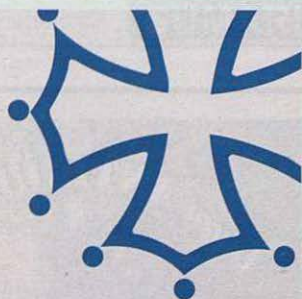
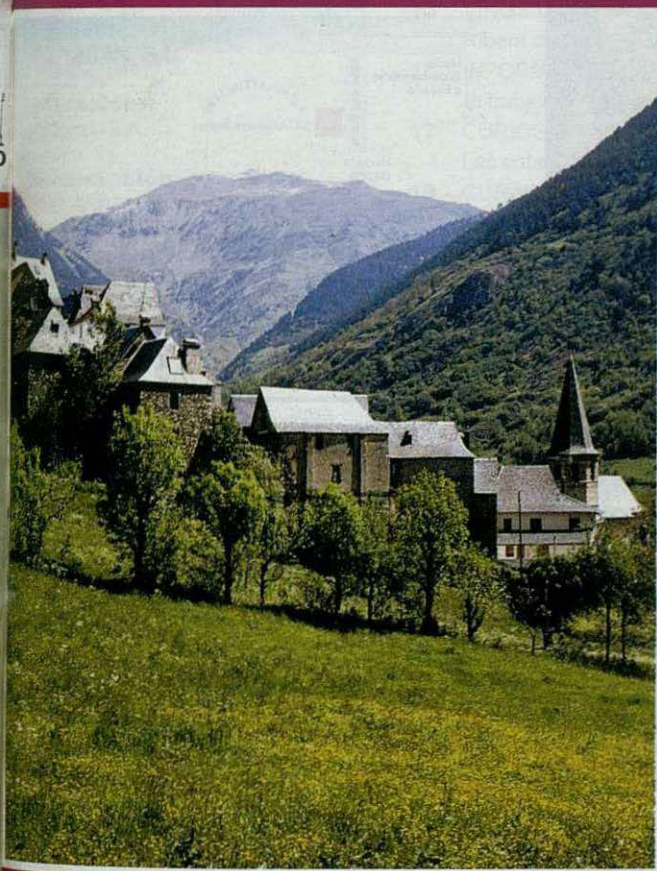


Tol ARAN



Agosto 2002 Nº 16

Revista mensual de distribució gratuïta de la Val d'Aran



HISTORIA DE ARAN

Pedro II y Felipe III

CURARSE EN SALUD

Las agujetas

LLEGENDES QUE EM VAREN CONTAR

El botxí de Barcelona

ARAN DES NOSTI PAHIRS SENHÈRS

Er aumoinaire d'Arlòs

AQUELLOS LOCOS INVENTORES

La locomotora
de vapor

Nova tirada
5.000
exemplars

Camping - Caravaning - Canoa de aguas bravas - Piragüismo - Hidrospeed - Senderismo - Quads - Rafting

DEPORTUR

CENTRO DE ACTIVIDADES DE AVENTURA
(CAMPING CAUARCA-DEPORTUR)

Camí Paísàs, s/n - Val d'Aran 25540 - LES - (LLEIDA)

Tels. 973 64 70 45 / 973 64 70 44 Fax. 973 64 80 47

e-mail: deportur@arrakis.es www.deportur.com

Senderismo - Escalada deportiva - Ruta equestre



**4ª GENERACIÓN DE ANTICUARIOS
OBJETOS Y PIEZAS EN DEPÓSITO
COMPRA - VENTA
PERITAJES DE HERENCIAS
OBJETOS TÍPICOS DEL PIRINEO
CAZA Y PESCA
ENVÍOS A TODA ESPAÑA**

Azum ANTIGÜEDADES
68, Allées d'Etigny

Termas

Allées d'Etigny

Parque

Hacia
Superbagnères
y España

Allée des Bains

Hacia la
piscina

Azum ANTIGÜEDADES
24, Allée des Bains

Azum
ANTIGÜEDADES

68, Allées d'Etigny - 24, Allée des Bains
31110 - LUCHON (FRANCIA)
Tel. 00 33 5 61 79 02 17 - 00 33 5 61 79 20 66
Móvil : 00 33 6 07 09 20 25
Miembro del SNCAO

**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



HOSTERIA CATALANA



HOTEL · RESTAURANT

C/ PIETAT, 34 · 25550 BOSSÒST (Val d'Aran) · TEL. 973 64 82 02 · FAX 973 64 80 58

2 Tot ARAN

Tot ARAN

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

Edición:
TOP ARAN, S.L.

Impresión:
Anigraf, S.A.

Maquetación:
TOP ARAN S.L.

Tirada:
5.000 ejemplares

Depósito legal:
LI-620-01

Distribución:
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 (40 euros para Francia), le enviaremos puntualmente la Revista a su casa

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

- 4** NOTICIAS DE ARAN
- 5** FIESTAS DEL MES DE AGOSTO EN ARAN
- 6** HISTORIA DE ARAN
Pedro II y Felipe III de Francia
- 7** ARAN DES NOSTI PAIRS-SENHÈRS
Er aumoinaire d'Arlòs
- 8** LLEGENDES QUE EM VAREN CONTAR
El botxi de Barcelona
- 9** ENTRETENIMIENTOS
- 10** LAS HIERBAS DE LA ABUELA - NOTICIAS BREVES
- 11** EL PERRO: UN AMIGO NUESTRO
El West Highland White Terrier
- 13** VINOS DE ESPAÑA
Ribera del Duero - Monte Villalón 1998
- 15** INFORMACIÓN LABORAL Y FISCAL
El trabajador autónomo (1ª Parte)
- 17** CURIOSIDADES Y ANÉCDOTAS
Las cataratas de Iguazú
- 19** CURARSE EN SALUD
Las molestas agujetas
- 23** POR LOS CAMINOS DE ARAN
El circo de Saboredo
- 25** LLEIDA, UNA PROVINCIA DE CONTRASTES
Provincia reconquistada y consolidada (2)
- 31** ¿ SABEMOS LO QUE COMEMOS ?
La piña americana, néctar de dioses
- 33** HISTÒRIA DE CATALUNYA
Pere II, un cavaller d'honor
- 35** FLORA Y FAUNA DEL PIRINEO
El fresno - El zorro común
- 38- 39** COCINAR EN CASA
- 43** AQUELLOS LOCOS INVENTORES
La locomotora de vapor
- 44-45** HORÓSCOPO - SOLUCIONES A LOS ENTRETENIMIENTOS
- 46** TELÉFONOS DE INTERÉS
- 47** HORARIO DE AUTOBUSES
- 48** TRUCOS DEL HOGAR - ANUNCIOS ECONÓMICOS
- 49-50** ÍNDICE DE ANUNCIANTES



FOTO PORTADA:

Gausac en verano

Foto cedida por gentileza Torisme Val d'Aran

VAL D'ARAN ALPIN RUNNING MEETING

El pasado domingo 7 de Julio, se celebró en el Valle una nueva edición de Val d'Aran ALPIN RUNNING MEETING, con una participación total de 450 corredores, distribuidos entre la Media Maratón (con un recorrido de 21 km.) y la prestigiosa X-MARATHON, (para una distancia de 42 km.)

ALPIN RUNNING MEETING es un acontecimiento deportivo que engloba dos carreras de larga distancia, que transcurren por parajes de alta montaña y que está organizado por NO LIMIT, con la colaboración del Conselh Generau d'Aran y Torisme Val d'Aran.

El Valle quiere convertirse en un punto de referencia mundial del skyrunning y está en camino de conseguirlo, ya que este año la X-MARATHON es la primera prueba puntuable del Skyrunning World Championship Circuit. Este hecho ha comportado la presencia de algunos de los mejores corredores mundiales en esta especialidad. Ha habido presencia de corredores italianos, franceses, andorranos y españoles, que han disfrutado, además de su deporte favorito, de los bonitos paisajes araneses.

La Organización de este evento ha sido llevada a cabo por un centenar de personas de las que 40 eran Pompiers d'Aran, que fueron los encargados de velar por la seguridad de los corredores.

RESULTADOS DE LA X-MARATHON

Categoría masculina:

- 1º - Agustí Roc con un tiempo de 3 h.58' 25''
- 2º - Jordi Martín con un tiempo de 4 h..07' 08''
- 3º - Ferran Sarri con un tiempo de 4 h. 12' 25''

Categoría femenina:

- 1ª - Carme Tort con un tiempo de 5 h.09'17''
- 2ª - Teresa Forn con un tiempo de 5 h.35'11''
- 3ª - Marta Busquets con un tiempo de 5h.45' 20''

RESULTADOS DE LA MEDIA MARATHON

Categoría masculina:

- 1º - Senén Escoda, con un tiempo de 2 h.03' 09''
- 2º - Julio Merino, con un tiempo de 2 h.05' 50''
- 3º - J.Lluís Colom, con un tiempo de 2 h.06'08''

Categoría femenina:

- 1ª - Mónica Ardid, con un tiempo de 2h.44'56''
- 2ª - Dolors López, con un tiempo de 2h.49'49''
- 3ª - Blanca Trenes, con un tiempo de 3h.01'01''

ARAN PER SA LENGUA



Un año más, el Colectivo LENGUA VIUA, sección de la Fundación del Museo Etnológico de la Val d'Aran, celebró el pasado 21 de Julio, la IX Edición de la CORSÀ ARAN PER SA LENGUA, carrera apta para todo el público, que tuvo tres salidas distintas: Desde Montgarri, desde Les y desde el Port de Vielha., con la llegada a la plaza de la iglesia de Vielha.. La participación fue multitudinaria y numeroso público asistió al acto final, en donde se reivindicó la defensa de la lengua aranesa y se hizo entrega del premio Lengua Viua a personas que defienden y promueven la lengua de Aran. Seguidamente hubo la actuación del Grupo NADAU, que nos obsequió con bellas canciones occitanas.

INAUGURACIÓN DE LAS V JORNADAS UNIVERSITARIAS OCCITANOCATALANAS

El pasado 15 de Julio, tuvo lugar en el Hotel Tuca de Betrèn y con la asistencia del President Jordi Pujol, el Lehendakari vasco Juan José Ibarretxe y el Sindic d'Aran, Carlos Barrera, la inauguración de las V Jornadas Universitarias Occitanocatalanas.

Dentro de dichas jornadas, tuvo lugar también la Semana de Codina Occitana de Montanha, en donde varios restaurantes del Valle ofrecieron diversos menús de la elaborada y sabrosa cocina occitana.

En la foto, conferencia de prensa ofrecida por los Sres. Pujol e Ibarretxe a los medios de información, en el Hotel Tuca.



ACTIVIDADES Y FIESTAS DEL MES DE AGOSTO

DÍA	ACTIVIDAD	LOCALIDAD
1	FESTA DE SAN FÉLIX	BAGERGUE
1	DANCES D'ARAN DAMB FRADINS DE VIELHA	BAGERGUE 19 H.
1	FESTA DE SAN FÉLIX	VILAC
2	ROMANIC MUSICAU - CONCERT DE VIOLÍ	TREDÓS 22 H.
3	JOCs TA MAINADERA E MONAQUES	VILAC
3	ROMERIA DE SAN ESTÈVE	TREDÓS 12 H.
4	TARDES DE GRESCA	LES 17 H.
4	TARDES DE GRESCA	BAQUEIRA 18 H.
5	FESTA MAJOR Nª SRA. DES NHEUS	BAQUEIRA
5	FESTA MAJOR Nª SRA. DES NHEUS	BETLÁN
5	FESTA POPULAR DETH BARRI DERA CARRERA	LES
5	ROMERIA AL SANTET DE GAUSAC	GAUSAC 12 H.
8	CONCERT D'ORGUE - OSCAR CANDENDO	VIELHA 22 H.
9	ROMANIC MUSICAU - TRIO DE CORDA I GUITARRA	BOSSÒST 22 H.
10-11	MERCAT ARTESANAU DE LES	LES
10	FESTA MAJOR DE SAN LAURENÇ	MONT
11	TARDES DE GRESCA	BOSSÒST 17 H.
11	TARDES DE GRESCA	VIELHA 19 H.
14	MERCAT NOCTURN DE SALARDÚ	SALARDÚ
15	DANCES ARANESES DAMB FRADINS DE VIELHA	GAUSAC 19 H.
15	MERCAT NOCTURN DE BAQUEIRA	BAQUEIRA
15	JOCs TA MAINADERA E MONAQUES	VILAMÓS
15	FESTA MAJOR DE SANTA MARIA	BOSSÒST
15	FESTA MAJOR DE SANTA MARIA	GAUSAC
15	FESTA MAJOR DE SANTA MARIA	VILA
15	FESTA MAJOR DE SANTA MARIA	VILAMÓS
16	ROMANIC MUSICAU-TRIO DE GUITARRA,FLAUTA I SOPRANO	UNHA 22 H.
16	MERCAT NOCTURN DE LES	LES
16	DANCES D'ARAN DAMB CORBILHUÈRS DE LES	BAUSEN 22,30 H.
16	DANCES D'ARAN DAMB CÔLHA STA. MARIA DE MIJARAN	GARÓS 19 H.
16	JOCs TA MAINADERA E MONAQUES	BAUSEN
16	FESTA MAJOR DE SANT RÔC	BAUSEN
16	FESTA MAJOR DE SANT RÔC	BEGOS
16	FESTA MAJOR DE SANT RÔC.	GARÓS.
16	FESTA MAJOR DE SANT RÔC	GAUSAC
17	MERCAT NOCTURN DE VIELHA	VIELHA
17	DANCES D'ARAN DAMB COLHA STA.MARIA DE MIJARAN	LES 22 H.
18	TARDES DE GRESCA	LES 17 H.
18	TARDES DE GRESCA	BAQUEIRA 19 H.
18	MERCAT NOCTURN DE BOSSÒST	BOSSÒST
18	DANCES D'ARAN DAMBFRADINS DE VIELHA	VIELHA 20 H.
20	CONCERT D'ORGUE - IZUMI KANDO	VIELHA 22 H.
23	ROMANIC MUSICAU-DUO DE VIOLONCEL I VIOLÍ	LES 22 H.
24	DANCES D'ARAN DAMB FRADINS DE VIELHA	ERA BORDETA 13 H.
24	DANCES D'ARAN DAMB SAUTERETS DE BOSSÒST	SALARDÚ 20 H.
24	CONCERT-TROBADA ACORDEONISTES DETH PIRINEU	LES 22 H.
25	TARDES DE GRESCA	ARTIES 17 H.
25	TARDES DE GRESCA	VIELHA 19 H.
25	DANCES D'ARAN DAMB COLHA STA.MARIA DE MIJARAN	VIELHA 20 H.
28	FESTA MAJOR DE SANT AGUSTÍ	ARRO
28	FESTA MAJOR DE SANT JULIAN	GARÓS
28	DANCES D'ARAN DAMB SAUTERETS DE BOSSÒST	ARRO 19 H.
29	DANCES D'ARAN DAMB SAUTERETS DE BOSSÒST	ARRÓS 19 H.
29	FESTA MAJOR DE SANT JOAN BAPTISTA	ARRÈS
29	FESTA MAJOR DE SANT JOAN BAPTISTA	ARRÓS
29	FESTA MAJOR DE SANT JOAN BAPTISTA	CANEJAN
30	ROMANIC MUSICAU- DUO DE VIOLÍ I VIOLA	ARTIES 22 H.
31	DANCES D'ARAN DAMB CORBILHUÈRS DE LES	CANEJAN 22,30 H.

PEDRO II Y FELIPE III DE FRANCIA (CAPÍTULO XVII)

Durante esta época, los Condes de Comminges, al haber perdido su hegemonía sobre el Valle de Aran, se distanciaron del Reino de Aragón y Cataluña y se vincularon a la Corona francesa. De este modo, Francia, empezó a intervenir directamente en la política pirenaica.

El 26 de Agosto de 1278, Pedro II el Católico, rey de Cataluña y Aragón, aprovechando su buena vinculación con los araneses, se dirige a la gente de Salardú, Vielha y Vilac, reclamándoles el pago de 16.000 sueldos de Morlás que le debían. Aquél mismo año, como prueba de la creciente personalidad aranesa, se redacta en Unha el primer documento conocido en aranés, seguido de otro en la misma lengua, fechado en Montcorbau al año siguiente (1279).

Otra vez el rey Pedro II vuelve a dirigirse al Valle cuando el día 1 de Julio de 1280, pidió a la gente de Garòs, de Rumincosa y de Irissa, que enviasen a unos mensajeros para dilucidar diversas negociaciones. El día 19 de aquél mismo mes, se presentaron en la Corte los citados mensajeros, pero al no tener éstos poderes formales, el rey envió al Valle al noble A.R. de Spello, con el fin de que pudiera tratar todo lo que él quería, con los propios araneses.

