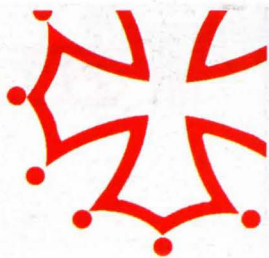


# Tot ARAN



Marzo 2005 N° 47

Revista mensual de distribución gratuita de la Val d'Aran



Tirada:  
6.000  
Ejemplares

## FAUNA DEL PIRINEO

La rana bermeja

## GRANDES BIOGRAFÍAS

Nelson Mandela

## LEYENDAS QUE ME CONTARON

El gigante Silbán

## MARAVILLAS DEL MUNDO

La Torre inclinada de Pisa

## AQUELLOS LOCOS INVENTORES

Los fósforos



**ERA ESCOLA**  
Nuestra experiencia,  
tu garantía

Esquí alpino · Snowboard  
Esquí nórdico · Telemark



Baqueira: 973 64 51 26 - Beret: 973 25 30 54 - Bonaigua: 618 60 58 65 - Salardú: 973 64 60 83

[www.eraescola.com](http://www.eraescola.com)

e.mail: [info@eraescola.com](mailto:info@eraescola.com)



# HIPER MUEBLE

*Interiorismo*

Mueble Provenzal - Mueble de importación,  
Mueble macizo castellano y roble  
Tresillos - Lámparas - Cortinas - Alfombras  
Ropa de Hogar, etc...

Ctra. Francia, 52 (Junto al Caprabo)  
25530 - VIELHA (Lleida)

Tel./Fax : 973 642 617



*En Luchon*

**dos entornos  
para su bienestar...**

**Vitaline**  
**LUCHON FORME ET BIEN-ÊTRE**  
**Sourcéa**

★ Presentando este anuncio en su primera visita a nuestro Centro

**LES THERMES : 00 33 561 79 22 97**  
[www.luchon.com/bien-etre.html](http://www.luchon.com/bien-etre.html)

PROTECROM - BROUET - C. MARI



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

**Edición:**  
TOP ARAN, S.L.

**Impresión:**  
Anígraf S.A.

**Maquetación:**  
TOP ARAN S.L.

**Tirada:**  
6.000 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 sólo **22 euros\*** anuales (46 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).

Recordamos a nuestros clientes y colaboradores, que la Revista TOT ARAN cierra la edición el día **20 de cada mes**. Pasado este día, todos los nuevos anuncios o reportajes saldrían en la siguiente Revista.



**FOTO PORTADA:**  
*Iglesia de Sant Miquèu de Vielha (Mijaran)*  
**Dibujo: Ricard Novell**

- 4 SEMANA DE LA SOLIDARIDAD EN VIELHA
- 6 FAUNA DEL PIRINEO - MUSEOS
- 7 COSAS DE LA VIDA
- 10 EL PERRO: UN AMIGO NUESTRO
- 14 ETH CONSELH GENERAU INFORMA
- 16 ENTRETENIMIENTOS
- 18 CURIOSIDADES Y ANÉCDOTAS
- 20 ARAN DES NÒSTI PAIRS-SÈNHERS
- 22 TELÉFONOS DE INTERÉS
- 24 VINOS DE ESPAÑA
- 26 TRUCOS DEL HOGAR-TOT ARAN RECOMIENDA
- 28 INFORMACIÓN LABORAL Y FISCAL
- 30 MARAVILLAS DEL MUNDO
- 31 SER JOVEN - CAMPEONATO CAT. PATINAJE ARTÍSTICO
- 32 CUENTOS PARA TODOS
- 34 BREU HISTÒRIA DE CATALUNYA - ARREPÈRVÈRS
- 36 ¿QUEREMOS MEJORAR NUESTRA VIDA?
- 38 CONSEJOS DE BELLEZA
- 42 CURARSE EN SALUD
- 43 TORISME INFORMA
- 44 OPINIONES MUY PARTICULARES
- 46 ARAN POUR NOS AMIS LES FRANÇAIS
- 48 NOTICIAS DE ARAN
- 50-51 COCINAR EN CASA
- 52 MI PEQUEÑA HISTORIA NATURAL
- 53 GRANDES BIOGRAFÍAS
- 54 ANUNCIOS ECONÓMICOS
- 56-57 HORÓSCOPO
- 58 REIR ES MUY SANO
- 59-60 HORARIO DE AUTOBUSES
- 62 AQUELLOS LOCOS INVENTORES
- 64 RETALLS D'HISTÒRIA
- 66 ¿SABEMOS LO QUE COMEMOS?
- 68 LAS CRUZADAS
- 69 MUNDO INSÓLITO
- 70 LEYENDAS QUE ME CONTARON
- 72 BIBLIOTECA DE VIELHA
- 74 MISTERIOS DEL UNIVERSO
- 76 DULCES ACORDES DE ARAN
- 77-78 ÍNDICE DE ANUNCIANTES

