37	20.42
973 609	Arró	08.33	09.12	11.07	11.28	12.00	13.18	14.28	18.13	18.32	19.38	20.43
	Era Bordeta	08.35	09.14	11.09	11.30	12.01	13.20	14.30	18.15	18.34	19.40	20.45
	Bossòst	08.38	09.17	11.12	11.33	12.03	13.23	14.33	18.18	18.37	19.43	20.48
	Les	08.40	09.20	11.15	11.35	12.05	13.27	14.37	18.20	18.40	19.45	20.50
	Pontaut			11.20			13.30	14.45	18.30			

973 6482	Pontaut	07.00	07.40						15.25	16.15	17.30	19.15
	Les	07.03	07.43	08.45	09.25	11.15	13.05	13.40	14.55	15.30	16.19	17.33
	Bossòst	07.07	07.47	08.48	09.28	11.18	13.09	13.44	14.58	15.33	16.22	17.37
	Era Bordeta	07.10	07.50	08.51	09.31	11.21	13.12	13.47	15.01	15.36	16.24	17.40
	Arró	07.12	07.52	08.53	09.33	11.23	13.14	13.49	15.03	15.38	16.25	17.42
	Es Bordes	07.13	07.53	08.54	09.34	11.24	13.15	13.50	15.04	15.39	16.28	17.43
	Benós	07.16	07.56	08.57	09.37	11.27	13.18	13.53	15.07	15.42	16.29	17.46
	Pont d'Arròs	07.17	07.57	08.58	09.38	11.28	13.19	13.54	15.08	15.43	16.32	17.47
	Aubert	07.20	08.00	09.01	09.41	11.31	13.22	13.57	15.11	15.45	16.34	17.50
	Betlàn	07.22	08.02	09.03	09.43	11.33	13.24	13.59	15.13	15.48	16.35	17.52
	Vilac	07.23	08.03	09.04	09.44	11.35	13.25	14.00	15.14	15.49	16.37	17.53
	Vielha	07.25	08.05	09.05	09.50	11.40	13.27	14.05	15.20	15.55	16.45	17.55
	Vielha	07.30	07.40	08.10	09.05	10.00	11.45	13.30	14.15	15.20	16.25	18.01
	Betrén	07.31	07.41	08.11	09.06	10.01	11.46	13.31	14.16	15.21	16.26	18.03
	Escunhau	07.33	07.43	08.13	09.08	10.03	11.48	13.33	14.18	15.23	16.28	18.05
	Casariñh	07.35	07.45	08.15	09.10	10.05	11.50	13.35	14.20	15.25	16.30	18.06
	Garós	07.36	07.46	08.16	09.11	10.06	11.51	13.36	14.21	15.26	16.31	18.10
	Arties	07.40	07.50	08.20	09.15	10.10	11.55	13.40	14.25	15.30	16.35	18.13
	Gessa	07.43	07.53	08.23	09.18	10.13	11.58	13.43	14.28	15.33	16.38	18.14
	Salardú	07.44	07.54	08.24	09.19	10.14	11.59	13.44	14.29	15.34	16.39	18.17
	Tredós	07.47	07.57	08.27	09.22	10.17	12.02	13.47	14.32	15.37	16.42	18.20
	Baqueira	07.50	08.00	08.30	09.25	10.20	12.05	13.50	14.35	15.40	16.45	20.05

D'ALTRES SERVEIS

11.21	LES	14.53	OBSERVACIONS:
11.44	VIELHA	14.30	Circularà tots els dies pel Port de la Bonaigua des de l'1 de juny fins al 31 d'octubre
19.00	BARCELONA	07.30	

05.07	13.07	LES	12.08	20.08
05.30	13.30	VIELHA	11.45	19.45
08.30	16.30	LLEIDA	09.00	17.00
09.00	17.00	LLEIDA *	08.45	16.45
11.15	19.15	BARCELONA	06.30	14.30

OBSERVACIONS Circularà tots els dies del l'any, excepte el dia de Nadal. (*) Enllaços directes per autopista amb Barcelona. Els enllaços dels diumenges amb Lleida, preguem siguin consultats.