Llegamos a un momento crucial en la historia del Valle: En Noviembre del año 1283, el Valle de Aran es invadido por las tropas de Eustaquio de Beaumarchais, senescal de Toulouse, que había recibido órdenes de Felipe III el Atrevido, rey de Francia. El motivo de esta incursión era que el Papa Martín IV había excomulgado a Pedro II cuando éste decidió invadir Sicilia.

Las infiltraciones francesas hacia Egea, Tarazona y el Empordà, acabaron en desastre, pero el Valle continuaba ocupado por los franceses. En el año 1285, el príncipe Alfonso, hijo de Pedro II, fue rechazado por la caballería de Languedoc, al mando de Bernardo VIII de Comminges. El haber ocupado el Valle, originó largos pleitos entre las dos Coronas.

Beaumarchais, tenía un especial interés en invadir el Valle, pues Otón de Auro, yerno de Otón de Sambeat, le había vendido los señoríos de Bausén y Canejan. Otón de Sambeat había adquirido el dominio del Valle, gracias a la ayuda que dio a Jaime I en la batalla de Calahorra, aunque sólo con carácter vitalicio, lo que quitaba validez a la transmisión. Eustaquio de Beaumarchais preparó la invasión del Valle, amparándose en la bula de excomunión contra Pedro II. Por ello, forzó al obispo de Comminges, Bertrand de Miremont, a que utilizara su influencia sobre los clérigos araneses. El obispo los reunió en Remals y les pidió que apoyaran la invasión francesa, con el argumento de que no debían lealtad a un rey excomulgado. Con total unanimidad, los clérigos de Aran rechazaron la recomendación del obispo de Comminges, declarándose a favor de Pedro II y en contra del rey de Francia.

Extracto del libro: Pes camins dera nosta istòria, del Sr. Melquíades Calzado
Dibujos de la Sra. Rosa Medina



El obispo Bertrand con los clérigos araneses

VAL D'ARAN AUMOINAIRE D'ARLÒS

Hè fòrça ans, er aumoinaire o praube d'Arlòs ère coneishut per tota era gent dera Val d'Aran e era sua figura ère familhara en toti es pòbles aranesi per a on er òme passaue en tot demanar caritat.

Era gent aranesa, generosa dauant de quinsevolh besonh, li dauen tostemp aumòina. Ath delà, coma vedien qu'eth praube non ère ben deth cap, encara n'èren mès de generoses es sues aumòines.

Coma es aranesi èren en aqueri tempsi plan devòts, en cada ua des cases que li dauen aumòina li demanauen que preguèsse "passèsse" un rosari pes defunts dera familha. E efectivament, eth praube mendicant, atau ac hège.

Mès, damb eth temps, era causa se multipliquèc de tau manèra qu'eth praube d'Arlòs ère tot eth dia passant rosaris, e eth trabalh se li acumulaua talaments qu'auie ua longa llista de rosaris tà passar. Er òme lèu s'encuedèc qu'auie trabalh tà fòrça ans e se didie: "Damb tant de rosari entà passar, poderia arribar a espantar un convent de frares". Fin finau, e a despriet de que non auie eth cap ben lucid, trobèc un solucion esplendida entà amendir drasticament aquera carga de rosaris e parenòstes. Estienec eth rosari en solèr e en tot passar per dessus sòn, d'un costat entar aute, didie:

-Passi aquest rosari tara familha Bonòme. Passi aquest rosari tara familha Bernat. Passi aquest rosari tara familha...

Atau, cada pas que daue per dessus deth rosari didie que lo passaue entà cadun des "abonats" as sues plegàries. E en sonque un maitin "passèc" toti es rosaris que li auien encomanat.

Un d'aqueri dies en qué eth praube d'Arlòs "passaue" eth rosari, aguec era mala sort de trobar-se de cara damb eth caperan de Mont, eth quau, en tot apropar-se-li, l'escridassèc damb ganes. Li didec qu'aquerò ère impròpri e indigne e qu'auie mancat era confiança dera gent que li hège caritat. Quan eth caperan aguec acabat era sua retorica, eth praube d'Arlòs li didec:

Senhor rector, vosté cre que non è coneishement per auer hèt açò, vertat?

Ben, non creigui que n'ages guaire, li responec mossen.

Guardatz, s'ara è pòc coneishement, imaginatz-vos s'aguessa de passar toti es rosaris qu'è encomadii. Perderia eth pòc qu'è pr'amor qu'auria de passar-me era vida pregant tot eth temps, e atau, d'aguesta forma, tanben les è passat, mès d'ua auta manèra. Simplement è cambiat era forma de hèc.

Eth brave rector demorèc embadoquit e se n'anèc un shinhau confonut, sense dèder paraula. Mès en sòn interior pensèc que non ère bric de pèg aqueth praube d'Arlòs.



EL BOTXÍ DE BARCELONA

Quan heu visitat la Plaça del Rei, a Barcelona, segur que heu vist el Palau Reial, amb el seu campanar anomenat Mirador del Rei Martí, o bé l'ampla escalinata que puja cap al Saló del Tinell, o la capella de Santa Agata i l'edifici que allotja el Museu d'Història de la Ciutat. Però segur que, entre tanta construcció monumental, ningú s'ha fixat en una petita porta, molt diminuta, que hi ha en un racó, per la banda que dona a la muralla davant de la Baixada de Santa Clara. Aquella és la porta del botxí i guarda gelosament una curiosa anècdota.

L'Edat Mitjana no va ser només un temps de cavallers i princeses, sinó també un temps de pràctiques cruels i costums sanguinaris. La justícia manava que els detinguts acusats de delictes greus, fossin turmentats perquè confessessin i, molts cops, condemnats a la pena de mort. Era, malauradament, un càstig prou freqüent. Les persones que aplicaven la pena de mort eren els botxins i totes les ciutats importants en tenien el seu propi, de forma permanent.

El fet de que existís la pena de mort no vol dir que la feina del botxí fos ben considerada, tot al contrari. La gent no volia tractes amb persones que mataven als seus semblants. De fet, ningú volia tocar al botxí, ni tan sols els sastres, la qual cosa els obligava a anar vestits amb un sac lligat a la cintura i amb la cara permanentment tapada.

Aquesta natural aversió cap al botxí, va provocar un curiós problema a la ciutat de Barcelona. En aquell temps, les persones que exercien un mateix ofici acostumaven a viure en carrers concrets. Així, hi havia el carrer del Argenter, dels Blanquers, dels Assaonadors, dels Cotoners etc.... però mai hi va haver el carrer dels Botxins.

Això va provocar una aspre discussió al Consell de Cent. Una part dels consellers varen dir que el botxí hauria de viure fora de la ciutat. Altres consellers defensaven que el botxí era un ciutadà com els altres i, malgrat la seva feina, tenia tot el dret a viure dins de la ciutat. Les discussions s'allargaven fins fer-se interminables, ja que, de fet, les dues posicions eren assenyades. No hi havia manera de arribar a una conclusió.

De sobte, un dels consellers més ancians va demanar la paraula i va dir:

- Escolteu.- El problema es que no volem que el botxí visqui dins de la ciutat perquè la seva feina és indesitjable ¿veritat?.

Això mateix - varen dir molts d'ells.

- I tampoc pot viure a fora de la ciutat, perquè Barcelona no pot rebutjar algú que treballa per ella ¿és això?

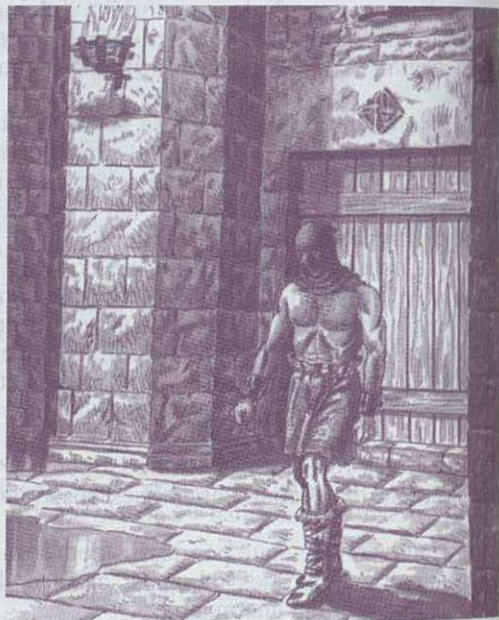
- Es veritat- va assentir tothom.

- Aleshores, em sembla que la solució és ben senzilla: - va dir el Conseller- Que no hi visqui ni a fora ni a dintre. Que visqui a la mateixa muralla.

Tothom va aplaudir aquella solució tan sàvia.

I és per això que a la mateixa muralla de Barcelona, a la plaça del Rei, s'obre la petita porta de la casa del botxí, l'empleat municipal que no podia viure ni a dins de la ciutat ni a fora.

Narració del llibre: Llegendes de Catalunya, de Pau Joan Hernández - Editorial Baula



CHISTES

En un juicio por divorcio, el juez le dice al marido:

- Después de haber estudiado el caso, le asigno a su mujer una pensión mensual vitalicia de 300 euros y 100 euros más por cada hijo. ¿Tiene algo que decir?
- Pues que es Vd. muy generoso. - contesta el marido - No sé si yo podré dar algo también.



Tras 20 años de matrimonio, sigo enamorado de la misma mujer - le dice un hombre a su amigo.

- Ves, esto sí que es bonito - le contesta el otro.

- Si, pero ya verás el día que se entere mi esposa.



En la playa una mujer le dice a su amiga:

- Mira, mira, tu marido está intentando ligarse a una sueca.

La otra mujer se ríe a carcajadas, a lo que su amiga le dice:

- ¡Tu marido intenta ligar y tu te ríes?.

- Si - contesta la otra - A ver cuanto aguantas metiendo la barriga para adentro.



SOPA DE LETRAS

Encontrar el nombre de doce ríos caudalosos del mundo. Se trata de nombres simples. 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

CSKQTAOLINCVIA
OABORDUZIEMANQ
JOMKEIMGRLEUMG
HLIARWEIAFJVY
EQZMZRCWNYMSA
GLCVTOHULUGASO
AYUORINOCOPEIZ
JOUVBBSUAIHGFSS
XIPKOGNBSKNCBS
UANUOUUIXDOOIE
RDTEINGOAJKNPB
AEXEAIEYPBEGIT
LSKDIAFOWTMORU
OADNYENISEIPFH

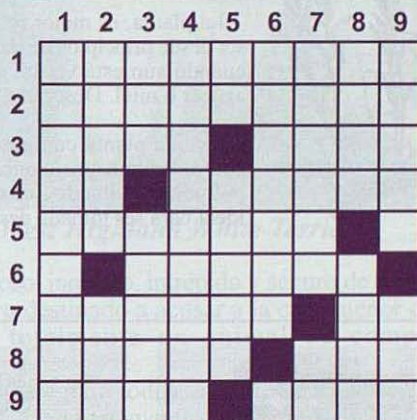
POEMA

Nou pometes hi ha al pomer,
quan, de nou, una en caigué.
Si mireu el vent d'on ve
veureu el pomer com dansa.
Si mireu el vent d'on ve,
veureu com dansa el pomer.



Cançó popular catalana

CRUCIGRAMA Nº 16 Agosto 2002



HORIZONTALES: 1- Preservativo para bares con mesas de cristal. 2- Comeré una y contaré veinte, y eso que no juego al parchís. 3- El color de toda feminista. Mandamás monástico. 4- Dentro de nada. Verá una película con los ojos cerrados. 5- Disfrutarán. La letra más tozuda. 6- Que xtrño, no recuerdo est letr. Delatan una noche en blanco. 7- Su borde es muy grande. Antiguo Partido Popular. 8- Tendrá valor. Ave viciada a los juegos de mesa. 9- Aburrida y cáustica. Gemelo de laboratorio.

VERTICALES: 1- Uno de pobre que asusta a los felinos. 2- Lleno de aire el hierro, pero me lo cargo. Piso sin entrada. 3- Vete de aquí, que no eres nada dulce. Superficies para defender en básquet. 4- Llenará de comida. 5- Dirígete a mirar. Trofeo para el torero sordo. 6- Rayará el coche con el gato. Abre el círculo. 7- Zona vegetal africana, ideal para dormir. En medio de la cola. 8- Rezar durante sesenta minutos. Bolsa llena de niños que no quieren comer. 9- Dormir al animal. A éste, éste y al vino, vino.

REFRANYS D'AGOST

Xàfec d'estiu, fa la meitat del que diu.

El mes d'Agost, per les pastures és el pitjor.

Pluges fortes per l'Agost, bolets a l'Octubre.

Per la Mare de Déu d'Agost, a les set ja és fosc.

EL TÉ DE ROCA

Jasonia glutinosa

Conocida también con el nombre de té de Aragón, es una planta en forma de cepa leñosa, que va desarrollándose de año en año. Cada primavera, nacen nuevos vástagos de 1 a 1,5 palmos de altura.



Sus hojas son estrechamente lanceoladas, sin rabillo y con pelillos glandulares parecidos a los que también se encuentran en el tallo. Sus flores, de color amarillo, son tan breves que apenas salen del involucre.

Es una planta con hojas altamente aromáticas, con un olor ligeramente alcanforado y de sabor amargo. Cuando se coge, tiene un tacto áspero y algo pegadizo. Florece desde junio hasta agosto, en función de la altura en que se halla. Se desarrolla en los terrenos calcáreos, en las grietas de las rocas. Es bastante común en toda Cataluña, sobre todo en las sierras del sur y en las montañas pirenaicas y puede encontrarse hasta 1.600 metros de altura.

La planta, es mejor recolectarla antes de que se abran las cabezuelas, que suele ser desde principios de junio hasta mitad de julio. Se recomienda tomarla en infusión, cuando aún está verde, a razón de una ramita por taza, pudiéndose endulzar con azúcar o miel. Desecada, pierde algunas de sus facultades.

Es una planta con grandes propiedades estomacales y actúa muy eficazmente contra las indisposiciones de vientre. Es válida también para combatir los catarros pulmonares. Puede tomarse a todas horas, aunque su calidez y su aroma la hacen ideal para ser tomada después de las comidas.

NOTICIAS BREVES



RUTA ROMÁNICA DEL VALLE DE ARAN

Promocionado por el Conselh Generau d'Aran, se han organizado para este verano unas rutas para visitar 15 iglesias románicas del Valle. Durante el período de apertura, estas iglesias contarán con un servicio de guías que explicarán las características arquitectónicas de cada una de ellas.

Interesados, llamar a los siguientes teléfonos de información:

973 64 18 15
973 64 01 10
973 64 06 88



VI CORSA E CAMINADA DES 15 PÒBLES

El domingo 1 de Septiembre, los aficionados al deporte en plena naturaleza, tienen una cita en el Valle de Aran.

Diferentes carreras y caminatas tendrán lugar por los idílicos parajes del Valle, dentro de la VI CORSA E CAMINADA DES 15 PÒBLES.

Las pruebas a realizar son:

- Media maratón
- Caminatas de 21, 16 y 14 km.
- Carrera de 5 km. (para los más jóvenes).

Interesantes premios y trofeos. Inscripción: 9 euros.

Teléfonos de información:
973 64 24 69 - 606 31 15 49

LA INCINERADORA DE VIELHA PODRÍA PRODUCIR ELECTRICIDAD

El Conselh Generau d'Aran acordó recuperar el antiguo proyecto de instalar una planta de generación de energía eléctrica en las instalaciones de la incineradora comarcal que hay junto al túnel. La incineración de residuos podría producir electricidad, al mismo tiempo que elimina sustancias contaminantes. Dicha propuesta fue rechazada hace unos años por su impacto ecológico.

A este proyecto se opone el partido de Unión de Aran.

EL WEST HIGHLAND WHITE TERRIER

Bonito perro de nacionalidad inglesa. A mediados del siglo XIX, un criador de Cairn Terriers en el condado de Argyll (Inglaterra) se encontró con una camada de cachorros blancos, cuando esperaba que serían Cairns de color beige claro. Estos Cairns blancos, bautizados como Terriers de Argyll, dieron lugar, después de una rigurosa selección, a los actuales West Highland White Terrier.



West Highland White Terrier

Este pequeño y simpático Terrier tiene las patas cortas y bien musculosas, con una talla media de 28 cm. y un peso entre 7 y 10 kg. Sus mandíbulas son fuertes y su cráneo ligeramente abombado. Sus ojos son un poco sombríos, algo hundidos pero con mucha vivacidad, y sus orejas, muy cortas, están siempre en punta. De pelo largo y duro, sin ondulaciones, tiene una cola entre 12 y 15 cm.

Su color es siempre blanco puro.

Este animal tiene una personalidad bien definida: brioso, inquieto, intrépido y seguro de sí mismo. En sus orígenes, como todos los Terriers, era un perro destinado a acosar a la caza menor en sus guaridas, pero hoy en día se le considera totalmente un animal de compañía.