# SEMANA DE LA SOLIDARIDAD EN VIELHA

**7 Marzo lunes**

En la Sala de Exposiciones de Vielha. Exposición de trabajos realizados por los niños del Colegio Garona, sobre el Tsunami. Los trabajos realizados por otros colegios del Valle, se recogerán para exponerlos también en la Sala de Vielha. Habrá diferentes charlas impartidas por los Profesores.

**9 Marzo Miércoles**

Cine Forum en el cine de Vielha. A confirmar el horario.

**11 Marzo Viernes**

Rotary impartirá una conferencia sobre minas antipersonas. A confirmar el lugar y la hora.

**12 Marzo Sábado**

**A las 18 hrs.** En el Cine de Vielha tendrá lugar un concierto a cargo de la Coral Garona y las Escuelas de Música del Valle.

**A las 22hrs.** Cena ofrecida por SOROPTIMIST. A confirmar el lugar.

Habrà una Gala de Patinaje en el Palai de Gèu de Vielha.

ADDA ha confeccionado unos llaveros con el logo de Solidaridad que se pondrán a la venta.

Grupo de Artistas de Aran ofrecerán sus obras de arte para una subasta.

El Gremio d' Ostalaria cede sus locales para celebrar las conferencias, y colocará unas urnas en todos los hoteles y restaurantes del Gremi, para recoger fondos para las víctimas del Tsunami.

**12 Marzo Sábado**

En la Sala de Betrèn tendrá lugar un concierto para los jóvenes. Queda por confirmar la hora y los grupos asistentes.

**17 Marzo Jueves**

**FIN DE FIESTA EN EL CINE DE VIELHA.**  
Con las siguientes actuaciones:

Bel canto (Maite i Ana) - Danza Samkya - Grupo Nave 15 - Manifiesto a cargo de Médicos sin fronteras - Adolfo Criado ofrecerá una sesión de magia - actuación del Conjunto Carpe Diem.

Al final de la velada todos los participantes interpretarán la balada de John Lenon "Imagine".

**ORGANIZA AJUNTAMENT DE VIELHA CON LA COLABORACIÓN DE MÉDICOS SIN FRONTERAS**



## ¡HAN LLEGADO LOS CALÇOTS! Y SI DE CALÇOTADES HABLAMOS..... ¡AL SEBAS VAMOS!

(SOMOS LOS PIONEROS)  
ESTAMOS EN LA BOCA SUR DEL TÚNEL DE VIELHA



### MENÚ

Calçots de Valls  
Tostadas con longaniza  
Secas con botifarra  
Carne a la brasa  
Vino  
Cava  
Postre  
Café