• C •
C Ò N S V L

PENSIO MONTARTO
CAFÉ • BAR • ESTANC
CTRA. A VAQUEIRA • BERT
25599 ARTIES - VAL D'ARAN
TEL. I FAX: 973 - 64 08 03

Casa "Don Geppetto"



PIZZES PER EMPORTAR

Avd. Pas d'Arró, n° 25 - local n°5
25530 VIELHA (Lleida)

Tel.: 973 64 28 90

**CARNISSERIA
====
XARCUTERIA**

Pedarriós

ESPECIALITAT EN PATÉ ARANÈS

C / Major, 6
25550 - BOSSOST (Val d'Aran)
Tel. 973 64 80 98
0034 973 64 80 98



**CLIMARAN
INSTALLACIONS S.L.**



Juan José Clemente Casadó



Ctra. Francia, 27
25530 VIELHA (Val d'Aran)
Tel. 973 64 08 60
Fax 973 64 10 34
Tel. 629 75 01 75
E-mail: climaran@teleline.es



Bar - Restaurant

Casa Manolo

Mesón Típico



Tel. 973 64 00 39

Tel. 973 64 17 52

25538 GAUSAC (Val d'Aran)

25530 VIELHA (Val d'Aran)

**M M MURAL
GAS**

CALEFACCIONES Y AIRE
ACONDICIONADO AL
MEJOR PRECIO

- CHALET DE 80 a 90 m2
(60 ELEMENTOS DE ALUMINIO)

***CON PROPANO**
Desde 2.975 euros. IVA incluido

***CON GAS - OIL**
Desde 3.245 euros. IVA incluido

MURAL GAS

- INSTALADOR AUTORIZADO
- EMPRESA COLABORADORA
DE REPSOL GAS

TEL. 607 08 36 37

UCIT
moda mujer



Ctra. de Gausac, 2
(rotonda) - VIELHA
tel. 973 64 20 95

abierto solo tardes

**JOAN BERDIÉ
TAXI 7 PLAZAS**



TEL. 619 791 507



EL NOGAL

Juglans regia

Es un árbol caducifolio de gran porte, bastante abundante en los Pirineos y que es originario del Próximo Oriente. De tronco grueso y copa ancha, tiene las ramas de color verde marronáceo al principio y más tarde de color ceniza. Sus hojas son imparipinnadas, con 5 - 9 folíolos ovales o elípticos, enteros, de color verde oscuro y muy olorosos.



Hojas, flores y fruto

Las flores masculinas se disponen en gruesos amentos, mientras que las femeninas se forman en el extremo de los vástagos tiernos y se asemejan a pequeñas nueces.

Su fruto, la nuez, forma drupas esféricas u ovoides con epicarpo (piel) recio y succulento y endocarpo (cáscara) muy duro y pétreo. Las semillas, blancas y lobuladas, están envueltas por un folículo membranoso.



Es un árbol que crece muy bien en el fondo de los valles y en tierras profundas. Su madera, muy apreciada en ebanistería, es dura, vetada y de color pardo rojizo. Las nueces, son un alimento con muchas calorías y muy nutritivas. La infusión de las hojas de nogal se toma como astringente y como hipoglucémico. En el Valle de Aran se elabora un licor fabricado con nueces y ron, que se denomina "aigua de nodes".

EL CIERVO COMÚN

Cervus elaphus



Macho adulto

Mamífero artiodáctilo y rumiante de la familia de los cérvidos. Es un animal de gran porte que habita en los bosques de Europa, Asia, norte de África y Norteamérica. En los Alpes puede llegar hasta altitudes de 2.000 m.

Los machos poseen grandes cuernos caedizos que se renuevan anualmente y que pueden alcanzar hasta 1,20 m. de altura. Las hembras y los cervatos se reúnen en manadas de 6 a 12 ejemplares, conducidas por hembras viejas. Los machos adultos suelen ser solitarios o viven en pequeños rebaños, excepto en el tiempo de la brama o celo, en que están dirigidos por el ciervo más fuerte.

Este mamífero es de hábitos nocturnos, ya que se oculta durante el día y es de noche cuando sale en busca de alimento, en los claros y linderos de los bosques y prados.

Durante la brama, de septiembre a octubre, los machos luchan por las ciervas entablando fieros combates y es cuando se aparean. La gestación dura de 231 a 238 días, después de la cual la cierva pare normalmente una cría, raramente dos.

Su dieta se basa en hierba, frutos del bosque, bellotas, cortezas y brotes de las ramas.



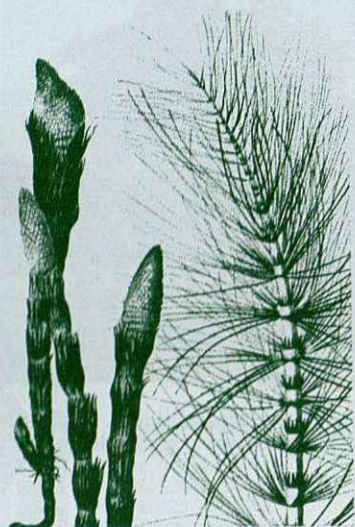
Hembra joven

LAS HIERBAS DE LA ABUELA

COLA DE CABALLO

Equisetum arvense

Llamada también equiseto menor o cola de rata, es una planta con dos clases de tallos, unos precoces, fértiles y con esporas, pero más endebles, de aproximadamente 1 palmo de altura y sin ninguna rama, los otros estériles, pero también más robustos y con vainas formadas por 6 o 12 hojitas.