Es un buen amigo de los niños y un verdadero juguete para todos, aunque no le gusta que le molesten en exceso. Acepta sin problemas vivir en pisos y apartamentos, aunque también le gusta mucho correr al aire libre.

Si se quiere disponer de una bonita mascota reluciente, es conveniente bañarlo a menudo y cepillarle regularmente el pelo.

CONSTRUCCIONES

ANPEMA 2001 S.L.

PERFECTO BREA

C/ dera Closa, 18
25550 - BOSSOST

Tel. 973 64 73 21
Móvil 679 43 96 55

HOUSE - ARAN



LIMPIEZAS

Y

SERVICIOS DEL HOGAR
MANTENIMIENTOS
INMOBILIARIA

C/ Aneto, 7 - Local 1
25530 VIELHA - Val d'Aran
Tel. 973 64 15 22
Tel/Fax 973 64 18 52

PROGRAMA DE ACTOS



MIÉRCOLES, 14 DE AGOSTO

18,00 - Juegos infantiles en el Paseo.

22,00 - Gran Loto Bingo en el Polideportivo. A continuación, baile con la "Orquesta Amarcord" (Entrada 4 euros)

JUEVES, 15 DE AGOSTO

10,00 - Pasacalles, amenizado por la charanga "Los Cartagena"

12,30 - Santa Misa, con el grupo "The Ministrals"

13,30 - Aperitivo popular en el Polideportivo

16,00 - En la Zona Deportiva, Campeonato de Butifarra con merienda para los participantes en el Torneo

17,00 - Fiesta Infantil en el Paseo (Rompe ollas, carreras de sacos etc...)

20,00 - Concierto en la Iglesia, a cargo del conjunto "The Ministrals"

20,30 - Partido de fútbol en el Campo Municipal. XIII Trofeo Memorial Manuel Huguet

24,00 - Gran sesión de Baile en el Polideportivo, con la orquesta "La Tribu de Santi Arisa" (Entrada 5 euros)

VIERNES, 16 DE AGOSTO

10,00 - Pasacalles amenizado por la charanga "Los Cartagena"

Campeonato de pesca infantil, para menores de 14 años. A las 9 h., en la Oficina de Turismo (Con invitación a desayuno para todos los participantes)

12,00 - En la capilla de Sant Roc, Santa Misa en honor del patrón del Municipio.

16,00 - Campeonato de brisca en la Zona Deportiva, con merienda para todos los participantes

18,00 - Danzas aranesas en la plaza de la iglesia, con el grupo "Es Sauterets de Bossòst"

20,00 - Bajada de rafting por el río Garona, a cargo de Deportur.

Menores de 14 años, a las 17,30 h. en la Oficina de Turismo.

Mayores de 14 años, a las 16 h. en la sede de Deportur (Les)

22,00 - En la plaza de la iglesia, Habaneras con el grupo "Arrels de la Terra Ferma". Invitación de "cremat" durante el intermedio.

24,00 - En el Polideportivo, gran sesión de baile con la "Orquesta Cimarrón" (Entrada, 5 euros). A continuación, para que lleguéis a la tradicional "Baishada" bien a gusto, Disco Star.

SÁBADO, 17 DE AGOSTO

10,00 - Pasacalles, amenizado por la charanga "Los Cartagena"

12,00 - Santa Misa en la ermita de Sant Serat.

12,30 - Tradicional "Baishada deth Cap dera Vila". A continuación, "Batalla de espuma" en la fuente, organizado por "La Cremallera"

18,00 - En la plaza de la iglesia, animación infantil con el grupo "Plou i fa sol"

22,30 - En la plaza de la iglesia y alrededores, espectacular "Correfocs", a cargo del grupo "Plou i fa sol"

24,00 - En el Polideportivo, espectacular Fin de Fiesta con la "Orquesta Junior's" y para acabar de "petar", marcha con el grupo "De Noche". (Entrada 5 euros)

NOTA: Los menores de 14 años, entrada gratis.

Abonos, venta anticipada en la Oficina de Turismo, hasta el 14 de Agosto. (15 euros)

Abonos en la taquilla de baile, 17 euros.



LOU PITCHOUNET

El Tiovivo de Luchon

Estamos en el
Parque Termal

Abierto
todo el año

RIBERA DEL DUERO



Clásica viña de la Ribera del Duero

Esta región vitivinícola está formada por 13.000 hectáreas de viñedo, extendidas entre las provincias de Valladolid, Segovia, Burgos y Soria, todas ellas dentro de los límites administrativos de Castilla y León.

La denominación de origen Ribera del Duero, solamente contempla dos tipos de vino: los tintos y los vinos rosados. Tradicionalmente también se elaboran claretes, muy característicos por su color de piel de cebolla y muy apreciados como vino de tapeo por los pueblos de la zona.

Los vinos de Ribera del Duero siempre están elaborados con variedades tintas: la tinta fina, llamada también tinta del país, la garnacha, la malbec, la merlot y la cabernet sauvignon.

La variedad principal es la tinta fina, mientras que los vinos elaborados a base de malbec, merlot y cabernet sauvignon tienen solamente limitado su uso a vinos reservas y grandes reservas.

MONTE VILLALOBÓN 1998

Elaborado por Grandes Bodegas S.A., este vino tinto con denominación de origen Ribera de Duero, contiene un 90% de la uva tinta del país y un 10% de cabernet sauvignon.

Con un grado alcohólico del 13 % y una crianza de 6 meses en barrica de roble francés, este tinto fuerte se ha lanzado al mercado con una producción de 12.000 botellas.

Es de un color rojo cereza de capa media-alta, con ribete anaranjado. Notas de cuero, cedro, madera nueva, cereza en licor, vainilla y vegetales. Se abre a otras de avellana y bombón. Ligeramente astringente, es un caldo cálido, tánico y con final de frutos rojos maduros y especias.

Se trata de un buen vino, con apreciable persistencia y con una sensación de mermelada y agradable posgusto. Es ideal para tomar con la caza o carnes rojas de fuerte sabor.



**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, Nº 5
25530 - VIELHA
Tel. 973 64 00 30

granuilla s.l.

**DISTRIBUCIÓN DE VINOS
Y LICORES AL MAYOR Y DETALL**

**ASESORAMIENTO DE BODEGAS
Y GESTIÓN DE STOCKS**

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



RESTAURANT

ESQUIRÓ



DUBERT TOT ER AN
(MENS ABRIU E MAI)

BAQUEIRA 1500
EDIFICI MAUBERME
TEL. 973 64 54 30



Amics de Montgarri

Santuari de Montgarri
25598 - Naut Aran (Val d'Aran)
Tel. 973 64 50 64 - 973 64 07 80
Mòbil: 639 49 45 46
e.mail: kimcalteto@hotmail.com



- Activitats d'estiu**
- Senderisme - Ascensions
 - BTT - GR 10 / HRP
 - Rutes eqüestres
- Activitats d'hivern**
- Esquí de fons - Muntanya - Raquetes
 - Trineu de gossos (iniciació)
- Servicis**
- Bar - Restaurant
 - Allotjament de 40 places
 - WC i dutxes aigua calenta
 - Botiquín - Emissora emergència
 - Activitats esportives

TALLERES GARONA

CARROCERIA Y PINTURA
DEL AUTOMÓVIL



Pòligono Miljaran · Nave 3
25530 - VIELHA - Val d'Aran

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

QSS
FOTOS EN 1 HORA



QSS
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 DE REGALO"

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

LA CASA VASCA

COMIDAS Y TAPAS CASERAS

Passeig Duc de Denia, 49
25550 BOSSÒST
Tels. 973 64 80 92 - 64 72 31



FONGASCAL INSTALACIONES



Fontanería - Gas - Calefacción
MANTENIMIENTO Y REPARACIÓN

Av. Maladeta, 14 - local 1
25530 - VIELHA

Tel./Fax 973 640 187
Mòvil 608 190 624
fongascal@hotmail.com



EL TRABAJADOR AUTÓNOMO (1ª PARTE)

La red de trabajadores autónomos en España, es cada vez más importante. El trabajador arriesgado y con iniciativa, intenta crear su propio puesto de trabajo, la mayor parte de veces con muchos esfuerzos económico, mucha energía personal y normalmente con bastantes dificultades.

Estos trabajadores - empresarios crean actualmente muchos puestos de trabajo, al mismo tiempo que representan a los antiguos maestros artesanos y de oficio, a cuyo lado practican y aprenden un buen número de jóvenes trabajadores.

Sin embargo, tanto la fiscalidad como las recortadas prestaciones sociales en este colectivo, no ayudan ni apoyan a una infinidad de iniciativas que quedan abortadas, aún después de realizar grandes esfuerzos.

El trabajador que desea trabajar por cuenta propia tiene muchas obligaciones:

- Si desea abrir un negocio para el que necesita un local, deberá primeramente solicitar el **Permiso de Apertura** al Ayuntamiento de su localidad.

- Tanto si se tiene local como si no y si actúa como persona física (puede también crear una sociedad unipersonal o con otras personas) solicitará el **Alta Censal** en la Agencia Tributaria y al mismo tiempo el **Alta del Impuesto de Actividades Económicas**, en la que figurará la actividad que va a realizar y por la que pagará anualmente dicho impuesto, que puede ser, según donde se ejerza la actividad: nacional, provincial o municipal.

- No se podrá comenzar la actividad sin solicitar el **Alta de Autónomos** en la Tesorería General de la Seguridad Social. Asimismo, deberá solicitar también el **Alta Patronal**, si se desea contratar a algún trabajador.

- Actualmente, la cuota mínima de la Seguridad social autónoma, es de 205,54 euros mensuales.

Existen otras obligaciones en el transcurso de la actividad: Realizar una contabilidad obligatoria que refleje nuestros ingresos, gastos y rendimientos. Declaraciones trimestrales de IVA y a cuenta del Impuesto sobre la renta de las Personas Físicas, así como las declaraciones y pagos relacionados con la contratación de trabajadores, en el caso de que los hubiera. De todo ello, se exige también declaraciones-resúmenes anuales.

Todo esto, no es para desanimar a los que, con ilusión, quieren intentar la aventura del empresariado. No es nada fácil pero es necesario analizar antes, las posibilidades y la seguridad que nos ofrece nuestra idea en el mercado donde queremos actuar.

Seguiremos informando sobre este tema en las próximas publicaciones.

Artículo facilitado por CADION, ASSESORAMENT 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@arrakis.es

25530 VIELHA
(Lleida)

ER OCCITAN
RESTAURANT



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

BOTIGA PEREMARTÍ

ROBA TA MAINATGES

C/ Pietat, 2
Tel. 973 64 82 43
BOSSÒST (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
Móvil 639 68 90 45

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



PHONE LAND

- TELEFONÍA MÓVIL
- TELEFONÍA FIJA
- CENTRALITAS
- LÍNEAS ADSL Y RDSI
- VIA DIGITAL
- TODO TIPO DE ACCESORIOS
- ESPECIALISTAS EN TELECOMUNICACIONES

Avda. Alcalde Calbetó
(Rotonda)
25530 - VIELHA
Tel. 973 64 32 01
Tel/Fax 973 64 28 58



(Camión porta-escombros)

Carret. de Francia s/n
25530 - VIELHA
Tel./Fax 973 64 25 44

**ALQUILER Y VENTA
DE MAQUINARIA DE
LOS VALLES DE ARAN
Y RIBAGORZA**
JOAQUÍN CALVO

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

Carret. Nacional 230, km.124,2
25520-EL PONT DE SUERT
Tel./Fax 973 69 10 27



RAMS DE NÚVIA
ORNAMENTS
CORONES

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



CONFORARAN, S.L.

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

Ctra. de Francia s/n c/ Maladeta, 14 - Local 1
25540 - LES (Lleida) 25530 - VIELHA (Lleida)
Tel. 973 64 00 33 Tel. 649 404 971
973 64 00 33 609 727 061

e-mail: conforaran@netaran.com

Albergue



ERA LANA

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

**BUNGALOWS DE
6 HASTA 8 PLAZAS**

**PRECIOS ESPECIALES
PARA GRUPOS**

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

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

LAS CATARATAS DE IGUAZÚ



La Garganta del Diablo



Iguazú de noche



Salto de Santa María

Esta maravilla de la naturaleza está formada por el caudaloso río Iguazú, en su confluencia con el río Paraná. Sus estruendosas aguas de color terroso, se precipitan por un semicírculo de 4 kilómetros de diámetro hacia la profunda Garganta del Diablo, un abismo de 72 metros de altura.

El caudal del agua que cae por las cataratas es de 1.750 m³/seg. Este enorme salto de agua está considerado como uno de los más grandes del mundo.

Este maravilloso entorno natural, está protegido por dos parques nacionales, uno argentino de 55.000 Ha., y otro brasileño de 170.000 Ha., ambos declarados por la UNESCO como Patrimonio de la Humanidad.

Fue el conquistador español, Álvar Núñez Cabeza de Vaca, adelantado del Río de la Plata, quien descubrió estas cataratas en el año 1541, durante uno de sus viajes a través del río Paraná. Las bautizó con el nombre de saltos de Santa María. Sin embargo, con el tiempo, terminó por prevalecer el descriptivo y poético nombre que le daban los indios guaraníes: Iguazú, que en su lengua significa "agua grande".

Una leyenda guaraní cuenta que esta impresionante caída de agua fue generada por el dios Mboi, movido por la cólera que le provocó el joven indio Caroba, cuando se fugó por el río con la joven y bella Naipur, princesa a la que el dios amaba locamente. Su ira fue tan grande que, de un solo golpe, Mboi rompió el lecho del río frente a los amantes. El golpe fue tan colosal, que la tierra se hundió en mil partes y los amantes perecieron entre los terribles remolinos de agua que se originaron.

Formadas por más de 200 saltos, las cataratas del Iguazú se abren con un desarrollo frontal de 2.700 m. y su salto principal es el de Santa María.

eth
BASERRI
d'Aran

Bar-Restaurante
Cocina Vasca

Pas d'Arò, 56
Vielha · Val d'Aran · Lleida
Tél. Reservas 973 64 20 44

Ucit

moda mujer



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

abierto solo tardes



Brasería

El Rincón d' Aran

Especialidad en chuletón y pulpo

Abierto todo el año



c/ Sarriulera, 26
Tel. 973 64 17 18

25530 - VIELHA



HOSTAL TALABART

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

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

LIPIEZA CHAMENEAS



**¡ACABADO
IMPECABLE!**

973 62 10 65

**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**

IGNACIO GÓMEZ PÉREZ



Maquinaria Industrial

- Lavadoras
- Secadoras
- Calandras

Instalación - Mantenimiento - Reparación

Fontanería - Electricidad
Todo tipo de electrodomésticos

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

Tel. 647 86 22 12 - 610 22 54 88

25550 - BOSSÒST (Val d'Aran)



**ETH ESCLOP VERMELH
HUSTERIA INDUSTRIAU**

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

LAS MOLESTAS AGUJETAS

Es ahora, en verano, cuando solemos hacer más ejercicio físico y por ello, cuando no estamos suficientemente entrenados, suelen aparecer las odiosas agujetas.

Las agujetas se producen por rotura de las fibras musculares, cuando éstas son débiles o cuando no están suficientemente entrenadas. Podríamos definir las fibras musculares como los ladrillos del músculo y están formadas por miofibrillas, que, a la vez, están constituidas por proteínas llamadas miosina y actina. Las fibras musculares son relativamente pequeñas, ya que en un milímetro cúbico de tejido muscular hay unas 200 fibras musculares. La longitud de estas fibras oscila entre 1 y 30 mm.

Las agujetas provocan una anormal rigidez muscular y van acompañadas por diversas sensaciones dolorosas, que aparecen después de haber realizado un ejercicio físico excesivo para nuestro organismo. Suelen ser más intensas entre el segundo y el tercer día después de haber realizado el sobre esfuerzo.

La unión entre el músculo y el tendón es la zona más afectada por las agujetas y es precisamente en esta zona en donde, además del dolor, aumenta la sensibilidad y la rigidez muscular.

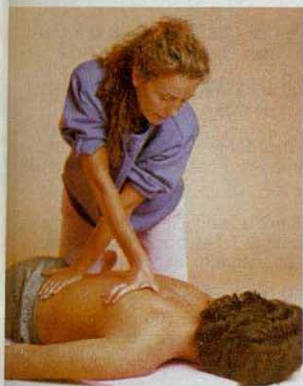


Estiramientos

No es cierta la antigua creencia de que las agujetas eran debidas a la aparición de cristales de ácido láctico en el músculo, después de realizar un esfuerzo violento o muy continuado. Las fibras musculares obtienen la energía del glucógeno y lo descomponen en glucosa, que más tarde se convierte en ácido láctico. Este ácido provoca cansancio muscular, pero no agujetas.