venga y deguste  
nuestro menú

Reservas en Refugi  
Sant Nicolau  
973 69 70 52  
619 97 72 64

cava  
llàgrima  
d'or  
sant sadurni

por sólo  
24 €

**LIBRERIA VIDAL**  
Ed. Creu de la Neu (Interior)  
25530 - VIELHA  
Tel. 973 64 09 60 Fax. 973 64 22 74

PRENSA Y REVISTAS  
FOTOCOPIAS Y COPIAS COLOR  
MATERIAL ESCOLAR Y DE OFICINA  
SERVICIO DE FAX - PLASTIFICACIONES  
OBJETOS REGALO - RECARGAS DE MÓVILES  
TARJETAS VISITA Y SELLOS GOMA  
PRIMITIVA - BONO LOTO - QUINIELA  
EUROMILLÓN - GORDO  
RECLAMOS PUBLICITARIOS  
(Camisetas, llaveros, bolígrafos, etc..)

**PLUMA E PAPER**  
**LIBRERIA E PAPERERIA**  
Pl. dera Glèisa, 5 25550 BOSSÒST  
Tel./Fax. 973 64 73 70



## LA RANA BERMEJA

*Rana temporaria*

Este curioso batracio, puede llegar a medir hasta 10 cm. El color del dorso es pardo grisáceo con algunas manchas negras, aunque su tonalidad suele ser variable, dependiendo de la zona. Siempre tiene una mancha oscura que abarca el ojo y el tímpano, aunque este carácter lo comparten con varias especies similares. La cabeza es algo aplanada. Su pupila es horizontal y el pliegue claro a lo largo de cada lado del dorso, son dos factores típicos de esta familia de anuros. El tímpano es grande, redondo y bien definido. Sus patas son más cortas y el vientre es de color crema, con venas rojas. Los machos se diferencian de las hembras por el saco bucal.



Su estrategia reproductiva, que nunca se había observado en vertebrados terrestres, acaba de ser descubierta por un equipo de investigadores españoles en los Pirineos. La rana bermeja ha desarrollado esta peculiar forma de reproducción, que consiste en la doble fecundación de sus huevos, una por la rana macho y otra por un "pirata" de la misma especie, de forma que los renacuajos que nacen tienen genes de ambos. Después de la primera fecundación, consentida por la hembra, y una vez que la pareja abandona el lugar de la puesta de los huevos, otros machos se abrazan al "nido de amor" y depositan su esperma sobre ellos. En una sola puesta de huevos de un ejemplar de rana bermeja, el 84% queda fecundado por más de un macho.

Normalmente, esta especie de rana bermeja, se reproduce siguiendo el mismo procedimiento, la hembra deposita la puesta, el macho se abraza a ella para liberar encima su esperma e instantes después se separan. Esta nueva estrategia de fertilización se debe a la escasez de ranas hembras en los Pirineos donde por cada rana de este sexo hay entre cuatro y diez machos que se la disputan.

La investigación, realizada a unos 2.200 metros de altura, demostró también que algunos machos parentales se comportaron con otras hembras como "piratas", lo que indica que son "bastante flexibles" en su comportamiento y no poseen roles fijos. El apareamiento de la rana bermeja comienza en primavera, cuando suben las temperaturas y se derrite el hielo de las montañas. La hembra pone varios miles de huevos, pudiendo llegar a los 4.000 huevos en forma de racimos, que deja flotando en el agua. Después de la eclosión, los renacuajos recién nacidos se sujetan a las plantas acuáticas y tardan unos 3 meses en desarrollarse y realizar la metamorfosis.

El hábitat de la rana bermeja se encuentra entre la vegetación húmeda y salvo en los meses de cría, que se desarrolla entre los meses de marzo y noviembre, raramente se la ve en el agua. Pasa el invierno en el barro del fondo de las charcas o lagunillas y reaparece en primavera. Se alimenta, principalmente, de caracoles, gusanos, insectos y escarabajos.

Esta especie de rana se encuentra bastante extendida, aunque debido a la pesca indiscriminada que ha sufrido, se encuentra protegida por la ley.