Sus esporangios, con numerosos escudetes formando anillos, maduran en primavera y se secan en invierno. Su aspecto es algo carnoso y con un color rojo-pardo los tallos fértiles y verde intenso los tallos estériles.

Se cría preferentemente en lugares arenosos y húmedos, junto a lagos, charcas y arroyos. Cuando esta planta invade los cultivos es muy difícil erradicarla de ellos.

Como principales virtudes tiene que es un gran diurético y un excelente hemostático, ya que evita los flujos nasales, las hemorroides sanguinolentas y las menstruaciones excesivas.

Como diurético, se administra después de cocer unos 50 gr. de la planta seca, hervidos durante media hora con medio litro de agua. Después de enfriarse, se cuele y se toman de dos a tres tazas diarias. Como hemostático, pesar 100 gr. de la planta seca, hervirlos en medio litro de agua y aplicar en compresas o torundas de algodón dentro de la nariz o sobre las hemorroides.

Otra gran cualidad de la cola de caballo, es que sirve como excelente pulimento de utensilios de estaño.

ANUNCIOS BREVES



Busco novia para perro de raza Cavalier King Charles. Imperativo sea joven y de la misma raza. Interesados contactar con

Rosa (Bossòst)
Tel. 669 75 66 77

Busco local céntrico en Vielha
Superficie mínima : 20 m2
Tel. 661 24 36 70
Toni Ferrer

Vendo acumulador de calor
SIEMENS, de 3,4 Kw.
Nuevo, sin estrenar
390 Euros
Tel. 973 64 32 07

Tot ARAN

ANÚNCIATE

Por sólo
0,8 euros/palabra
pon un anuncio
económico en
TOT ARAN

CHISTES

Un matrimonio acude al dentista y una vez en la consulta, el doctor pregunta :

- ¿Qué prefiere señor, el viejo método de extracción de muelas, o el nuevo, que es indoloro ?
- ¿ Cuestan lo mismo ? - Le pregunta el hombre.
- No, el moderno es más caro. - Le responde el dentista.
- Entonces.....soportaremos un poco de dolor.
- ¿ Es usted un hombre valiente ! - exclama la enfermera.
- Yo no. Es a mi mujer a quien tienen que sacar la muela.



La soberana de un pequeño estado africano es recibida en audiencia en el Palacio de la Zarzuela. El embajador se le acerca y galantemente le dice :

- ¿ Puedo ofrecerle el brazo, majestad ?

A lo que la reina responde: Gracias, ya he comido.

SOPA DE LETRAS

Encontrar el nombre de doce flores. Se trata de nombres simples, no compuestos. Pueden estar situados de derecha a izquierda, de izquierda a derecha, de arriba a abajo, de abajo a arriba o en diagonal, en ambos sentidos

B	G	O	M	E	T	N	A	S	I	R	C	E	P
I	U	L	V	N	S	A	U	R	L	Y	N	F	E
F	O	S	D	B	M	K	I	E	O	A	I	G	T
L	E	V	A	L	C	P	G	L	Q	C	R	A	U
N	C	F	H	L	R	J	U	T	A	O	I	R	N
A	K	N	T	Y	A	V	O	T	D	D	N	D	I
P	U	I	J	E	G	K	I	X	C	V	G	E	A
E	R	N	T	U	P	R	M	Z	P	F	A	N	N
Z	O	I	A	M	A	H	L	N	A	Q	S	I	A
C	H	M	T	G	L	A	D	I	O	L	O	A	P
A	W	Z	R	X	U	E	D	J	S	M	R	B	I
I	Q	A	S	H	O	R	T	E	N	S	I	A	L
O	M	J	D	N	U	Q	I	B	V	O	W	N	U
A	T	E	L	O	I	V	E	H	J	A	K	E	T

POEMA

La ginesta altra vegada
la ginesta amb tanta olor
és la meva enamorada
quan ve el temps de la calor

Per donar-li una abraçada,
he pujat dalt del serrat.
A la primera besada
m'ha deixat tot perfumat

Joan Maragall



CRUCIGRAMA Nº 12

Abril 2002

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

HORIZONTALS: 1- Uno que nunca tiene que curar. 2- Da la bienvenida en todas las casas españolas. 3- Siempre está en la trinchera de enfrente. Entregue una consonante. 4- Vete americano. Agarré de esta manera. Penélope Cruz para sus amigos cursis. 5- Plaza de toros a vista de pájaro. Atacan con un bote. 6- 44014342R. Lista y extensa. 7- Concejal. Incurción armada anti - insectos. 8- Se tranquiliza con un poco de yoga. ¿Tenemos suficientes vacaciones?. 9- Castigar al puro estilo futbolístico.