Por regla general y debido a su frecuencia, todo el mundo es capaz de reconocer cuando se padecen agujetas y por culpa de qué ejercicio muscular son debidas. Las medidas recomendadas en el momento de su aparición, es evitar los ejercicios bruscos, intensos o prolongados. También es recomendable darse baños calientes en la zona afectada y masajes suaves con alguna crema que favorezca la circulación y que tenga un efecto calmante y antiinflamatorio. Tomar una aspirina cuando se tienen agujetas, también es un método eficaz.

Antes de empezar un ejercicio físico es recomendable preparar convenientemente los músculos de nuestro cuerpo, realizando diversos masajes sobre ellos y ejercicios de estiramiento. Con ello, aumenta el riego sanguíneo muscular y se evita, en un porcentaje elevado, el riesgo de tener después agujetas. Nunca se deben hacer esfuerzos extremos. El ejercicio físico, ha de estar adaptado a la edad de la persona que lo practica y a su capacidad física.



Masaje

PRODILLE

ORGANITZACIÓ D'ESPECTACLES



EL TRENET TURÍSTIC DE VIELHA

**CATERING - ANIMACIONS
INFLABLES INFANTILS
FESTES MAJORS**

**C/BONAIRE, 12 8^a D - 25006 LLEIDA
973 24 70 35 / 666 410 319**

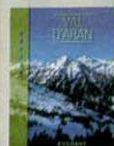


Borda Lüsia

Bar - Restaurant típic

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

Tot Aran
recomienda



VAL D'ARAN

Interesante catálogo explicativo sobre el Valle de Aran. Permite una visión amplia sobre el Alto, Medio y Bajo Aran, con explicaciones de los lugares de mayor interés,

historia, fiestas tradicionales y servicios, acompañadas con excelentes fotografías a todo color.

Editado en papel de alta calidad, ofrece una detallada visión turística del Valle, a todos los visitantes.

EDITORIAL EVEREST.

VALL DE BOÍ

Este libro muestra al visitante una amplia descripción del Valle de Boí, con su riqueza artístico-cultural, sus bellos paisajes y sus fiestas más tradicionales.

Cabe destacar las magníficas fotografías de las iglesias románicas del Valle y de los idílicos rincones que se pueden encontrar en el Parque Nacional de Aigües Tortes

EDITORIAL EVEREST.



MAPA Y GUÍA EXCURSIONISTA VAL D'ARAN



Incluye una guía detallada de las principales excursiones que pueden hacerse en el Valle de Aran, núcleos de población y lugares de interés turístico, medios de transporte, hoteles,

campings, refugios y albergues rurales.

Mapa muy detallado de todo el Valle, a escala 1:40.000 y con una completa simbología.

EDITORIAL ALPINA.

LIBRERÍA
ERA LAUANETA
(BOSSOST)

Distribuidor oficial ALPINA

Tel. 973 64 71 29

AREA

GESTION INMOBILIARIA · SEGUROS
ADMINISTRACIÓN DE FINCAS

VIELHA - Oportunidad única. Se traspasa bar-restaurant, acondicionado y equipado. Zona céntrica. **102.173 €**

VIELHA - Oportunidad. Local comercial frente al Palacio de Hielo. 86 m². **87.625 €**

VIELHA - Oportunidad. Local comercial frente al Palacio de Hielo, de 80 m², por **81.400 €**

VIELHA - Local céntrico, totalmente acabado. Consúltelos.

VIELHA - Apartamento con 10 años de antigüedad. Acabados rústicos. En perfecto estado y totalmente equipado. 58 m². Balcón, 2 dormitorios dobles, salón-comedor con chimenea, cocina americana, baño completo, garaje y trastero. **150.253 €**

VIELHA - Apartamento de 80 m² para reformar. Con 3 habitaciones, 1 baño, 1 aseo, salón-comedor, cocina, soleado y con vistas. Gas propano. **114.193 €**

VIELHA - Ático duplex semi-nuevo, de 120 m². 3 dormitorios, 2 baños, salón-comedor, cocina americana, amueblado. Plaza de garaje. **189.319 €**

BETRÉN - Ático duplex en Edificio Privilege, de 85 m². Totalmente reformado. Salón-comedor, cocina, dos dormitorios, 1 baño y 1 aseo. Parte altillo-estudio con chimenea. **102.173 €**

GAUSAC - Espléndido apartamento de 128 m². 3 habitaciones dobles, 2 baños, office, salón con chimenea, comedor, cocina, 3 balcones, gas propano, 2 garajes, trastero. Totalmente equipado y amueblado. Excepcionales vistas. **231.390 €**

VILAC - Apartamento. Entrega Diciembre de este año. 100 m² útiles, salón-comedor con chimenea cerrada, cocina, office, 3 habitaciones, 2 baños completos, vestidor, garaje, 40 m² de terraza con vistas a Vielha. Orientación sur, con sol todo el día. Espectacular. **222.375 €**

VILAMÓS - Casa obra nueva de 145 m² útiles. Salón-comedor con chimenea, cocina, lavadero, 3 dormitorios, 1 baño y 2 aseos, garaje, terraza y jardín. **VISTAS, SOL, METROS, CALIDAD Y PRECIO.**

BEGÒS - Casas con terraza y jardín. Muy soleadas y con preciosas vistas al Aneto. 3 Hb., 2 baños, salón-comedor, cocina grande, garaje. Desde **204.344 €** ¡Reserve la suya!

BEGÒS - Ático duplex obra nueva, de 100 m². Sol todo el día y preciosas vistas al Aneto. **159.269 €**

ES BORDES - IMPECABLE. Casa pareada, con garaje, totalmente equipada y amueblada. 3 dormitorios, 2 baños, salón-comedor con chimenea, cocina americana y gas propano. **198.300 €**

APARTAMENTOS DE ALQUILER DE TEMPORADA. CONSULTE NUESTRA TARIFA. TOTALMENTE EQUIPADOS. PRONTO EN INTERNET.

CTRA. DE GAUSAC, 1 · EDIF. VAL D'ARAN · LOCAL 17 · 25530 VIELHA

TEL. 973 641 073 · FAX 973 641 654

E-MAIL: areagestioninmobiliaria@hotmail.com



VEHÍCULOS KM - 0 Y DE OCASIÓN

HONDA CIVIC 16 VTS Año 99	10.517 euros.
SEAT IBIZA TDI.110 Año 99	8.600 euros.
VOLKSWAGEN GOLF GTI Año 96	8.800 euros.
VOLKSWAGEN PASSAT TDI Año 96	8.700 euros.
SEAT IBIZA SDI Año 01	10.600 euros.
SEAT IBIZA 1,4 Año 02 A/A	11.000 euros.
SEAT CORDOBA TDI 90 Año 01	10.400 euros.
AUDI A4 V6 TDI Año 98	24.100 euros.
AUDI A6 TDI F.E. Año 98	26.100 euros.
AUDI A3 1,8 T F.E. Año 97	17.400 euros.
AUDI A3 TDI 110 Año 98	18.050 euros.

Folch, S.A.

Avda. Calbetó Barra, 3
VIELHA (Lleida)

Tel. 973 640 127 - 186

Tel.información ventas 650 379 906



**MODA
i
COMPLÈMENTS**

Plaça Coto Marzo, 2
25530 - VIELHA
Tel. 973 64 09 49



**RESTAURANTE
BAR**

A'QUEIMADA

COMIDAS CASERAS
MENU 7 €

c/ Las Closas, 11
Tel. 973 64 17 26
25530 VIELHA- Val d'Aran



SERVICE



**inmobiliaria
y
servicios
de
limpieza**



tel. 973 64 17 28



PAS D'ARRO, 48
25530 VIELHA

SPORTS **Yeti** S.L.
VENDA - TALLER - LLOGUER

TEL. 973 64 18 86

ALQUILER Y VENTA

CASAS ARANESAS
Y APARTAMENTOS
VALL D'ARAN

Anna Nicolàs

Ctra.de Gausac , 1 entlo.local 18
25530 - VIELHA - Lleida

Tel. y Fax - 973 64 15 02
Mòvil - 649 87 32 08

J. Delseny

ESPECIALIDAD EN
VINOS Y LICORES

ARTÍCULOS DE MIMBRE

San Jaime, 18
25550 BOSSÒST
Tel. 973 648 208



Nautic

Alta Ribagorça Aventura

WIND-SURF
VELA - DONUTS
ESQUÍ ACUÁTICO
PATINES A PEDALES
CANOA CANADIENSE
EXCURSIONES EN LANCHAS
DESCENSO DE BARRANCOS

608 63 56 59

973 69 00 65



e.mail: nauticribagorca@terra.es



CENTRO NAUTICO
EN EL

EMBALSE DE ESCALES
(PONT DE SUERT)

**TABACS
BOYA**

GRAN CAVA de CIGARS

HAVANA - R.DOMINICANA - HONDURES
CANARIAS - EQUADOR ETC...

SANT JAUME, 22
25540 LES (VAL D'ARAN)

TEL. 973 64 80 18 - FAX 973 64 71 06

**Novetats
Códina**

CONFECCIONS
GÈNERES DE PUNT
LLENCERIA

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



**TALLERES
SALPA, S.L.**
CHAPA Y PINTURA

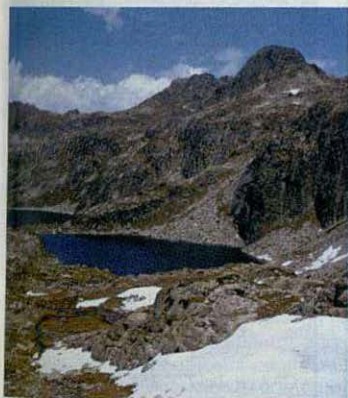
Zona Industrial Mijaran, nave 7
25530 - VIELHA (Val d'Aran)

Tel. 973 64 25 93
Fax 973 64 30 73

EL CIRCO DE SABOREDO



La Val de Ruda



Llac Naut de Saboredó

El circo de Saboredó está situado en la cabecera de la característica Val de Ruda, clásico ejemplo de valle glaciar por el que discurre el río Ruda, conocido también por el nombre de Garoneta de Ruda.

Junto al río, discurre una pista forestal que parte del pueblo de Tredòs y que nos llevará hasta el Pont de Locampo. Si bien recomendamos efectuar todo el camino a pie, también se puede llegar en vehículo 4 x 4 hasta este puente. A partir de este puente que atraviesa el río, podremos llegar en dos horas hasta el Refugio de Saboredó, situado a 2.310 m. de altitud.

El Refugio de Saboredó es la representación típica de un refugio de alta montaña y está situado en un entorno realmente espectacular, colgado sobre el Lac deth Miei. Desde allí, se pueden realizar interesantes ascensiones, entre las que cabe destacar la del Pic de Ratera, el Tuc de Saboredó o el Pic d'Amitges. Partiendo del refugio, también podremos acceder a los cercanos circos de Colomers y Gerber y hasta el propio Parque Nacional de Aigües Tortes i Llac de Sant Maurici.

Con una capacidad para 21 personas, el Refugio de Saboredó está gestionado por Josep y Begonia, ayudados también por Coral. Ellos os podrán dar cualquier tipo de información, tanto sobre temas relacionados con el refugio, como de excursiones a realizar por aquella zona.

En el circo lacustre de Saboredó, podremos observar hasta 12 lagos. Los más importantes son: Lac de Baish, Lac deth Miei, Lac Naut, Lac Major, Lac Naut de Saboredó y el Lac Glaçat, que es en donde, según nuestra opinión, nace el verdadero río Garona. Esta opinión, contrasta con la versión de que este río tiene su nacimiento en los Uelhs deth Garona, en el Pla de Beret.

Artículo facilitado por Aleix Saura, de CAMINS (Val d'Aran) – Guía interpretador del Parque Nacional



Montaña - Barrancos - Rafting

Camins

**Guías Oficiales
del Parque
Nacional**

Senderismo y Rutas Culturales

TREKKING EN EL PARQUE NACIONAL · CARROS DE FUEGO

Avda. Pas d'Arrò, 5 bajos · 25530 VIELHA · Telf. 973 64 24 44 · Fax 973 64 24 97
E-mail: caminsguiaspirineo @retemail .es · OFICINA BAQUEIRA 1500: Hotel Montarto · Telf. 973 63 90 01



ARAN SERVICE

INMOBILIARIA
Y
SERVICIOS DE LIMPIEZA

VIELHA - Duplex con 3-4 dormitorios, 2 baños. Parking. Gran suite. 170 m². 239.804 euros. 39.900.000 ptas.

VIELHA - En Rotonda. Apartamento 3 dormitorios, 2 baños, calefacción central. 130 m². 157.766 euros. 26.250.000 ptas.

BETRÉN - Apartamento de 3 dormitorios. Baño. Aseo con ducha. Amueblado. Capacidad para 10 personas. 82 m². 106.680 euros. 17.750.000 ptas.

ES BORDES - Casa típica aranesa de 160 m². Con espacioso jardín de 320 m². 240.404 euros. 40.000.000 ptas.

GARÓS - Casa con jardín, 4 dormitorios, 2 baños, aseo. Garaje individual. 300.560 euros. 50.000.000 ptas.

SALARDÚ - Apartamento de 3 dormitorios. 1 baño. Aseo con ducha. Plaza de parking y jardín. 192.324 euros. 32.000.000 ptas.

TREDÓS - Vivienda con 4 dormitorios, 2 baños y jardín. 264.445 euros. 44.000.000 ptas.

VILAC - FINAL DE PROMOCIÓN. 3 ÚLTIMAS CASAS ARANESAS. De 125 m², con garaje y jardín. Entrega 31 Julio 2002. Desde 182.707 euros. 30.400.000 ptas.

LOCALES Y NEGOCIOS EN VENTA

VIELHA - Local en Av. Pas d'Arró, todo montado y con almacén 81.139 euros. 13.500.000 ptas.

SU INMOBILIARIA EN EL VALLE DE ARAN

El mayor catálogo de ofertas del Valle

ARAN SERVICE

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



VOLTARAN QUADS

INFANTIL - ADULTOS

BETRÉN
Val d'Aran
676 30 53 20

DECORACIONES LAVALL S.L.

PINTURA
DECORATIVA
Y
PARQUETS

C/ Arnals, 7 · 25530 - VIELHA
Tel. 649 873 146

perfumeria
aran

Tel. 973 64 32 07
Plaça COTO MARZO, 3
(Darrera l'Església)
25530 VIELHA - VAL D'ARAN

PROVINCIA RECONQUISTADA Y CONSOLIDADA (2)

Fue en el año 1149 cuando Lleida cayó en manos de los condes cristianos. La reconquista de la tierras de la Catalunya Nova fue muy lenta y en ella tuvieron parte importante diversos caballeros cristianos, como Arnau Mir de Tost, el vizconde de Ager o los obispos de Roda y de Urgell, al igual que varias familias nobles que atesoraron riquezas y honores por méritos de guerra y que fueron las antecesoras de la futura nobleza del occidente catalán: Anglesola, Erill, Mur, Montcada, Cabrera etc...

Otra dinastía que tomó parte en la reconquista de las tierras leridanas fue la de los poderosos Condes de Urgell, que residían en el castillo Formós de Balaguer.

En el norte de la provincia, los condados de Pallars y Ribagorza, sembraron sus dominios de bellos ejemplos de arquitectura religiosa románica, cuya muestra más representativa la encontramos en el conjunto de iglesias de la Vall de Bohí. También durante este período, aislados por altas cumbres infranqueables durante todo el invierno, los habitantes de Aran edificaron bellos templos románicos e hicieron su vida estrechamente vinculados a sus hermanos gascones.

Durante la Edad Media prosperaron pueblos como Agramunt, Tárrega, La Seo d'Urgell, Cervera, Balaguer... algunos de ellos gobernados por el peculiar régimen de paería que hoy aún se conserva en la ciudad de Lleida.



La Seu Vella - Año 1920

Fueron pasando los siglos y la provincia se iba consolidando y enraizando. La agricultura en el llano y la ganadería en las montañas fueron los pilares que sustentaron la economía de las comarcas leridanas.

El sistema de gobierno por paerías fue abolido por Felipe V, el cual también eliminó de la capital dos figuras fundamentales: La Seu Vella, convertida en cuartel militar (Ver foto) y la Universidad o Estudi General que fue trasladada a Cervera. Lleida, la ciudad de los veinte sitios y la que siempre estuvo en primera línea de fuego, dejaría de ser, durante años, la capital de la Terra Ferma.

Siglos más tarde, Napoleón dividiría nuevamente la demarcación que había entonces, en dos territorios: las comarcas montañosas, que serían integradas en el Departamento del Segre, con capital en Puigcerdá, y Lleida, que sería la capital de Les Boques del Ebre, un nuevo Departamento que llegaría hasta el delta del río.

Crucientos sucesos bélicos posteriores tendrían lugar en escenarios provinciales. Ciudades como La Seu d'Urgell o Solsona jugarían un papel preponderante en las sucesivas guerras carlistas.