## UN PERRO MUY LISTO

Un señor, se fue de cacería por África y se llevó su perrito para no sentirse tan solo mientras duraba su aventura en ese lugar. Un día, ya en pleno safari, el perrito se entretuvo persiguiendo mariposas y, ajeno al peligro, se alejó del grupo donde estaba su dueño y se extravió en la selva. Asustado, comenzó a vagar, solo, por entre la vegetación.

En eso, vio a lo lejos que venía un leopardo enorme, a toda carrera. Al ver que el gran felino lo iba a devorar, hizo correr rápidamente su ingenio. Pensando rápidamente, vio cerca de allí un montón de huesos de un animal muerto y empezó mordisquearlos, como si tal cosa. Entonces, cuando el leopardo estaba a punto de atacarlo, el perrito, como si estuviera hablando solo, dijo:

- ¡Ah!, ¡¡¡¡que rico leopardo me acabo de comer!!!!

La fiera, que escuchó la frase, frenó en seco, giró en redondo y salió corriendo despavorida, pensando :

- ¡¡¡¡Quien sabe que clase de animal será ese, no me vaya a comer a mí también!!!

Un mono, que estaba contemplando la escena encima de un árbol cercano, salió corriendo tras el leopardo para contarle cómo le engañó el perrito.

- ¡Mira que eres estúpido, hermano leopardo! Esos huesos ya estaban ahí. Además, ¿no ves que es un simple perro?.

El perrito, muy atento a la delicada situación en que se encontraba, alcanzó a darse cuenta de la mala intención del mono.

Después de que el mono le contó al leopardo la historia de lo que vio, éste último, muy molesto, le dijo al simio:

- ¡Venga, súbete a mi espalda. Nos vamos donde está ese perro, a ver quién se come a quién!

Y ambos salieron corriendo a buscar al perrito. El espabilado can, vio a lo lejos que venía nuevamente el leopardo y ésta vez traía encima el mono chismoso.

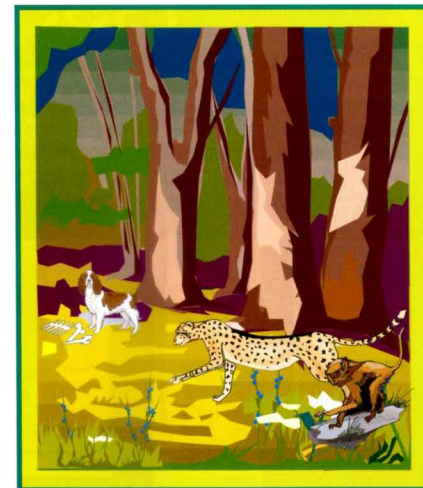
- ¿Y ahora que hago yo? – pensó, todo asustado, el perrito.

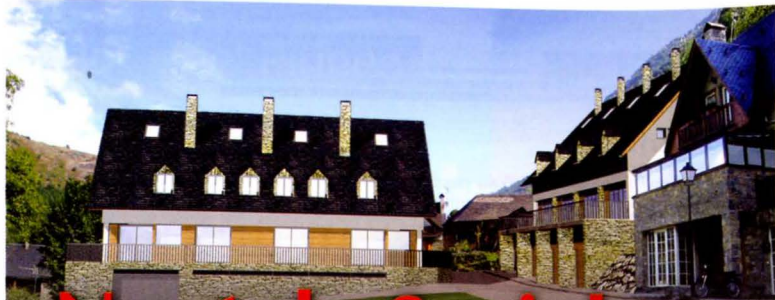
Intentó encontrar una solución rápidamente y, en vez de salir corriendo, se quedó sentado dándole la espalda, como si no los hubiera visto, y cuando el leopardo estaba a punto de atacarlo de nuevo, el perrito dijo, como si tal cosa:

- ¡Este odioso mono!. Hace como media hora que lo mandé a traerme otro leopardo, y todavía no aparece por ningún sitio!