VERTICALES: 1- Una que no sabe guardar un secreto. 2- Tira el carro de las Navidades. Lo mismo, pero en latín. 3- Trece menos dos. Pongo a tono la navaja. 4- Objetivos de los montañeses. Tres cuartas partes del clan. 5- Muy profundo para Cousteau. Risa tonta. 6- Controlarás. 7- Marchado al fin del partido. Principios del trabajo. Ponte. 8- Nota que da el pecho. Se pasa cuando se ha terminado el capítulo. 9- Archivador de Bill Gates.

REFRANYS

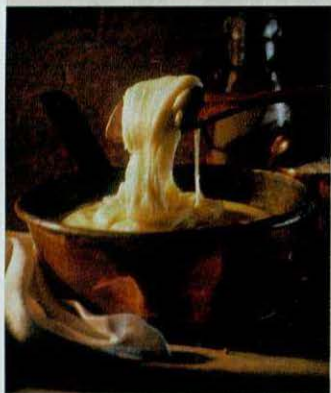
Abril, abriló; no deixis la capa, pastor.
Per l'Abril, arriba el moixernó gentil.
Per Sant Jordi s'espiga l'ordi.
Per Sant Marc espiga el blat.

"FONDUE" DE PATATAS

Ingredientes: (Para 4 personas)

1 kilo de patatas.
200 gr. de queso gruyère.
200 gr. de queso emmenthal.
1 diente de ajo.

7 cucharadas de mantequilla.
1 vaso de leche.
Sal y pimienta.



1-Pelar las patatas y cortarlas en trozos lo más iguales posible, con el fin de asegurar una cocción uniforme. Cocerlas en una cacerola con agua salada durante unos 45 minutos (Comprobar que se pueden traspasar con un cuchillo). Escurrirlas bien y pasarlas por el pasapurés, mientras están calientes.

2-Calentar el puré a fuego lento y agitar con la espátula durante 2 ó 3 minutos, para que se deshaga bien. Sacarlo del fuego y añadir la mantequilla removiendo bien con una cuchara de madera.

3-Añadir leche caliente al puré para que quede suave y consistente. Con el gruyère y el emmenthal en lonchas muy finas y repartirlas sobre el puré caliente.

4-Poner la cacerola a fuego lento, añadir el ajo picado muy fino y remover enérgicamente, levantando la masa y bajándola con un movimiento circular.

5-Poco a poco, el queso se irá fundiendo y cogiendo elasticidad. Cuando el queso esté completamente fundido, la *fondue* estará lista. Salpimentar y servir enseguida en la cacerola adecuada.



COLAS DE LANGOSTA AL CURRY

Ingredientes : (Para 4 personas)

4 colas de langosta cocida.
1 ramito de laurel, tomillo y perejil.
1 cebolla y 3 dientes de ajo
2 cucharaditas de curry.
1 vaso de vino blanco.
1 vaso de leche evaporada.

1-Quitar el caparazón de las colas de langosta y cortarlas en trozos.

2-Dorar las langostas en el aceite de oliva, con los ajos y la cebolla picados y también con el ramito de hierbas. Sazonarlo todo con curry, sal y pimienta.

3-Retirar la langosta, verter el vino y cocerlo durante 10 minutos.

Añadir la leche evaporada y dejarlo cocer unos minutos más.

4-Retirar las hierbas y pasar la mezcla por el chino hasta obtener una salsa fina. Colocar los trozos de langostas en una fuente calentada previamente y cubrirlos con la salsa.





COCINAR EN CASA

NARANJAS MORAS

Ingredientes: (Para 4 personas)

4 naranjas grandes.

¼ de litro de vino moscatel.

Canela en polvo.



1- Pelar cuidadosamente las naranjas, procurando que no queden pieles blancas. Cortarlas en rodajas muy finas. (Toda esta operación es primordial para que el postre quede bien).

2- Disponer las rodajas de forma circular en un plato, dejando un hueco en el centro en donde se colocará un vasito con vino moscatel.

3- Espolvorear las naranjas con abundante canela y dejarlas reposar durante ½ hora.

Este postre se come mojando los trocitos de naranja con canela, dentro del moscatel.