Y es así, después de innumerables avatares históricos, como llegamos hasta nuestros días. Durante dos capítulos hemos explicado, muy por encima, un poco de la historia de nuestra provincia y a partir de ahora queremos mostraros como se vivía hace unos cuantos años en las comarcas leridanas. El fin que perseguimos desde estos sencillos capítulos, es mostrar al lector como era la provincia de Lleida desde finales del Siglo XIX hasta mediados del Siglo XX. Para nuestros abuelos y, como no, también para nosotros, puede ser bonito ver como vivieron nuestros más recientes antepasados.

Fotos y resumen de El Llibre d'Or de Catalunya-El Periódico



Era Immobiliària

COMPRA - VENTA - ALQUILER



Ultimos apartamentos
y pisos en venta
"Obra nueva"

Dinamismo actual
con el buen hacer
de siempre

Av. Pas d'Arró, 25 - 25530 VIELHA
Tel. 973 64 30 55 - Fax 973 64 30 36 - Móvil 649 475 253

basteret
restaurant

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



Habitat Espacis

Asesoría y gestión inmobiliaria

Plaça deth Coto Marçó, 3 · 25530 VIELHA (detrás iglesia)

Tels. 973 64 26 25 · Fax 973 64 30 82

www.aranweb.com/habitat · E-mail: habitat@aranweb.com

Pla de Benós



5 Únicas Viviendas.

Plata de apartamentos de 2 ó 3 dormitorios

Acabados de primera calidad

VISTAS PANORÁMICAS

PROMOCIONES DE OBRA NUEVA EN TODO EL VALLE DE ARAN

EDIFICI
GARONA



Pisos de 3 y 4 dormitorios.

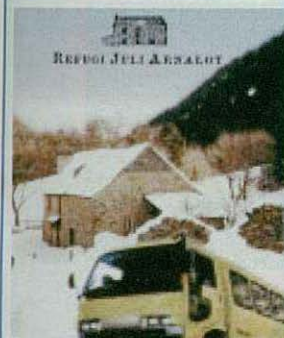
Espaciosos y muy luminosos. En el centro de Vielha

CALIDAD DE VIDA

Solicite nuestro dossier : " Vivir y disfrutar en Aran "



CARRER MAJOR, 3
25599 - ARTIES
TEL. 973 64 43 64
FAX 973 64 2174



REFUGI JULI ARNALOT

EXCURSIONS TA MONTGARRI
CARNS A LA BRASA

Informacion e reserves:
REFUGI JULI ARNALOT
Aubiatge de Marimanya-Montgarri
25598 - NAUT ARAU

Tel. 608 99 84 36

PAU MONTES
Taller de enmarcación
Sala de Exposiciones



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

PYRÉNÉES MOTOCULTURE et CYCLE Eric BALSARIN



ISEKI-VIKING-HONDA-STIHL-JOHN DEERE-HUSQVARNA

Venta y reparación de motocultores y bicicletas



44, Avenue Polignan
31210 - GOURDAN POLIGNAN
(Antes de llegar a Montréjeau)
Tel./Fax - 00 33 561 958 143

Abierto toda la semana, excepto martes y domingos,
de 9 a 12 y de 14 a 18 h.



**NEUMÁTICOS
DE OCASIÓN,
RECAUCHUTADOS,
NUEVOS**

Lunes a viernes de 9 a 12 y de 14 a 19 h.
Sábados de 9 a 12 h.

31510 - ORE (FRANCIA)
Después de Saint Beat

Tel. 00 33 5 61 79 72 20



Grup.  **KÖMMERLING**

VENTANAS Y PUERTAS

**Sistemas en PVC, aluminio de
rotura PT y mixtas de
aluminio - madera**

Fabricación propia e instalación

TOLDOS, para ventanas y terrazas

TALLERS SUILS S.L.

c/ dels Gessers, 4

c/ Camp de la Vila, 10

25520 - EL PONT DE SUERT

Tel/Fax 973 690 270

659 474 028



il casone

PIZZERIA - RESTAURANTE

SALARDÚ - Val d'Aran

Tel. 973 64 40 55



casa

**Más de 100.000 ideas para regalo
Decoración de interiores
Vajillas-Textil hogar-Muebles-Menaje**

Abierto de 9,30 a 12,30 y de 14,30 a 19,30 h.
Cerrado lunes mañana
Jueves y sábado abierto el mediodía

**Estamos en el centro de la ciudad
46, rue de la République
31800 - SAINT GAUDENS
Tel. 00 33 562 003 661**



LUCHON

23, 24 et 25 Août 2002



05 61 79 21 21



CLM de l'espace



DAUPHIN



ES PIRENÈUS



PRESENTS
CERAMICA
JOGUETS

Passeig dera Libertat, 19
25530 - VIELHA (Val d'Aran)
Tel. 973 64 04 73

Restaurant Montgarri Pizzeria

Edefici Torre Campalios
BAQUEIRA - BERET
tel. 973 64 50 55



Restaurant Era Cova

Tel. 973 648 209

Paseo Eduard Aunès, 24
25550 BOSSÒST



Restaurant

Cal Manel

Ctra. Nacional de Vielha a Francia, km.7
25537 PONT D'ARROS (Val d'Aran - Lleida)

Tel. 973 64 11 68

Forn de Pa
Xarcuteria



C/ Píot, 8
Tel. 973 64 82 67
BOSSÒST (Lleida)

Flena

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



CORTINAS MAGATZEMS SANT JORDI

- PRESUPUESTOS A DOMICILIO
- DISEÑO Y CONFECCIÓN PROPIOS
- ESPECIALISTAS EN:

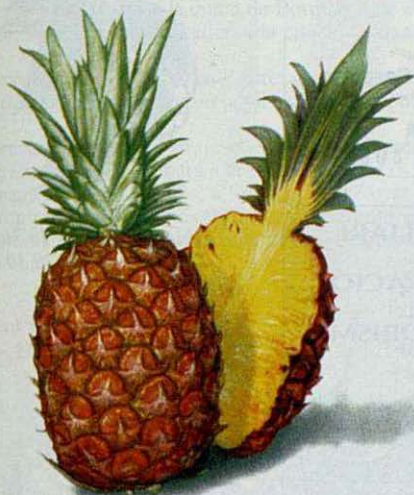
CORTINAS, VISILLOS, TAPICERÍAS Y MOQUETAS

C/ Penedés, 85
25005 - LLEIDA (Balafia)

Tel. 973 24 99 50
Fax 973 24 99 54

LA PIÑA AMERICANA, NÉCTAR TROPICAL

Fue Cristóbal Colón quien descubrió la piña, cuando desembarcó en la isla caribeña de Guadalupe. Más adelante, los conquistadores también la encontrarían en otras regiones del trópico americano. Por su semejanza con el fruto del pino, le llamaron piña americana, aunque también es conocida por el nombre de ananás, palabra derivada del vocablo *naná*, que en lengua guaraní significa aromático.



La piña no es exactamente un fruto, sino la unión de muchas bayas, coronadas por un penacho de hojas verdes, duras y con dientecitos en los bordes. Las primeras piñas americanas que se enviaron a la Península habían sido destinadas para que el Emperador Carlos V las probara, pero llegaron en tan lamentable estado, que el soberano no tuvo el coraje de gustarlas.

Debido a su fragilidad, estuvieron ausentes de los mercados europeos hasta comienzos del siglo XX, cuando en la isla de Hawái, empezaron a servir las en conserva.

Pese al aspecto disuasorio de su coraza, es un fruto de gran aceptación, debido a lo dulce, sabrosa y perfumada que es su carne. Debe partirse siempre a lo largo, como un melón, ya que el azúcar se concentra en la base central. La piña americana, además de un agradable sabor, aporta una gran abundancia de azúcares y vitaminas, ya que al natural contiene unas 50 calorías por cada 100 gramos y si se consume en conserva, con almíbar, 87 calorías cada 100 gramos.

Para asegurarnos en el mercado de que escogemos una buena piña americana, deberemos seleccionarla con la corteza lo más fina posible, con las escamas redondeadas y sin manchas oscuras. Otra buena y segura pista, es olerla. Si desprende un agradable perfume, la piña estará con toda seguridad bien madura.

En la actualidad, es cultivada en todos los países cálidos del globo y de su infrutescencia, se saca un licor que es altamente diurético y calma las náuseas.



ALQUILER-VENTA-REPARACIÓN
BOTAS A MEDIDA-GUARDA ESQUÍS

Urbaniz. Tanau - Cota 1700
BAQUEIRA BERET

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



"Era Lauaneta"

LIBRERÍA - PAPELERÍA - PRENSA

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



REFUGI SANT NICOLAU

BOCA SUD DEL TÚNEL
DE VIELHA

Tel. 973 69 70 52
Mòvil 619 97 72 64

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



ART i
DISSENY

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)



PEÑA

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

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

PELUQUERÍA
Es Auets



C/ Piedad, 4 25550 BOSSÒST Tels. 973 64 81 42

**ETH
BURÈU**

FISCAL - LABORAL - CONTABLE
ADMINISTRACIÓN DE FINCAS

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



**ANUNCIAT
A LA REVISTA DE LA VALL**

PERE II, UN CAVALLER D'HONOR

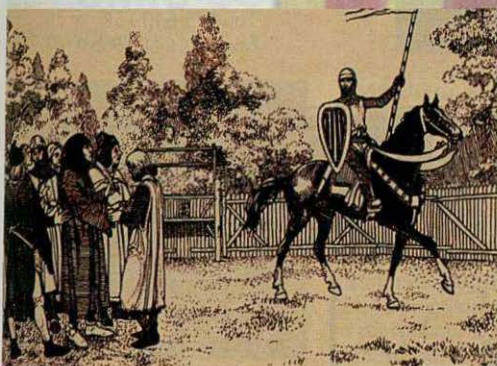
A més de Sicília, també Nàpols s'havia revoltat contra el francès i el rei Pere dona ajut a la seva demanda. Carles d'Anjou tem l'exèrcit català i el seu coratge i vol trobar-li el punt feble al nostre rei. Vol apel·lar al seu honor de cavaller, sabedor que en Pere no s'hi negarà a un duel i així desviar-li l'atenció del camp de batalla.

Uns enviats d'Anjou, arriben al camp del rei Pere II, amb una incitadora tramesa de part de Carles, el seu amo. Venen a desafiar en Pere amb to provocador i el rei accepta el desafiament. És pactat un combat entre els dos sobirans, que tindrà lloc a la ciutat de Bordeus, que és neutral, ja que pertany al rei d'Anglaterra. Cada contrincant s'hi presentarà amb cent cavallers i la citació és fixada pel primer de Juny de l'any 1283. Pere II, signa i rubrica.

Les tropes almogàvers passen l'estret de Messina i penetren fins Calàbria. Avancen victòria rera victòria, mentre en Carles d'Anjou va preparant la vil estratagema i deixa com lloctinent del seu exèrcit al seu fill, Carles de Salern.

A Bordeus, ja estan preparant el combat i aixequen el clos, les tarimes i tots els pavellons. El d'Anjou sap que el rei de Catalunya no arribarà a la cita de l'honor i s'hi arriba, serà fet presoner.

Per manament del rei francès, a Navarra li és barrat el pas al rei Pere II. El monarca català sap que a Bordeus hi ha concentrat un poderós exèrcit per tal de empresonar-lo tan bon punt es presentés. El camp és emboscats. El cavaller sent compromesa la seva honra i el temps corre més que no pas ell. El seu temor és no poder-hi arribar a temps.



Pere II, al camp de l'honor

El francès es refia i creu també que en Pere no hi arribarà a temps i que, en el camp de l'honor, no hi serà hissada la bandera catalana sinó sols la vergonya i la covardia del seu rei. Carles d'Anjou està tan segur de que els catalans no hi seran presents, que no s'apropa al camp de l'honor.

Però el dia del combat, el senescal de Bordeus rep un missatger de Catalunya que li diu que el rei Pere és disposat a entrar en lliça amb el d'Anjou, sempre i quant el senescal li'n doni garanties. El senescal les hi ha negades. Llavors el cavaller, amb l'escut català, recorre amb baronía el palenc de l'honor, la llança enlaire, brocant el seu cavall amb gest reial. Tothom queda confós quan el genet es descobreix la faç: ell és el rei Pere el Gran, de Catalunya i Aragó, i li exigeix que aixequi carta testimonial de la seva compareixença al combat en la data fixada i que en Carles d'Anjou no hi és present, mancant a la paraula i fent-se enrera del repte.

Pere II havia burlat audaçment totes les guàrdies i l'exèrcit francès. Ara, salvat el seu honor, s'allunya dins les ombres del capvespre i torna a Aragó, vorejant la ratlla de Navarra.

ALFONSO NUÑEZ

Pintura en General

Grupo Ricardo Abadía, nº 11
25530 - VIELHA - Lleida

Tel. 696.59.68.86



M. Restaurant Saburedó
TREDOS

C/ Mayor, s/n. Tel. 973.64.50.89
25598 TREDOS - Valle de Arán - LLEIDA



Vidres Viola

ACRISTALAMIENTOS - PERSIANAS
CARPINTERIA DE ALUMINIO
MAMPARAS DE BAÑO

Avda. Maladeta, 19

25530 - VIELHA

Tel. 973 64 02 89

Fax 973 64 32 12

<http://www.vidresviola.es>

E-mail: vidresviola @ vidresviola.es



C.O.N.S.V.L

**PENSIÓ
MONTARTO**



Ctra. a Baquèira - Beret s/n

25599 - ARTIES - Val d'Aran

Tel. i Fax: 973 64 08 03



**Carmen
CAUBET**

DECORACIÓN

PROYECTOS DE DECORACIÓN
TAPICERIAS
OBJETOS DE REGALO

Passeig dera Libertat, 18

25530 Vielha

Tel. 973 640 157

Fax: 973 641 758

MERCASTELLÓ, S.L.

DISTRIBUIDOR OFICIAL DE

CAMPINGAZ



NOU RUBIO



PERFUMS · REGALS · ULLERES DE SOL

c/ Sant Roc, 1
25550 - BOSSÒST
Val d'Aran
Tel. 973 64 70 57



VINS I LICORS

c/ deth Lup, 7
25550 - BOSSÒST
Val d'Aran
Tel. 973 64 73 51

**Supermercat
ETH GRAUER**



• Vins i licors

• Pernils i embotits



• Especialitat en productes del país

c/ Eduard Aunòs, 18
25550 - BOSSÒST
Val d'Aran
Tel. 973 64 73 36



EL FRESNO

Fraxinus Excelsior

Bonito árbol caducifolio, que puede llegar hasta los 35 m. de altura. Su corteza es de color gris y lisa cuando el árbol es joven, aunque con los años, se va agrietando. Las hojas del fresno son opuestas, compuestas e imparipinnadas, con 8 a 12 foliolos de forma lanceolada y con el margen aserrado.

Es una especie polígamo-dioica con flores agrupadas en panículas cortas, que carecen de cáliz y corola y que tienen dos estambres con anteras de color púrpura. El pistilo es de estigma bifurcado.

Los frutos tienen forma de sámara alargada, con una longitud de 2 a 5 cm. Son verdes al principio y amarillentos en su madurez. Florecen en primavera y maduran en otoño.

El fresno no tiene predilección por un suelo determinado, aunque agradece que éste sea profundo, fresco y muy fértil. Es un árbol que suele estar en valles profundos y umbríos y cerca de los cursos de agua. Es fácil encontrarlo en el Pirineo sobre todo en su vertiente norte o de clima atlántico, como el Valle de Aran ya que es una especie que resiste muy bien el frío.



EL ZORRO COMÚN

Vulpes vulpes



Mamífero de la familia de los cánidos, es el animal carnívoro más numeroso de Europa. Puede llegar a habitar hasta 3.000 m. de altitud.

Es un animal de aspecto perruno, con el hocico y las orejas puntiagudos, de patas cortas y con la cola larga y muy poblada. Su dorso es rojizo y el vientre blanquecino. Mide de 100 a 110 cm., su peso oscila entre los 5 y 6 kg. y tiene una longevidad de 10 a 12 años.

Habita en sotos de río, bosques, algunos parques y últimamente se han detectado madrigueras cerca de los vertederos. Es en primavera cuando se reproduce. Después de un período de gestación de 51 a 54 días, la hembra pare de 3 a 9 crías, que abren los ojos a los 12 - 15 días.

Es un animal bastante solitario, aunque también puede vivir en parejas. Se alimenta de pequeños roedores, aves de corral, caracoles, desperdicios en general e incluso frutos.

Como dato curioso, en las ciudades británicas, con el fin de erradicar el exceso de gatos, la gente alimenta a los zorros, para que peleen con ellos y los ahuyenten. A veces, incluso llegan a matarlos.