MORALEJA : En momentos de crisis, sólo la imaginación es más importante que el conocimiento. Hay que procurar ser imaginativo como el perro, evitar ser tan estúpido como el leopardo, pero nunca ser tan cabroncete como el mono.

Artículo enviado por Eva María Pérez Grañó



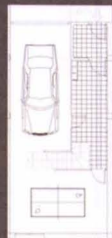


# Naut de Saviela

## Casas para seducir

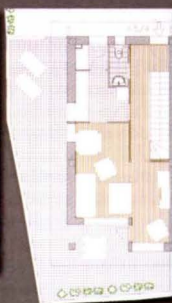
Si quiere cambiar de estilo de vida en una magnífica casa pareada, Naut de Saviela es lo que busca. A sólo 15 minutos de Vielha y rodeada del entorno natural del Bajo Aran, se encuentra esta magnífica zona residencial de Saviela en el pueblo de Les. Con todos los servicios a su alcance para vivir todo el año: escuela, comercios, centro sanitario, zonas deportivas, baños termales...Y las mejores comunicaciones por carretera.

### Naut de Saviela 1 (165m<sup>2</sup>)



- Planta baja: parking y trastero
- Planta piso: salón, comedor, cocina individual, aseo y accesos.
- Planta segunda : 3 dormitorios y 2 baños.
- Terraza y Jardín.

### Naut de Saviela 2 (145m<sup>2</sup>)



- Planta sotano: box en parking comunitario.
- Planta baja: salón comedor, cocina individual, aseo y accesos.
- Planta piso : 3 dormitorios y 1 baños.
- Terraza y Jardín.

Llamos al  
973 64 10 73

[www.inmobiliarea.com](http://www.inmobiliarea.com)



<sup>®</sup>  
inmobiliarea

**inmobiliarea**<sup>®</sup>  
[www.inmobiliarea.com](http://www.inmobiliarea.com)

AHORA TAMBIÉN EN INTERNET  
VISITE NUESTRA PÁGINA WEB

[www.inmobiliarea.com](http://www.inmobiliarea.com)



Ctra. de Gausac, 1 · Edif. Val d'Aran · Local 16 · 25530 Vielha · Tel. 973 64 10 73

# El perro: Un amigo nuestro



## EL LEBREL AFGANO

Bonito y elegante perro, muy común en Afganistán. Se trata de una raza antiquísima, originaria del Sinaí, citada numerosas veces en papiros egipcios de más de 5.000 años de antigüedad y también representado en las cavernas neolíticas afganas. Fue una raza que se mantuvo pura durante muchos siglos y estuvo prohibida su importación, hasta que empezó a llegar de contrabando a Europa, a principios del siglo XIX.



De paso potente y altivo, el lebrele afgano tiene una altura de 65 a 75 cm. Su cabeza es larga y fina, con un cráneo ligeramente convexo. Su trufa puede ser de color negro o marrón. Tiene las mandíbulas muy potentes y sus ojos son triangulares, con un matiz oscuro o, a veces, dorado. Sus largas orejas caídas penden a cada lado de la cabeza y están provistas de largos pelos sedosos. Su cuello es largo y fuerte y su cola termina en forma de anillo. Todo su pelaje es fino como la seda y largo, excepto en el dorso que es corto. En el cráneo tiene un penacho de pelo muy característico. Están admitidos todos los colores, pero los más corrientes son el blanco, leonado, negro y fuego y tricolor.

Es un animal valiente, indomable, cariñoso, sensible y muy digno. Es un perro sumamente inteligente, pero desconfiado, aunque nunca hostil con los extraños. Es necesario educarlo desde que es un cachorro. En su país de origen es un excelente perro pastor y un

perfecto cazador de lobos, chacales y leopardos. Desde que fue introducido en Europa y América y a causa de su extraordinaria belleza, ha sido aceptado como un gran perro de compañía y de lujo, enamorado de su hogar y feliz en compañía de sus dueños.