¡CONOZCA EL VALLE A CABALLO!

EXCURSIONES - RUTAS

PONEYS PARA NIÑOS

CLASES

CURSILLOS

PUPILAJE DE CABALLOS

ABIERTO TODO EL AÑO



**ESCUELA
DE EQUITACIÓN**

Tel. 973 64 22 44
629 46 38 05

**Ctra. Francia
(a 200 m de Vielha)**

VIELHA

LA GOTA

La gota es una enfermedad metabólica que se caracteriza por un exceso de ácido úrico en la sangre (hiperuricemia).

En una primera fase, la dolencia puede que no presente ningún síntoma, pero éstos aparecerán tarde o temprano. Los finos y agudos cristales de ácido úrico pueden depositarse en las articulaciones, provocando la artritis gotosa y también ocasionar cálculos en el riñón o nódulos en la piel (tofós).

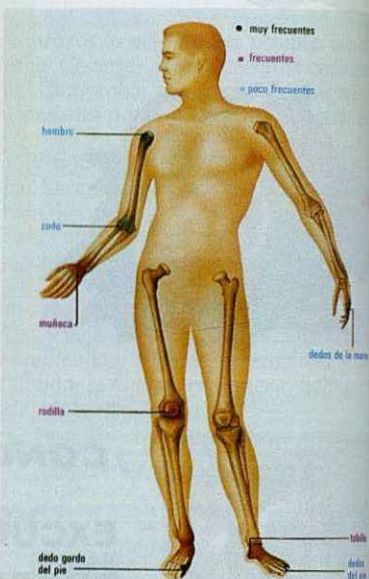
Los primeros síntomas suelen venir acompañados por un intenso dolor en el dedo gordo del pie, que aparece enrojecido, hinchado y caliente al tacto. También puede afectar a otros dedos de los pies, los dedos de las manos, rodillas, codos, hombros, muñecas y tobillos. Estos ataques aparecen de forma repentina y pueden provocar también fiebre, escalofríos, malestar general y taquicardias.

El exceso de ácido úrico en la sangre, puede aparecer por distintas causas, tales como :

- Personas con tendencia a que su organismo genere más ácido úrico de lo normal.
- Deficiente eliminación de ácido úrico a través de los riñones.
- Hipertensión y altos niveles de grasa y colesterol en la sangre.
- Algunos fármacos, como por ejemplo los diuréticos hipotensores o la aspirina.
- Por una operación quirúrgica.
- Exceso de cerveza y otras bebidas alcohólicas.
- Consumo de alimentos con purinas (anchos, sardinas, marisco, hígado, riñones, caldo de carne, etc...)

El ácido úrico puede controlarse a través de un sencillo análisis de sangre. Para las personas propensas a tener ataques de gota, es importante:

- Evitar el alcohol y la cerveza.
- No comer vísceras, carnes rojas, mariscos, sardinas, arenques, espinacas ni espárragos.
- Moderar el consumo de legumbres.
- Comer manzanas crudas, apio, zumo de pepino y cerezas frescas.



Localización más frecuente del ácido úrico en el organismo

Ante la aparición de los primeros síntomas, es importante acudir al médico y seguir fielmente el tratamiento indicado por el facultativo. Este tratamiento consiste en aplicar antiinflamatorios, recetar medicación para reducir el nivel de ácido úrico y sobre todo recomendar al paciente mucho reposo.



compra - venta
d'objectes i mobles antics



C/ Sescorts, 3 08560 MANLLEU (BACELONA) Tel. 93 8510606 - 606457725
comercial@anticstoni.com www.anticstoni.com

**Servicio de Taxis
Benjamín Moles**

5 y 7 plazas 24 horas

Tel. 973 64 82 42 - 973 64 70 27

Tel. mvil 608 93 89 57

La Fonda
de'n Pep Restaurant



Codina Aranesa e
Catalana

Avd. Pas d'Arró, 52 · 25530 VIELHA

Reserves: 973 64 26 54



ETH ESCLOP VERMELH
HUSTERIA INDUSTRIAU

C/ Irissa, s/n
25530 VIELHA
Tel. 973 64 10 53

CUBIERTAS Y TEJADOS



MANCUBER 2000 S.L.U.
CARLOS RODRÍGUEZ

Av. Garona, 2
25530 - VIELHA
Tel. 973 64 15 16
Móvil 630 78 96 50

GRUES
MINGUELLA

Costa
ORIGINALS DE LA FUSTA S.L.