Bar - Restaurant

Casa Manolo

Mesón Típico



Tel. 973 64 00 39 25538 GAUSAC (VAL D'ARAN)

Tel. 973 64 17 52 25530 VIELHA (VAL D'ARAN)

**Anuncia't
a
TOT ARAN**

Souvenirs MONTLUDE

JOIERIA
RELOTJERIA
MARROQUINERIA
OBJECTES DE REGAL

Grauer Eduard Aunòs, 16
25550 - BOSSÒST (Val d'Aran)
Tel. 973 64 80 81



tras-tros

Roba - Sabates
Regals - Gormanderies

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

PROMOCIONES

SUCAONS, S. L.

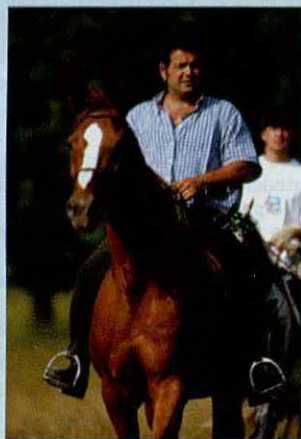
Tel. 973 64 10 53
Tel. 669 70 17 33

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

Ferretería AGUILERA

Droguería - Menaje

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



¡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

(a 200 m de Vielha)
VIELHA

MRW

902 300 400
www.mrw.es

Av. Maladeta, 14
(La Solana)
25530 Vielha
Tel. 973 641 252
Fax 973 642 140

**NUEVA
GERENCIA
Y NUEVA
DIRECCIÓN**

TAXI BENJAMÍN MOLES

5 y 7 plazas
24 horas



Tel. 973 64 82 42
973 64 70 27
Móvil 608 93 89 57



Hotel Llacreu

Tel. 973 644 222 · Fax 973 644 243

SALARDÚ
(Val d'Aran - Lleida)



HOTEL

PETIT LLACREU

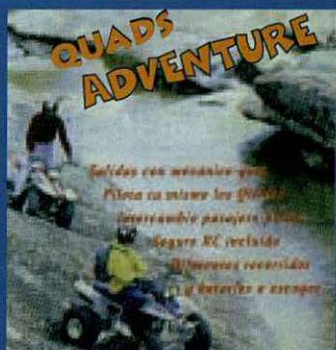
Tel. 973 644 142 · Fax 973 644 243

MOTOR SPORT

DESCUBRE LA VAL D'ARAN
Y ALREDEDORES, EN QUAD

Avda. Garona, s/n - local 11
(Frente Palacio de Hielo)
25530 - VIELHA

TEL. 973 641 299
606 353 382



HOTEL ARAN

* *

PASTISSERIA ETH BREÇ
LLIBRERIA RUDA

Avda. Castiero, 5
25530 - VIELHA
Tel. 973 64 00 50
Fax 973 64 00 53



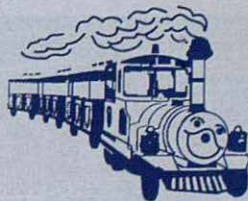
ARTIGANÉ

Restaurante
"Casa Emilio"

25537 - PONT D'ARRÒS
(VAL D'ARAN)

Tel. 973 64 09 46
Móvil. 629 26 67 70
Desde Francia. 00 34 973 64 09 46

Tren Turístico Luchon



7 días sobre 7
Salida del Parque Termal
Del 1 de Abril al 11 de Noviembre
Visitas comentadas
Tel. 00 33 615 06 39 61

Tot ARAN 37

COCINAR EN CASA

GAZPACHO A LA HIERBABUENA

Ingredientes (para 6 personas):

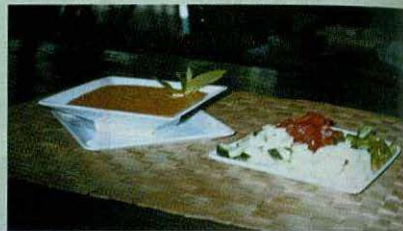
6 tomates muy maduros.	10 granos de comino.
1 pepino mediano.	5 hojas de hierbabuena.
1 pimienta mediano verde.	100 gr. de pan.
1 cebolla.	Sal y aceite de oliva virgen.
2 dientes de ajo.	1 vasito de agua.

1- Trocear todos los ingredientes y colocarlos en un recipiente dentro el frigorífico, durante 24 horas.

2- Triturarlos con una batidora y servirlo dentro de un bol, muy frío.

3- Para acompañar el gazpacho, colocar en una bandeja aparte, unas hojas de hierbabuena y tomate, pepino, pimienta, cebolla y pan, bien picaditos.

Receta facilitada por el Restaurante TASTETS,



TRUCHA MEUNIER (A LA MOLINERA)

Ingredientes para cada ración:

1 trucha mediana.	Harina
1 limón.	50 gr. de mantequilla.
Sal.	

1- Limpiar la trucha y separar con cuidado los dos lomos.

2- En una sartén, calentar la mantequilla. Salar los lomos de trucha y pasarlos por harina.

3- Cuando la mantequilla esté caliente, dorar en ella los lomos y añadir encima el zumo de un limón. Dejar

cocer la salsa resultante, hasta que ligue y coja un color avellana.

4- Poner la trucha en un plato, colar la salsa previamente y echarla por encima del pescado.

La trucha puede acompañarse con cualquier verdura, frita o cocida, al gusto.

Receta facilitada por el Restaurante TASTETS, de Baqueira.

La Fonda
de'n Pep

Restaurant



Codina Aranesa e
Catalana

Avda. Pas d'Arró, 52 - Tel. 973 64 26 54 - VIELHA

Conde
Russell

Apartamentos - Alquiler

Casa antigua aranesa
Muy especial
Paz, silencio, sin T.V.

Val d'Aran

608 44 29 81

658 95 38 41



HELADO CASERO DE MANGO CON FRUTOS DEL BOSQUE

Ingredientes:

- 2 mangos maduros.
- ½ litro de nata para montar.
- 50 gr. de azúcar.
- 100 gr. de frutos del bosque



1-Pelar los mangos y partarlos por la mitad, para quitarles el hueso. Reservar medio mango.

2-En una batidora potente, triturar el mango junto con un poco de agua, hasta conseguir un puré. Semi - montar aparte la nata, añadirla al puré anterior y mezclarlo bien.

3-Verter en un molde de pudín la mezcla anterior y trocear el medio mango que teníamos reservado, colocándolo entremedio de la mezcla. Dejar en el congelador durante doce horas.

4-Para preparar la mermelada de frutos del bosque, cocer los frutos con el azúcar durante 20 minutos, triturar con una batidora y dejar enfriar.

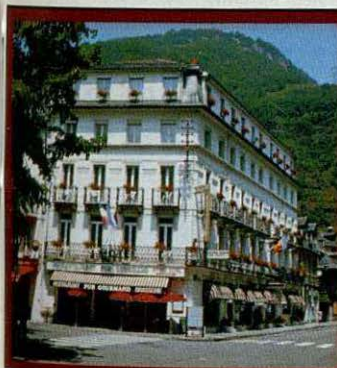
Servir el helado cortado, sobre un poco de mermelada.

Receta facilitada por el Restaurante TASTETS, de Baqueira.



TASTETS

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



hôtél
Panoramic

6, Avenue Carnot
 31110 LUCHON (FRANCIA)
 Tel. 00 33 5 61 79 30 90
 Fax 00 33 5 61 79 32 8
 hotel.panoramic@wanadoo.fr
 www.hotelpanoramic.fr

Desayuno con buffet libre
 Parking cerrado
 Abierto todo el año
 Se habla español

Hotel situado en el centro de Luchon,
 a 40 km de Baqueira-Beret y
 cerca de las pistas de esquí de
 Superdagnères y Peyragudes,
 en los Pirineos franceses.



Barrachina, S.C.
 TABLEROS • FERRETERIA • MADERAS

Partida Rufeá, 65 - 25194 LLEIDA
 Tel. 973 26 39 00 (4 líneas) FAX 973 26 76 74

Revestimientos
Máquinas
Barnices
Parquets



Hotel Restaurante Garona

* *

SALA REFRIGERADA

Tel. 973 648246 - Fax 973 647001

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

EXCAVACIONES OBRAS
Y SERVICIOS DEL PIRINEO S.L



Ctra.Francia s/n
25550 BOSSÒST

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



Floristeria
Florstil

Av.Pas d'Arro, 23-C
25530 VIELHA
Val d'Aran (Lleida)
Tel. i fax 973 640 188
Mòbil 699 771 944
florstil @ interflora.es

Servicio
Interflora



CCV INFORMATICA

Hardware - Software - Internet - Formacion - Consumibles

E-mail: ccvinformatica@aranweb.com
www.aranweb.com

Aneto, 7 A Local 3
25530 Vielha (Lleida)

Tlf. 973 64 12 88

Fax 973 64 07 05

COMERCIAL M. Y M.

PROFESIONALES DEL HOGAR

¡ NOVEDAD !
GRAN SURTIDO
EN FERRATERIA

CARPINTERÍA METÁLICA y DE PVC
FONTANERÍA
LÁPIDAS FUNERARIAS
FERRATERÍA

MUEBLES DE COCINA
BAÑOS Y SANITARIOS
REVESTIMIENTOS
PAVIMENTOS



Pol. Industrial Mijaran, Nave 6 - 25530 - VIELHA (Lleida) - Tel./Fax 973 64 19 68 maneromelero @ jazzfree.com

La Primitiva

ESTANC CONSVL

C

Ctra. a Baquëira - Beret s/n
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

PEDARRÓS

ESPECIALITAT EN
PATÉ ARANÉS

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

SERVI PIENSOS GARCIA



JARDINERÍA Y MANTENIMIENTO
DE COMUNIDADES, TODO EL AÑO



Ctra. Gausac, 21 B 25530 VIELHA
Tel. - Fax 973 64 02 36 Móvil 669 277 912


9,30 a 14 h.
17,15 a 21 h.
de lunes a sábado

MURAL GAS

CALEFACCIÓN
AIRE ACONDICIONADO
AGUA
GAS
ELECTRICIDAD
ENERGÍA SOLAR

INSTALADOR AUTORIZADO
EN TODAS LAS
ESPECIALIDADES

Tel. 660 92 10 53

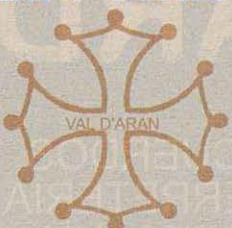



CLINICA VETERINARIA VIDAL

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

JOAN BERDIÉ TAXI 7 PLAZAS

TEL. 619 791 507

VISA

Bar Cafeteria

Fixa-t'hi



DESAYUNOS TAPAS

Avda. Maladeta, 8
25530 - VIELHA
Tel. 973 64 24 59

CARPINTERIA - EBANISTERIA



*Restauración del
Mueble Antiguo*

Julio Penetró

*C / dera Glèisa, 29
25550 Bossòst*

*Tel. y Fax : 973 64 81 87
Mòvil 677 59 56 81*



MUEBLES
Y
DECORACIÓN

Carretera Baqueira a Beret Km. 1,5
BAQUEIRÀ - VALL D'ARAN
Tel. 669 70 18 75
LLEIDA

ROCARD

REGALOS Y RECUERDOS
JARDINERÍA Y FERRETERÍA
CERÁMICA Y ARTESANÍA

Ctra.de Francia s/n 25540 - LES (Val d'Aran)
Tel. 973 64 80 53 - Fax 973 64 72 69
E.mail: rocard @ arrakis.es

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**

Carnicería Ordóñez



**ELABORACIÓN PROPIA DE
EMBUTIDOS Y PATÉS
DEL VALLE DE ARAN**

Ctra.del Túnel s/n Tel. 973 64 00 38
25530 - VIELHA Fax 973 64 24 74
e.mail: zenodro123 @ terra.es

ARAN ELECTRIC



MATERIAL ELÈCTRIC
CÒPIES DE CLAUS
COMPLEMENTES FERRETERIA
REPARACIONS ELÈCTRIQUES

Ctra. de Gausac, local 1
25530 VIELHA
Tel.: 973 64 18 49

LA LOCOMOTORA DE VAPOR

Fue en el año 1804 cuando el inglés Richard Trevithick ensayó con la primera locomotora eficiente, totalmente movida por vapor. Hasta entonces, los vagones utilizados para el transporte de minerales o mercancías eran arrastrados por caballos o por personas. El nuevo artilugio de Trevithick logró transportar a 70 personas durante un recorrido de 16 km.

Otro británico, George Stephenson, pronto comprendió la importancia de este descubrimiento y de lo vital que podría ser este nuevo medio de transporte y por ello estableció en 1823, junto con su hijo Robert, los primeros talleres destinados a la comercialización de locomotoras a vapor. Fue en el año 1829 cuando George y Robert Stephenson fabricaron la legendaria locomotora Rocket, que llegó a alcanzar los 47 km/hora.

Los primeros raíles que se fabricaron eran de hierro fundido, pero se constató que eran poco seguros, ya que se partían con facilidad. Fue en 1870 cuando se empezaron a fabricar en acero, un material mucho más resistente.

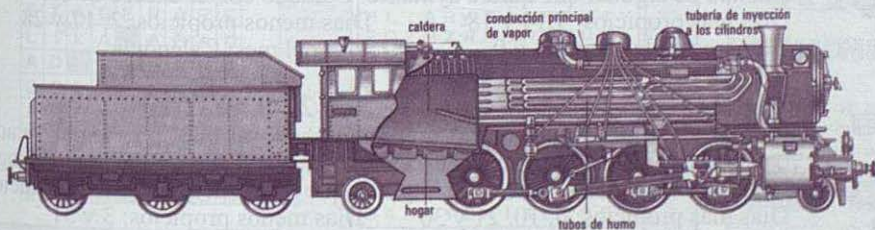
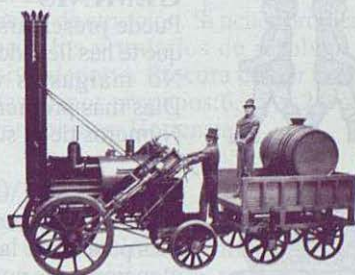
Las últimas locomotoras a vapor que se fabricaron, estaban formadas por dos partes principales unidas entre sí por una articulación. El tender, situado en la parte posterior, llevaba el combustible y el agua necesarios para alimentar a la locomotora durante su trayecto. En el bastidor principal, la locomotora propiamente dicha, había la cabina, el hogar y la caldera de vapor.

En este tipo de locomotoras, el vapor era generado en la caldera tubular horizontal, utilizando primeramente leña y después carbón mineral y aceite pesado como combustible. El vapor, a través de unas válvulas de distribución, accionaba los émbolos de unos cilindros que, mediante un mecanismo de biela y manivela ponía en marcha las ruedas motrices, que hacían mover la locomotora. La velocidad se controlaba mediante una válvula de regulación que permitía la entrada de vapor en el cilindro y también por otra válvula de distribución que regulaba la cantidad y el sentido de entrada de vapor. Esta última válvula permitía dar marcha atrás a la locomotora.

Las nuevas técnicas permitieron ir dejando en el olvido a la locomotora de vapor. Las nuevas máquinas Diesel y después las locomotoras eléctricas revolucionaron de tal manera el transporte por ferrocarril, que las viejas locomotoras a vapor quedaron olvidadas en viejos depósitos. Las pocas que todavía funcionan, se utilizan con fines turísticos.

Hoy en día hablamos de trenes que sobrepasan velocidades de 500 km/h. y de otros que se desplazan por monorraíles, siempre controlados por sofisticados sistemas informatizados. Hablamos de convoyes de mercancías, con tracción de seis locomotoras que arrastran hasta 500 vagones de carbón. Un convoy que puede llegar a medir hasta 6 km. de longitud.

Si Trevithick y los Stephenson levantarán la cabeza.....





ARIES

Tus familiares jugarán un rol muy positivo en todos tus asuntos en los que intervengan. Es un buen momento para pedirles favores. No es un buen mes para arriesgar en asuntos del corazón. Se prudente.

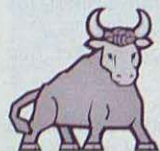
Días más propicios: 5, 10, 11 y 26

Números de la suerte: 4 y 7

Del 21/3 al 20/4

Días menos propicios: 8, 14 y 29

Flor del mes: Clavel



TAURO

Tendrás suerte en las relaciones con los demás. Tu imagen saldrá reforzada en casi todo lo que hagas, así que toma iniciativas. No desesperes si no encuentras tu ubicación profesional definitiva. Buen mes para viajar.

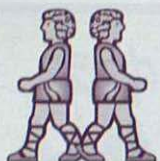
Días más propicios: 6, 8 y 15

Números de la suerte: 2 y 9

Del 21/4 al 20/5

Días menos propicios: 9 y 24

Flor del mes: Crisantemo



GÉMINIS

Puede presentarse la oportunidad de equilibrar la balanza en las relaciones en que te has llevado la mejor parte. Ve con cuidado en tomar decisiones arriesgadas. No malgastes esfuerzos en intentar que te comprendan tus amigos.