La ración de comida diaria (dividida en dos partes) debe comprender de 400 a 500 gr. de carne de buey o de caballo, cortada en finos trozos, ligeramente cocida y acompañada por 200 gr. de arroz y legumbres.

Como dato curioso, debemos citar que el lebrele afgano ha sido llamado también "lebrele en pijama" por la extraordinaria belleza de su pelo sedoso, que debe ser cepillado y peinado muy a menudo. Resiste bien el calor y soporta dignamente la lluvia y el frío. Para mantenerlo en buena forma, es necesario hacer largos paseos con él, cada día.



## NATURALMENTE

(Dietética, aromas, esencias y otras hierbas)

### NATUROPATÍA

Quiromasajes

Av. Maladeta, 7 - 25530 VIELHA  
Tel. 973 64 13 12

Productos dietéticos  
Plantas medicinales  
Alimentación biológica  
Especias  
Cosmética natural

## LA TARTERIA

RESTAURANTE  
SALÓN DE TÈ

Plaza Mayor, 7  
25539 - GARÓS  
Tel. 973 64 00 96



## EL ALMACÉN DE LA TARTERÍA

DONDE ENCONTRAR NUESTRAS  
TARTAS Y ESPECIALIDADES

Artículos de mesa y cocina

c/ deth Fort, 8  
25599 - ARTIES  
Tel. 973 64 27 67



MUEBLES  
Y  
DECORACIÓN



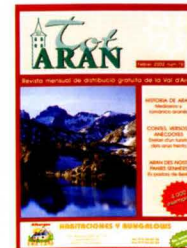
Edificio Cap d'Aran  
BAQUEIRA 1500  
Tel. 973 64 55 33

Ctra. Baqueira a Beret, km.1,5  
BAQUEIRA  
Tel. 669 70 18 75



puercultura  
moda infantil  
de 0 a 10 años

c/ Doctor Vidal, 1  
25530 - VIELHA  
Tel. 973 64 23 86



973 64 77 07

## TERMAS BARONÍA DE LES

Sumérjase en el mundo de las aguas termales



Piscinas de recuperación - Spas  
Tratamientos de belleza - Sauna  
Quiromasaje - Vaporarium

973 64 87 17





**BOSSÒST (VALLE DE ARAN)**  
Casa en venta de 150 m<sup>2</sup> en zona residencial.  
Ref. C 147 348.587 euros.



**VIELHA (VALLE DE ARAN)**  
Doble dúplex de 160 m<sup>2</sup>. Salón-comedor, cocina, 4 hab., 2 baños, parking. Ref. A 133 Precio a negociar.



**TREDÒS (VALLE DE ARAN)**  
Dúplex de nueva construcción. Salón-comedor, cocina, 2 hab., 2 baños. Parking y trastero.  
Ref. A-171 420.708 euros.



**VIELHA (VALLE DE ARAN)**  
Dúplex en venta, amueblado, 2 hab. 2 b. parking. Cerca Rotonda.  
Ref. A-157 252.425 euros.

Inmobiliaria Global, le da la bienvenida al mundo inmobiliario del Valle de Aran, ofreciéndole las múltiples y variadas actividades que le brinda el Valle y su entorno.

Además, en el Valle de Aran y en todo el territorio español, les ofrecemos.....

Casas, dúplex, apartamentos de dos y tres habitaciones, estudios, bordas a reformar y reformadas, terrenos urbanos y rústicos. También gestionamos la venta de su propiedad. Disponemos de un amplio abanico de posibilidades para inversores.