VENTA Y MONTAJE DE CASAS DE MADERA

ALQUILER DE GRUAS TELESCÓPICAS Y ELEVADORES TIJERA



TINTORERIA
LAVANDERIA

ABIERTO TODO EL AÑO
NO CERRAMOS AL MEDIODÍA
COMPLEJO ELURRA

(FINAL RAMPA)

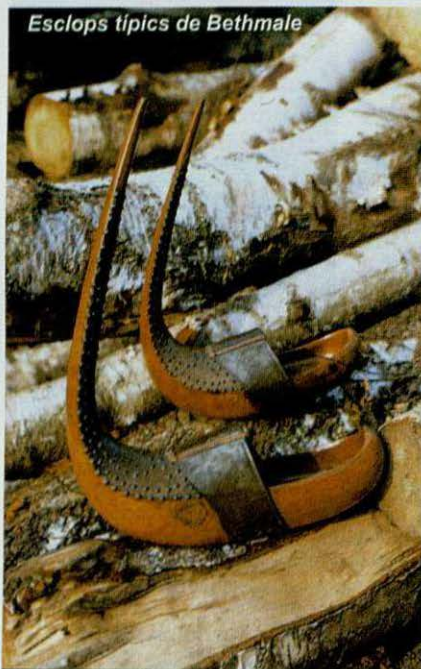
Tel.: 973 64 09 54 Tel. Reparto 609 83 91 99



HOTEL ETH POMÈR

C/ Gausac, 4 VIELHA 25530
Telf: 973 64 28 88 Fax 973 64 14 80
www.hotelpomer.com
hoteltopomer@autovia.com

ELS ESCLOPS DE BETHMALE



Corria el Segle IX quan les hostes sarraïnes d'en Boabdil van envair les valls del Pirineu. Els infidels, amb un exercit ben preparat però un tant anàrquic, es van aventurar per les altes terres amb ànim de conquerir-les. Quan varen arribar a la vall de Bethmale, a l'actual vessant francès del Pirineu, molt a prop de la Val d'Aran, el fill d'en Boabdil es va enamorar de la noia més bella d'aquelles contrades. Aquella pastora, de nom Escarlyls, estava promesa a un fornit caçador anomenat Darnert, un xicot de gran empena i molt estimat per la gent de la vall.

Massur, el fill del cabdill àrab, va ordenar que portessin al campament a la bella pastora, per tal de poder estar el màxim temps possible amb ella. Això representava per en Darnert un gran afront i poc a poc, començà a tramir la venjança.

Va arrancar d'arrel dos noguers, en el que els seus troncs formaven un angle recte respecte a les arrels. Amb l'ajut d'un destal i un ganivet va fer dos esclops en forma de mitja lluna i amb una llarga punta afilada.

Dies més tard, la gent de Bethmale, amb Darnert al capdavant, varen enfrontar-se als moros i després d'una ferotge lluita els van derrotar estrepitosament. La vall era per aquella gent la seva terra i la coneixien perfectament. Cada racó, cada pedra, cada arbre, varen ser els seus aliats i gràcies a això van poder guanyar al poderós enemic. Fins i tot, en Darnert va donar mort a Massur i va poder rescatar a la seva estimada Escarlyls.

Els bethmalesos, després de la batalla, varen commemorar la gran victòria amb una desfilada per tota la vall. Davant de tots hi anava en Darnert amb els seus esclops. En cadascun d'ells hi havia gravats un cor.

En l'esclop esquerra, el cor de la seva estimada i en l'esclop dret el cor d'en Massur, el seu més gran enemic. Allò va representar una gran gesta per la gent de la vall i aquell fet va ésser explicat de pares a fills durant anys i anys. Fins els nostres dies.

Encara avui dia, els joves promesos de Bethmale, ofereixen la nit de Nadal a les seves núvies, un parell d'esclops ricament decorats amb claus daurats, dibuixant un cor.




HOTEL • RESTAURANT

HOTEL RESTAURANT PEÑA

Ctra. Nacional 230, Km. 169 - 25537 Pont d'Arros
 Tel. 973 64 08 86 - Fax 973 64 23 29
info@hotelpenha.com - www.hotelpenha.com

Pâtisserie
Delseny



Av. Pas d'Arro, 5 (Galeries Gilles)
 25530 VIELHA - Val d'Aran
 Tel. 973 64 29 08



GESTIÓN INMOBILIARIA · SEGUROS
ADMINISTRACIÓN DE FINCAS

VIELHA - Espléndida casa en Casco Antiguo de 166 m² con 3 Hb, 1 baño, 2 aseos, salón con chimenea, comedor, cocina, terraza, propano, buena orientación, vistas, garaje, bodega. OBRA NUEVA. 330.557 €

VIELHA - Oportunidad. Apartamento de 1 habit., 1 baño, salón comedor, cocina americana, calefacción eléctrica, vistas, garaje. A reformar. 85.000 €

VIELHA - Zona Eth Solan. Piso de 95 m², 3 Hb, 2 baños, salón comedor con chimenea, cocina, garaje, trastero. A estrenar. Sol y Vistas. 192.324 €

VIELHA - Plaza de garaje en el Edificio Eth Son Aranés. 8.114 €

VIELHA - Últimos locales comerciales de 70 a 130 m², frente al Palacio de Hielo. Consultar precios.