Días más propicios: 7 y 23

Números de la suerte: 0 y 6

Del 21/5 al 21/6

Días menos propicios: 8, 15, 21 y 29

Flor del mes: Verbena



CÁNCER

Alguien podría utilizarte para implicarte en sus proyectos. También es un buen mes para limar las diferencias con tus socios o con tus superiores. Presta especial atención a las comidas copiosas. No abuses del alcohol.

Días más propicios: 4, 11 y 25

Números de la suerte: 1 y 5

Del 22/6 al 22/7

Días menos propicios: 6, 14 y 20

Flor del mes: Laurel



LEO

Las circunstancias habrán de facilitarte que encuentres gente afín, sobre todo en el plano amoroso. Muévete fuera de tu ambiente habitual y encontrarás posiblemente a una persona que te influenciará positivamente.

Días más propicios: 8 y 19

Números de la suerte: 6 y 1

Del 23/7 al 22/8

Días menos propicios: 1, 9, 13 y 22

Flor del mes: Pensamiento



VIRGO

Es un buen momento para realizarte personal o profesionalmente, lejos de tus dominios habituales. Posibles cambios tenderán a beneficiarte. Encontrarás la amistad de alguien que quiere ayudarte. Cuidado con el exceso de sol.

Días más propicios: 9, 14 y 18

Números de la suerte: 4 y 0

Del 23/8 al 21/9

Días menos propicios: 2, 17 y 28

Flor del mes: Caléndula



LIBRA

Podrías tener vía libre en el trabajo para hacer cosas que antes tenías vetadas o para las que hallabas muchos obstáculos. Actúa con decisión y pronto recogerás los frutos deseados. Cuidado con alguien que puede perjudicarte. Precaución.

Días más propicios: 6, 10, 21 y 30

Números de la suerte: 5 y 7

Del 22/9 al 22/10

Días menos propicios: 3 y 31

Flor del mes: Campánulas



ESCORPIÓN

Del 23/10 al 21/11

Cumple con tus obligaciones sociales y deja que tus amigos o socios entren en tus asuntos y proyectos, porque alguien te traerá suerte. No te precipites al tomar decisiones en el ámbito sentimental. No es un mes muy bueno para el amor.

Días más propicios: 5, 12, 23 y 28

Días menos propicios: 7, 14 y 26

Números de la suerte: 9 y 5

Flor del mes: Retama



SAGITARIO

Del 22/11 al 20/12

Este mes tendrás los factores de cara para lo que tenga que ver con la estabilidad de las relaciones. Resuelve ahora los ofertas pendientes. Es un mes muy adecuado para que realices un largo viaje con personas de tu agrado.

Días más propicios: 1, 16 y 27

Días menos propicios: 4, 17 y 21

Números de la suerte: 3 y 8

Flor del mes: Centáurea



CAPRICORNIO

Del 21/12 al 19/1

Curvarás el espacio con tu magnetismo y tu fuerza de atracción. Si tienes problemas con alguien, ahora es el momento de abordarlos y tratarlos de resolver. No malgastes muchas energías haciendo excesivo deporte. Procura comer menos.

Días más propicios: 9 y 18

Días menos propicios: 6, 17 y 24

Números de la suerte: 0 y 1

Flor del mes: Hortensia



ACUARIO

Del 20/1 al 18/2

Ocupate de los asuntos materiales, porque tendrás suerte en lo que decidas y en lo que pongas en marcha. Podría ser un mes de interesantes beneficios económicos. No dejes de lado algún buen consejo que te podrán dar.

Días más propicios: 1, 15 y 24

Días menos propicios: 3, 17 y 20

Números de la suerte: Sólo el 5

Flor del mes: Albahaca



PISCIS

Del 19/2 al 20/3

Tendrás facilidades para culminar los asuntos que dependan de la comunicación y de tu don de gentes. Hazte notar, a ver qué cae. Mes ideal para descansar un poco de todo el ajetreo del resto del año. Desconecta un poco.

Días más propicios: 4 y 30

Días menos propicios: 14, 19 y 26

Números de la suerte: 2 y 8

Flor del mes: Camomila

SOLUCIONES A LOS ENTRETENIMIENTOS

P	O	S	A	V	A	S	O	S
E	X	A	G	E	R	A	R	E
L	I	L	A		A	B	A	D
A	D		S	O	Ñ	A	R	A
G	O	Z	A	R	A	N		R
A		O	J	E	R	A	S	
T	I	N	A	J	A		A	P
O	S	A	R	A		O	C	A
S	O	S	A		C	L	O	N

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

Tot ARAN

ANÚNCIATE

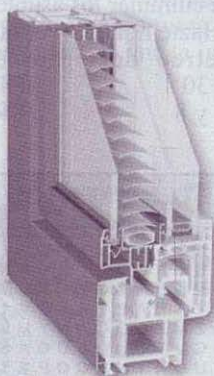
Por sólo
0,8 euros/palabra,
pon un anuncio
económico en

TOT ARAN

TELÉFONOS DE INTERÉS

CONSELH GENERAU D'ARAN	973 641 801	INFORMACIÓN Y TURISMO DE BOSSÒST	973 647 279
BOMBEROS (URGÈNCIAS)	085	INFORMACIÓN Y TURISMO DE LES	973 647 300
POMPIERS BOSSÒST	973 648 380	INFORMACIÓN Y TURISMO DE SALARDÚ	973 645 720
POMPIERS D'ARAN	973 640 080	INFORMACIÓN Y TURISMO DE VIELHA	973 640 110
EMERGENCIAS Y RESCATE DE MONTAÑA	973 640 080	TORISME VAL D'ARAN	973 640 688
DISPENSARIO ARTIES	973 642 847	FARMACIA CÀTALA (VIELHA)	973 642 346
DISPENSARIO BOSSÒST	973 648 211	FARMACIA PALÀ (VIELHA)	973 642 585
DISPENSARIO LES	973 648 229	FARMACIA ALMANSA (BOSSÒST)	973 648 219
DISPENSARIO SALARDÚ	973 644 030	FARMACIA ALMANSA (LES)	973 647 244
HOSPITAL COMARCAL DE VIELHA	973 640 006	FARMACIOLA PALÀ (ARTIES)	973 644 346
GUARDIA CIVIL VIELHA	973 640 005	FARMACIA PALÀ (BAQUEIRA)	973 644 462
GUARDIA CIVIL DE MONTAÑA (URGÈNCIAS)	062	ESTADO DE LAS CARRETERAS DE CATALUÑA	900 123 505
GUARDIA CIVIL DE MONTAÑA	973 640 005	TAXI J. ANTONIO PUENTE (GARÒS)	630 980 934
POLICIA NACIONAL (URGÈNCIAS)	091	TAXI BENJAMÍN MOLES (BOSSÒST)	973 648 242
POLICIA NACIONAL (COMISARIA DE LES)	973 648 014	TAXI OLPÉRER S.L. (ARTIES)	973 640 442
MOSSOS D'ESQUADRA VIELHA	088	TAXI JUAN BERDIÉ (CASAU)	619 791 507
AYUNTAMIENTO DE ARTIES	973 641 612	TAXI J. MANUEL PABA (SALARDÚ)	610 294 558
AYUNTAMIENTO DE ES BORDES	973 640 939	TAXI JUAN MARTÍNEZ (VIELHA)	609 386 968
AYUNTAMIENTO DE BOSSÒST	973 648 157	TAXI FULGENCIO DEDIEU (VIELHA)	629 370 070
AYUNTAMIENTO DE LES	973 648 007	TAXI MANUEL CARDONA (VIELHA)	629 271 447
AYUNTAMIENTO DE SALARDÚ-NAUT ARAN	973 644 030	TAXI SERGIO GALLARDO (SALARDÚ)	639 309 995
AYUNTAMIENTO DE VIELHA	973 64 00 18	TAXI IGNACIO GALLARDO (VIELHA)	629 314 334
ALSINA GRAELLS BARCELONA (COCHES LÍNEA)	93 265 65 92	TAXI JUAN VIDAL (VIELHA)	609 317 544
ALSINA GRAELLS VIELHA (COCHES LÍNEA)	639 380 373		

VIALPÉ
DISTRIBUÏDOR OFICIAL



- AÏLLAMENT TÈRMIC I ACÚSTIC
- PROTECCIÓ SOLAR I VISUAL
- EXTERIOR D'ALUMINI
- INTERIOR COLOR FUSTA

Seguretat i confort

FINSTRAL

Urgell, 27 - 25600 Balaguer (La Noguera) - Tel. 973 44 62 62 - Fax 973 45 10 89

HORARIOS DE AUTOBUSES Conselh Generau d'Aran

HORARIO INTERNO DE LA VALL D'ARAN DEL 24 DE JUNIO HASTA EL 15 DE SEPTIEMBRE DE 2002 • DE LUNES A VIERNES

0 647 273	Baqueira	08.00	09.00	10.00	12.00	13.10	14.10	16.00	17.00	18.00	19.00	20.10
0 647 303	Tredòs	08.03	09.03	10.03	12.03	13.13	14.13	16.03	17.03	18.03	19.03	20.13
0 645 726	Salardú	08.06	09.06	10.06	12.06	13.16	14.16	16.06	17.06	18.06	19.06	20.16
0 640 110	Gessa	08.07	09.07	10.07	12.07	13.17	14.17	16.07	17.07	18.07	19.07	20.17
0 640 688	Arties	08.10	09.10	10.10	12.10	13.20	14.20	16.10	17.10	18.10	19.10	20.20
0 642 346	Garòs	08.14	09.14	10.14	12.14	13.24	14.24	16.14	17.14	18.14	19.14	20.24
0 642 585	Casariilh	08.15	09.15	10.15	12.15	13.25	14.26	16.15	17.15	18.15	19.15	20.25
0 648 219	Escunhau	08.17	09.17	10.17	12.17	13.27	14.27	16.17	17.17	18.17	19.17	20.27
0 647 244	Betren	08.19	09.19	10.19	12.19	13.29	14.29	16.19	17.19	18.19	19.19	20.29
0 644 346	Vielha	08.20	09.20	10.20	12.20	13.30	14.30	16.20	17.20	18.20	19.20	20.30
0 644 462	Vielha				11.45						19.45	
0 123 505	Vilac	08.21	09.21	10.21	11.48	12.21	14.32	16.21	17.21	18.21	19.21	19.48
0 980 934	Betlan	08.22	09.22	10.22	11.50	12.22	14.33	16.22	17.22	18.22	19.22	19.50
0 648 242	Aubert	08.24	09.24	10.24	11.51	12.24	14.35	16.24	17.24	18.24	19.24	19.51
0 640 442	Pont d'Arròs	08.27	09.27	10.27	11.53	12.27	14.38	16.27	17.27	18.27	19.27	19.53
0 791 507	Benòs	08.28	09.28	10.28	11.56	12.28	14.39	16.28	17.28	18.28	19.28	19.56
0 294 558	Es Bordes	08.31	09.31	10.31	11.57	12.31	14.42	16.31	17.31	18.31	19.31	19.57
0 396 968	Arrò	08.32	09.32	10.32	12.00	12.32	14.43	16.32	17.32	18.32	19.32	20.00
0 370 070	Era Bordeta	08.34	09.34	10.34	12.01	12.34	14.45	16.34	17.34	18.34	19.34	20.01
0 271 447	Bossòst	08.37	09.37	10.37	12.03	12.37	14.48	16.37	17.37	18.37	19.37	20.03
0 309 995	Les	08.40	09.40	10.40	12.05	12.40	14.50	16.40	17.40	18.40	19.40	20.06
0 314 334	Pontaut				11.15			15.55			18.00	19.15
0 317 544	Les	07.45	09.00	10.00	11.20	12.00	13.05	16.00	17.00	18.00	19.00	19.19
	Bossòst	07.48	09.03	10.03	11.23	12.03	13.09	16.03	17.03	18.03	19.03	19.22
	Era Bordeta	07.51	09.06	10.06	11.26	12.06	13.12	16.06	17.06	18.06	19.06	19.22
	Arrò	07.53	09.08	10.08	11.28	12.08	13.14	16.08	17.08	18.08	19.08	19.24
	Es Bordes	07.54	09.09	10.09	11.29	12.09	13.15	16.09	17.09	18.09	19.09	19.25
	Benòs	07.57	09.12	10.12	11.32	12.12	13.18	16.12	17.12	18.12	19.12	19.28
	Pont d'Arròs	07.58	09.13	10.13	11.33	12.13	13.19	16.13	17.13	18.13	19.13	19.29
	Aubert	08.01	09.16	10.16	11.36	12.16	13.22	16.16	17.16	18.16	19.16	19.32
	Betlan	08.03	09.18	10.18	11.38	12.18	13.24	16.18	17.18	18.18	19.18	19.34
	Vilac	08.04	09.19	10.19	11.39	12.19	13.25	16.19	17.19	18.19	19.19	19.35
	Vielha	08.05	09.20	10.20	11.44	12.20	13.27	16.20	17.20	18.20	19.20	19.37
	Vielha							15.00	16.25		18.40	19.45
	Betren	08.06	09.21	10.21	11.45	12.21		15.01	16.26	17.21	18.21	19.46
	Escunhau	08.08	09.23	10.23	11.47	12.23		15.03	16.28	17.23	18.23	19.48
	Casariilh	08.10	09.25	10.25	11.49	12.25		15.05	16.30	17.25	18.25	19.50
	Garòs	08.11	09.26	10.26	11.50	12.26		15.06	16.31	17.26	18.26	19.51
	Arties	08.15	09.30	10.30	11.54	12.30		15.10	16.35	17.30	18.30	19.55
	Gessa	08.18	09.33	10.33	11.57	12.33		15.13	16.38	17.33	18.33	19.58
	Salardú	08.19	09.34	10.34	11.58	12.34		15.14	16.39	17.34	18.34	19.59
	Tredòs	08.22	09.37	10.37	12.01	12.37		15.17	16.42	17.37	18.37	20.02
	Baqueira	08.25	09.40	10.40	12.05	12.40		15.20	16.45	17.40	18.40	20.05

Nota : Los horarios remarcados en claro son los itinerarios correspondientes a ALSINA GRAELLS, de entrada y salida del Valle de Aran

HORARIO INTERNO DE LA VALL D'ARAN DEL 24 DE JUNIO HASTA EL 15 DE SEPTIEMBRE DE 2002 • SÁBADOS Y FESTIVOS

08.00	09.25	11.15	13.05	15.55	Pontaut	09.25	12.05	13.55	14.55	17.40	20.06	20.55
08.03	09.30	11.20	13.09	16.00	Les	09.22	12.03	13.50	14.50	17.37	20.03	20.50
08.06	09.33	11.23	13.09	16.03	Bossòst	09.19	12.01	13.47	14.47	17.34	20.01	20.47
08.08	09.36	11.26	13.12	16.06	Era Bordeta	09.17	12.00	13.44	14.44	17.31	20.00	20.44
08.09	09.39	11.29	13.14	16.08	Arrò	09.16	11.57	13.41	14.41	17.31	19.57	20.41
08.12	09.42	11.32	13.15	16.09	Es Bordes	09.13	11.56	13.38	14.38	17.28	19.56	20.38
08.13	09.43	11.33	13.18	16.12	Benòs	09.12	11.53	13.37	14.37	17.27	19.53	20.37
08.16	09.46	11.36	13.19	16.13	Pont d'Arròs	09.09	11.51	13.34	14.34	17.24	19.51	20.34
08.18	09.48	11.38	13.22	16.16	Aubert	09.07	11.50	13.32	14.32	17.22	19.50	20.32
08.19	09.49	11.39	13.24	16.18	Betlan	09.06	11.48	13.31	14.31	17.21	19.48	20.31
08.20	09.50	11.44	13.25	16.19	Vilac	09.05	11.45	13.30	14.30	17.20	19.45	20.30
08.21	09.51	11.45	13.27	16.20	Vielha	09.04	11.35	13.29	14.29	17.19		20.29
08.23	09.53	11.47		16.21	Betren	09.02	11.32	13.27	14.27	17.17		20.27
08.25	09.55	11.49		16.23	Escunhau	09.00	11.30	13.25	14.25	17.15		20.25
08.26	09.56	11.50		16.25	Casariilh	08.59	11.29	13.24	14.24	17.14		20.24
08.30	10.00	11.54		16.26	Garòs	08.55	11.25	13.20	14.20	17.10		20.20
08.33	10.03	11.57		16.30	Arties	08.52	11.22	13.17	14.17	17.07		20.17
08.34	10.04	11.58		16.33	Gessa	08.51	11.21	13.16	14.16	17.06		20.16
08.37	10.07	12.01		16.34	Salardú	08.48	11.18	13.13	14.13	17.03		20.13
08.40	10.10	12.05		16.37	Tredòs	08.45	11.15	13.10	14.10	17.00		20.10
				16.40	Baqueira							

OTROS SERVICIOS

11.21	LES	14.53
11.44	VIELHA	14.30
19.00	BARCELONA	07.30

OBSERVACIONES:
Circulará todos los días por el Puerto de la Bonaigua, desde el 1 de Junio hasta el 31 de Octubre.