VIELHA - Local de 32 m², acceso con vehículo. Apto para almacén, comercio o despacho. 43.000 €

ARTIES - UNICO local de 128 m², bien situado. 156.264 €

BETREN - Apartamento de 2 dormitorios, 1 baño, salón comedor, cocina equipada y amueblado. OPORTUNIDAD. 78.132 €

VILAC - "RESIDENCIAL LETASSI". Promoción de 5 apartamentos dúplex con acabados de 1ª calidad, con unas magníficas vistas y sol todo el día. Desde 186.314 €. Entrega Dic. 2002

VILAMOS - Promoción de 4 casas con jardín desde 127.000 €. Vistas y sol. Reserve la suya.

BEGÒS - Promoción de 11 casas con terraza y jardín. Sol y vistas al Aneto 3 hab., 2 baños, salón-comedor, cocina grande y garaje. Desde 203.344 €

LES - Parcela en Urbanización Saviola, de 187 m², por 24.000 €

ESTAMOS PREPARANDO NUEVAS PROMOCIONES EXCLUSIVAS. PASE POR NUESTRAS OFICINAS Y LE COGEREMOS LOS DATOS PARA INFORMARLES PUNTUALMENTE

CTRA. DE GAUSAC, 1 EDIF. VAL D'ARAN
LOCAL 17 · 25530 VIELHA
TEL 973 641 073 · FAX 973 641 654

E-MAIL: areasociados@eresmas.com



FERRETERIA - PINTURAS
DROGUERIA - PERFUMERIA
COSMÉTICA - COSMÉTICA TERMAL
MENAJE - REGALOS

C/ Era Carrera nº 1
25540 - LES (Val d'Aran) · Tel. 973 64 84 17

Supermercado Benjamín

Eduard Aunós, n.º 32
Tel. 973 64 82 42
BOSSÒST

Rótulos y
Luminosos

**Aran &
Arte, s.l.**

Ctra. de Gausac (Edificio Val d'Aran)
Tel y Fax: 973 64 28 41
25530 VIELHA (Lleida)
e-mail: aranarte@retemail.es

*Y ahora grabamos maderas
y todo tipo de materiales*

TEXTIL Y HOGAR

ROPA DE HOGAR Y VESTIR
PRECIOS ESPECIALES PARA HOSTELERÍA

RECORTAR Y PRESENTAR
ESTE CUPON
10%
DITO.

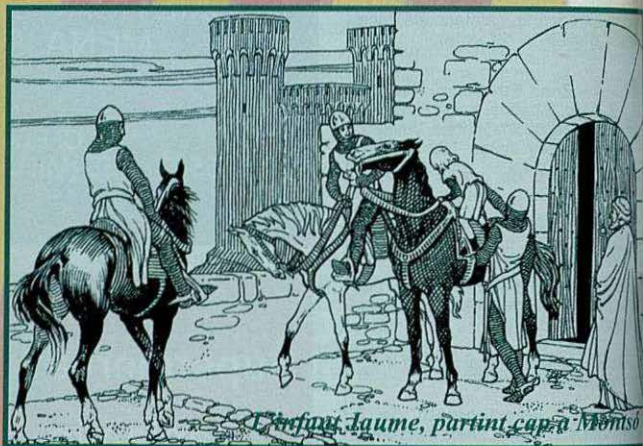
AV. PAS D'ARRÓ, 25
25530 VIELHA (VAL D'ARAN)
TEL. 973 642 823

JAUME, APRENENT DE REI (CAPÍTOL XII)

Al pati d'armes del castell de Montsó, s'escau lliçó d'esgrima. El mestre és un fornit templer, els alumnes, uns marrecs de set anys, entrenant-se de batre's. L'un es diu Jaume i es rei, l'altre, cosí seu, és en Ramon Berenguer, comte de Provença. Són anys d'aprenentatge, més d'armes que no de lletra. A tot estirar, en Jaume arribarà a saber escriure el seu nom. ¿Què més li cal a un rei? Ell vol anar a córrer aventures, no pas estudiar.

Cadell de rei i orfe de pare i mare, ha estat sempre dins de castells. Son pare, el rei Pere I, havia mort al camp de batalla de Muret. Abans d'aquella guerra, havia deixat al seu fill Jaume sota la tutela del que seria més tard el seu enemic, en Simó de Montfort. Jaume, restava en mans adverses a la ciutadella de Carcassona. Els catalans reclamaven el seu rei i per això, la seva mare, Maria de Montpel·lier, va reclamar-lo davant el Papa. El de Montfort no va poder negar-s'hi al Papa de Roma.

Tenia just sis anys quan el van portar a Montsó, encomanat a l'orde dels templers- mig cavallers, mig monjos- perquè el fessin un home i un bon rei. Els templers el van ensinistrar ben fort i noble, ardit i cavaller: un ferro de bon tremp.



Als nou anys, acompanyat del comte Sanç i dels seus cavallers va marxar de Montsó. Al seu davant, la planúria nua, daurada de blats a les clarors de l'alba. Mai més no serà infant. Primer de tot, anirà a pregar davant la tomba del seu pare: fidelitat, gest de bona criança.

Als dotze anys complerts, fou armat cavaller a l'església de Santa Maria de l'Horta, a Tarassona. No li serà pas fàcil arribar a fer de rei. El seu país era segur portes enfora, doncs les Corts havien pactat amb els sarraïns deu anys de Pau i Treva, fins que en Jaume fos gran. Però reialme endins haurà d'aprendre a fer-se respectar enfront les ambicions i les insídies d'uns nobles que havien estat massa anys sense un ceptre que els manés.

Passarà per moltes peripècies i aventures, acorralat, traït.... De tot se'n sortirà, i l'intrigant noblesa d'Aragó, sabrà com manejar-la. Després, apaivagades les revoltes feudals, serà cridat a gestes admirables, per les quals guanyarà el sobrenom de rei Conqueridor.



TASTETS

Bar Restaurante
BAQUEIRA 1500
Tel. 973 64 50 30
Abierto todo el año

Eth Pintor

Decoracion 

Av. Calbetó Barra, 16
25530 VIELHA
Tel. 973 64 12 20



sistema
MULTICOLOR
 **Valentine**

Pinturas, acuarelas,
óleos, lienzos, etc.

**TRABAJOS DE PINTURA
EN GENERAL**



Borda Lüsia

Bar - Restaurante típico

Sant Roc, 4
25550 - BOSSÓST Tel. 973 64 82 51
(Val d'aran)



CÁRNICAS ORDÓÑEZ S.A.

ELABORACIÓN PROPIA DE EMBUTIDOS Y PATÉS

Ctra. del Túnel, s/n
25530 VIELHA

Tel. 973 64 00 38
Fax 973 64 24 74

BAR - RESTAURANT ERA JOATA

ABIERTO TODO EL AÑO
EXCELENTES VISTAS PANORÁMICAS



ESPECIALIDAD EN :
• OLLA ARANESA
• PATÉS CASEROS
• CARNES A LA BRASA

C/ SANT ANTONI, 10
25537 - BETLÁN
(VAL D'ARAN)
TEL. 973 64 26 00



ETH AUET

**ROBA LABORAL
HOSTALERIA**

COMPLEMENTS DE LA LLAR

C/ Casteth, 10
25530 VIELHA

Tel. 973 640 734
Mòbil 620 860 241

TABACS BOYA

GRAN CAVA de CIGARS
HAVANA - R. DOMINICANA - HONDURES
CANARIES - EQUADOR ETC...

SANT JAUME, 22
25540 LES (VAL D'ARAN)
Tel. 973 64 80 18 - Fax 973 64 71 86

Ferretería AGUILERA



Droguería - Menaje
C/ del Agua, 5
Tel. 973 64 80 85
25550 BOSSÓST - Val d'Aran

HOSTAL TALABART

C / Banys nº 1 25540 - LES (Val d'Aran)

Tel.: 973 64 80 11 (Francia : 00 34 973 64 80 11)



PELUQUERÍA

Es Auets



C/ Piedra, 4 25550 BOSSÓST Tels. 973 64 81 45

Tot ARAN 35

GESVAL



Gestión Inmobiliaria del Valle

TE OFRECE LAS **MEJORES VISTAS**

Pleta "La Solana de Mont"

Viviendas Adosadas
Apartamentos 2 habitaciones
Dúplex 3 habitaciones
Acabados de Alta Calidad

Infórmate en:

Av. Pas d'Arró, 22

25530 VIELHA

Tel. 973 64 11 64

Fax 973 64 11 53

e-mail: gesval@gesval.org

www.gesval.org