05.07	13.07
05.30	13.30
08.30	16.30
09.00	17.00

LES
VIELHA
LLEIDA *

OBSERVACIONES: Circulará todos los días del año, excepto el día de Navidad. (*) Enlaces directos por autopista con Barcelona. Los enlaces de los domingos con Llerida, rogamos sean consultados

TRUCOS DEL HOGAR

LÁPIZ DE MAQUILLAJE A VOLUNTAD

Si te gusta maquillarte con un lápiz de mina blanda, o si quieres pintarte pecas, pasa la mina por encima de la llama de un mechero durante cinco segundos.

Si por el contrario, prefieres que la mina esté dura, guarda el lápiz en el frigorífico y sácalo cinco minutos antes de maquillarte. Aprovecha este momento para sacarle punta, ya que es más fácil si la mina está dura.

LECHE EN POLVO MÁS BUENA

Si quieres que la leche en polvo tenga el mismo sabor que la leche fresca, añádele una pizca de sal al agua con que la diluyas.

ESPEJOS PERFECTOS

Para que los espejos queden impecables, frotarlos con media patata cruda. Aclararlos seguidamente con una mezcla de agua y un chorrito de alcohol de quemar y secarlos bien con un paño seco.

FERIAS Y ENCUENTROS



HÈIRA D'ARTESANIA E ALIMENTÀRIA

Con presencia del Síndic d'Aran, Sr. Carlos Barrera, se inauguró el pasado viernes 19 de Julio, en la Sala Polivalente de Vielha, la Hèira d'Artesania e Alimentària. Esta Feria, que estuvo abierta durante los días 19, 20 y 21 del pasado mes, tenía como objeto la presentación al público de productos artesanos catalanes y occitanos, típicos de las regiones de alta montaña.

En ella hubo demostraciones de catas de vino y cursos de repostería a cargo de la Associacion Codinèrs d'Aran. Los asistentes pudieron degustar y comprar confituras, quesos, vinos de miel, licores típicos, patés, infusiones de hierbas y dulces, así como productos de cosmética natural y diversos objetos artesanales.

La Feria estuvo amenizada por los grupos musicales, Gric de Prat y La Sunsoni.



XII TROBADA DE ACORDEONISTAS DEL PIRINEO

Organizado por CORBILHUÈRS y COFILES, el próximo sábado 24 de Agosto, se celebrará en Les (Baix Aran), la XII TROBADA DE ACORDEONISTAS DEL PIRINEO. En ella, participarán acordeonistas de Navarra, Aragón, Sur de Francia, Cataluña y Val d'Aran.

A las 4 de la tarde, se llevará a cabo la recepción de todos los participantes para, seguidamente, efectuar una animación musical por las plazas y terrazas del pueblo.

A las 8 de la tarde, habrá una cena para los acordeonistas, en donde podrán asistir todas las personas que lo deseen, previa adquisición del ticket correspondiente. A las 10 de la noche, comenzará la actuación estelar de los acordeonistas.



ANUNCIOS ECONÓMICOS

Busco local pequeño o
garaje
para alquilar, en Bossòst.
Superficie: 20-30 m2.
Tel. 660 92 10 53

Se necesitan chicas para
trabajo como promotoras
de venta en Les, durante
la temporada de verano.
Incorporación inmediata.
Tel. 93 217 13 62

Regalo una camada de 6
gatitos a gente amante de
los animales y que quiera
cuidarlos bien.

Restaurante Era Joata
(Betlàn)
Tel. 973 64 26 00
(Sra. Blanca)

Se vende Bar, totalmente
equipado, a pie de
carretera. En Alfarràs.
(Sr. Santos)
Tel. 973 76 00 11

ALBERGUES-REFUGIOS PÁG

ERA LANA (ERA BORDETA)	16
AMICS DE MONTGARRI (MONTGARRI)	14
REFUGI SANT NICOLAU (BOCA SUD TUNEL)	31
LA FERME D'ESPIAU (BILLIERE-FRANCIA)	51
REFUGI JULI ARNALOT (MONTGARRI)	27

ALIMENTACION

ETH GRAUER (BOSSÒST)	34
CARNICERIA ORDONEZ (VIELHA)	42
CARNICERIA PEDARROS (BOSSÒST)	41
FORN DE PA ELENA (BOSSÒST)	30
GRANULLA S.L. (VIELHA)	13
SUPER CAVA RUBIO (BOSSÒST)	34

ANÁLISIS CLINICOS

MIQUEL ALMANSA (BOSSÒST)	16
--------------------------	----

ANTIGÜEDADES

AZUM ANTIGÜEDADES (LUCHON)	2
----------------------------	---

ATRACCIONES

TREN TURÍSTICO (LUCHON)	37
LOU PITCHOUNET (LUCHON)	12
PRODILLE	19

AUTOMOVILES- COMPRA-VENTA

FOLCH S.A. (VIELHA)	21
---------------------	----

BRICOLAGE DE LA MADERA

ETH ESCLOP VERMELH (VIELHA)	18
-----------------------------	----

CALEFACCION

CONFORARAN (VIELHA)	16
COMERCIAL M. & M. (VIELHA)	40
MURAL GAS (VIELHA)	41
FONGASCAL (VIELHA)	14

CARPINTERIAS

JULIO PENETRÓ (BOSSÒST)	42
ETH ESCLOP VERMELH (VIELHA)	18

CARPINTERIA ALUMINIO-CRISTALES

VIDRES VIOLA (VIELHA)	34
COMERCIAL M. Y M. (VIELHA)	40
TALLERS SUILS (PONT DE SUERT)	28
VIALPE	46

CONFECCIONES

NOVETATS CODINA (BOSSÒST)	22
BOUTIQUE LICIT (VIELHA)	18
BOTIGA PEREMARTI (BOSSÒST)	16
DRAPS (VIELHA)	21
CORTINAS SANT JORDI (LLEIDA)	30

CONSTRUCCIONES

ANPEMA 2001 (BOSSÒST)	11
CUBIERTAS Y TEJADOS (VIELHA)	52
EXCAV. OBRAS Y SERV. DEL PIRINEO	40
CONSTRUCCIONES CAMUN (BOSSÒST)	16
SUCACONS S.L. (VIELHA)	36

DECORACIÓN-REGALOS-MUEBLES

CARMEN CAUBET (VIELHA)	34
ETH NOGUER (BOSSÒST)	2
ETH MAGASEM (BAQUEIRA)	42
ART I DISSENY (TREP)	32
HIPERMUEBLE (VIELHA)	2
SOUVENIRS MONTLUDE (BOSSÒST)	36

DEPORTES Y AVENTURA PÁG

CAMINS (VIELHA)	23
ESC. EQUITACION VAL D'ARAN (VIELHA)	36
VOLTARAN (BETREN)	24
NAUTIC (PONT DE SUERT)	22
MOTOR SPORT ADVENTURE (VIELHA)	37
ALTISSPORT (VIELHA)	51
DEPORTUR (LES)	1-52

ESTANCOS-TABACOS

TABACS BOYA (LES)	22
CONSUL (ARTIES)	41

FERRETERÍAS

FERRETERÍA AGUILERA (BOSSÒST)	36
ROCARD (LES)	42
COMERCIAL M. Y M. (VIELHA)	40

FLORISTERÍAS

FLORS E FLORETES (VIELHA)	16
FLORSTIL (VIELHA)	40

FONTANERÍA Y ELECTRICIDAD

CONFORARAN S.L. (VIELHA)	16
FONGASCAL (VIELHA)	14
IGNACIO GÓMEZ PÉREZ (BOSSÒST)	18
MURAL GAS	41

FOTOGRAFÍA

ARAN COLOR (VIELHA)	14
---------------------	----

GESTORÍAS Y ASESORÍAS

CADION (VIELHA)	15
ETH BUREU (VIELHA)	32

HOTELES

HOTEL ARAN (VIELHA)	37
HOSTAL CONSUL (ARTIES)	34
HOTEL GARONA (BOSSÒST)	40
HOSTERIA CATALANA (BOSSÒST)	2
HOTEL PEÑA (PONT D'ARROS)	32
HOSTAL TALABART (LES)	18
HOTEL PANORAMIC (LUCHON-FRANCIA)	39
HOTEL LACREU (SALARDU)	37
HOTEL VALARTIES (ARTIES)	27

INMOBILIARIAS

AREA GESTIÓN INMOBILIARIA (VIELHA)	20
HABITAT ESPACIS (VIELHA)	26
CONDE RUSSELL	38
ERA INMOBILIARIA (VIELHA)	25
ARAN SERVICE (VIELHA)	24
ANNA NICOLAS (VIELHA)	22

INFORMÁTICA

CCV INFORMÁTICA (VIELHA)	40
--------------------------	----

INSTALACIONES ELÉCTRICAS

CONFORARAN (VIELHA)	16
IGNACIO GÓMEZ PÉREZ (BOSSÒST)	18
MURAL GAS	41

JUGUETERÍAS

ES PIRINÉUS (VIELHA)	30
TRAS-TROS (VIELHA)	36

INDICE DE ANUNCIANTES

LIBRERÍAS-PAPELERÍAS	PÁG	REGALOS	PÁG
ERA LAUANETA (BOSSÒST)	31	ES PIRINEUS (VIELHA)	30
LIMPIEZAS (SERVICIOS)		CARMEN CAUBET (VIELHA)	34
HOUSE ARAN (VIELHA)	11	ETH NOGUER (BOSSÒST)	2
LIMPIEZA DE CHIMENÉAS (SORT)	18	MIMBRES DEL SENY (BOSSÒST)	22
ARAN SERVICE (VIELHA)	21	NOU COMERÇ RUBIO (BOSSÒST)	34
MADERAS		SOUVENIRS MONTLUDE (BOSSÒST)	36
BARRACHINA (LLEIDA)	39	TRAS-TROS (VIELHA)	36
MAQUINARIA (ALQUILER)		ETH MAGASEM (BAQUEIRA)	42
J. CALVO (VIELHA)	16	CASA (SAINT GAUDENS-FRANCIA)	28
MARCOS Y CUADROS		REPARACIÓN MAQUINARIA IND.	
JAVI MONTES (VIELHA)	27	IGNACIO GÓMEZ PÉREZ	18
MATERIAL DEPORTIVO		RESTAURANTES Y BARES	
SPORTS YETI (VIELHA)	22	CAL MANEL (PONT D'ARRÒS)	30
TANAU ESPORTS (BAQUEIRA)	31	A'QUEIMADA (VIELHA)	21
MATERIAL ELÉCTRICO-LÁMPARAS		ARTIGANE-CASA EMILIO (PONT D'ARRÒS)	37
ARAN ELECTRIC (VIELHA)	42	BASTERET (VIELHA)	25
MARROQUINERÍA		BORDA LUSIA (BOSSÒST)	19
SOUVENIRS MONTLUDE (BOSSÒST)	36	CASA MANOLO (GAUSAC)	35
MOTOCULTORES-BICICLETAS		CONSUL (ARTIES)	34
ERIC BALSARIN (GOURDAN POLIGNAN)	27	EL RINCON DE ARAN (VIELHA)	18
MUEBLES		ER OCCITAN (BOSSÒST)	15
ART I DISSENY (TREMPE)	32	ERA JOATA (BETLAN)	51
ETH MAGASEM (BAQUEIRA)	42	ETH BASERRI D'ARAN (VIELHA)	17
CARMEN CAUBET (VIELHA)	34	ETH TIDON (VIELHA)	32
HIPER MUEBLE (VIELHA)	2	HOSTERIA CATALANA (BOSSÒST)	2
CASA (SAINT GAUDENS-FRANCIA)	28	RESTAURANTE GARONA (BOSSÒST)	40
MUEBLES COCINA Y BAÑO-SANITARIOS		LA CASA VASCA (BOSSÒST)	14
COMERCIAL M & M (VIELHA)	40	LA FONDA D'EN PEP (VIELHA)	38
NEUMÁTICOS		RESTAURANTE ESQUIRO (BAQUEIRA)	14
IPO 2 (ORE-FRANCIA)	28	RESTAURANTE PENA (PONT D'ARROS)	32
PINTORES-PINTURAS-PARQUETS		FIXA T-HI (VIELHA)	41
ALFONSO NÚÑEZ (VIELHA)	33	RESTAURANTE MONTGARRI (BAQUEIRA)	30
COMPLEMENTOS HABITATGE (VIELHA)	32	RESTAURANTE ERA COVA (BOSSÒST)	30
DECORACIONES LAVALL (VIELHA)	24	RESTAURANTE TASTETS (BAQUEIRA)	39
ETH PINTOR DECORACIÓN (VIELHA)	42	LA FERME D'ESPIAU (BILLIERE-FRANCIA)	51
BARRACHINA (LLEIDA)	39	CASA IRENE (ARTIES)	27
PELUQUERÍAS		RESTAURANTE SABUREDÓ (TREDÒS)	33
ES AUETS (BOSSÒST)	32	ROPA INFANTIL	
PERFUMERÍAS		TRAS-TROS (VIELHA)	36
NOU COMERÇ RUBIO (BOSSÒST)	34	RÓTULOS PUBLICITARIOS	
PERFUMERÍA ARAN (VIELHA)	24	ARAN & ARTE (VIELHA)	18
PIZZERÍAS		TALLERES PARA AUTOMÓVILES	
DON GEPPETTO (VIELHA)	41	FOLCH S.A. (VIELHA)	21
PIZZERÍA LA BOVEDA (VIELHA)	30	TALLERES GARONA (VIELHA)	14
PIZZERÍA IL CASONE (SALARDU)	28	TALLERES SALPA S.L. (VIELHA)	22
PIZZERÍA MONTGARRI (BAQUEIRA)	30	TAPICERÍAS	
		MAGATZEMS SANT JORDI (LLEIDA)	30
		TAXIS	
		JOAN BERDIÉ (CASAU)	41
		BENJAMIN MOLES (BOSSÒST)	37
		TELEFONÍA	
		PHONE LAND (VIELHA)	16
		TRANSPORTE URGENTE	
		MRW (VIELHA)	37
		SEUR (VIELHA)	51
		VETERINARIOS-TIENDAS ANIMALES	
		M ^a ARAN VIDAL	41
		SERVIPENSOS GARCÍA	41
		VINOS Y CAVAS	
		CAVA BESO (VIELHA)	13
		J. DELSENY (BOSSÒST)	25
		SUPER CAVA RUBIO (BOSSÒST)	34
		GRANUILLA S.L. (VIELHA)	13

BAR ERA JOATA

ABIERTO TODO EL AÑO
EXCELENTES VISTAS PANORÁMICAS



ESPECIALIDAD EN :

- BOCADILLOS
- PATÉS CASEROS
- TAPAS

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

SEUR

CARRET. DE FRANÇA S/N
POLÍG. MIJARAN N - 8
25530 - VIELHA

Tel. 973 64 05 88
Fax 973 64 28 03

ALTISPORT

RAFTING
BARRANQUISMO
HIDROSPEED...



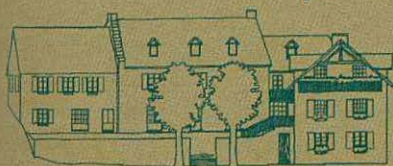
C/ des Arroquets, 3
25530 VIELHA - VAL D'ARAN

Tel./Fax 973 64 27 93

Tel. Mòvil 639 31 29 32

<http://www.aranweb.com/altisport>

La Ferme d'Espiau



Albergue de montaña
con 10 habitaciones
Restaurante típico



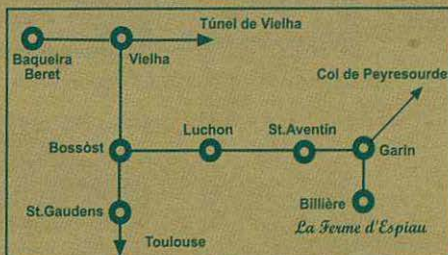
Billière-Luchon (Francia)

Tres salas de restaurant
con chimenea

Parrilladas con fuego de leña

Cocina tradicional

Terraza panorámica



Para reservas, llamar al: 00 33 5 61 79 69 69

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

NACANCO

Camping-caravaning - canoa de aguas bravas - piragüismo - hidrospeed

Tiro con arco - Quads - Rafting



Descenso de cañones - Trekking

Senderismo - Escalada deportiva - Ruta equestre - Bicicleta de montaña

CENTRO DE ACTIVIDADES DE AVENTURA
(CAMPING CALARCA-DEPORTUR)

Camí Paísàs, s/n - Val d'Aran 25540 - LES - (LLEIDA)
Tels. 973 64 70 45 / 973 64 70 44 Fax. 973 64 80 47
e-mail: deportur arrakis.es www.deportur.com

DEPORTUR