**Gestionamos alquileres de apartamentos para todo el año, temporada de esquí, semanas, fines de semana.**

No deje de visitar nuestras páginas web donde encontrará el producto que busca



José Porras Moreno  
Su asesor inmobiliario

Avda. Castiero, 15 entlo. 1  
25530 - VIELHA  
Tel. 973 640 765 / 616 783 632  
Fax 973 642 325  
www.inmoglobal.net  
www.inmoglobal.laweb.info  
inmoglobal@telefonica.net

Subastas inmobiliarias  
www.yvende.com

**INMOBILIARIA GLOBAL**  
COMPRA - VENTA - ALQUILER  
ASESORAMIENTO Y GESTIÓN



**VIELHA**  
**Local comercial en venta**  
Local 200 m<sup>2</sup> en zona comercial. Muy céntrico. Ref. L-108  
360.600 euros. 60.000.000 ptas.

**VIELHA**  
**Venta de negocio**  
Por jubilación. Empresa de rotulación y confección de carteles. Ref.: N-108  
500.000 euros. 83.193.000 ptas.

**VIELHA**  
**Local comercial en venta**  
Local 60 m<sup>2</sup> totalmente diáfano. Cualquier tipo de negocio. Ref. L-110  
117.197 euros. 19.500.000 ptas.

**MONTCORBAU**  
**Casa en venta**



Casa de 180 m<sup>2</sup> en venta + terreno de 77 m<sup>2</sup>. Sol todo el día y buenas vistas.  
Ref. C-135  
312.000 euros. 51.912.432 ptas.

**BAUSÈN**  
**Finca en venta**



Casa antigua con borda anexa y terreno de 2.000 m<sup>2</sup>  
Ref. T-125  
Precio a consultar



**VIELHA (VALL D'ARAN)**  
**Venta piso en La Solana**  
Piso nuevo en la Solana. Salón-comedor, cocina, 3 hab., 2 baños, parking y trastero.  
Ref. A 166  
360.607 euros. 60.000.000 ptas.

**BOSSÒST**  
**Casa y comercio en venta**  
Casa en venta de 196 m<sup>2</sup>, en la zona más comercial del pueblo. Planta baja ideal para montar un negocio. Ref. C 142  
390.658 euros. 65.000.000 ptas

**SAINT BÈAT (FRANCIA)**  
**Finca en venta**  
Finca de 817 m<sup>2</sup>, en venta. A 7 km. del Valle de Aran.  
Ref. C-148  
151.000 euros. 22.200.000 ptas.

**ES BORDES**  
**Casa adosada en venta**  
Casa adosada de 100 m<sup>2</sup>. Céntrica y tranquila.  
Ref. C-164 A  
237.400 euros. 39.500.000 ptas.

**NAUT ARAN**  
**Se traspasa restaurante**  
Se traspasa restaurante en Naut Aran, apto para 33 comensales. Altítilo de 35 m<sup>2</sup>, apto para almacén. Ref. Trasp. 101  
Precio traspaso: 60.000 euros.

**BAUSÈN (BAIX ARAN)**  
**Terreno en venta**  
Terreno de 300 m<sup>2</sup>, apto para construir 2 casas. Sol y grandes vistas. Ref. T-117  
54.091 euros. 9.000.000 ptas.

**ESCUNHAU**  
**Fonda - bar**



En Escunhau, se vende fonda - bar de 220 m<sup>2</sup>, con capacidad para 25 comensales. Ref. N-101  
570.962 euros. 95.000.000 ptas.

**BAGERGUE**  
**Venta último apartam. dúplex**  
Apartamento dúplex de 104 m<sup>2</sup> comedor, cocina, 2 hab., 2 baños. Garaje. Mucho sol. Ref. Prom 125  
375.032 euros. 62.400.000 ptas.

**VILAC**  
**Venta piso triplex**  
Piso triplex de 118 m<sup>2</sup>. 3 hab.+buhardilla, 2 baños+aseo. Parking. Ref. A 163 IV  
354.598 euros. 59.000.000 ptas.

**VALLE DE ARAN**  
**Coto en venta**  
Se vende coto en pueblo, donde poder construir 5 unidades independientes. Ref. T-124  
500.000 euros. 83.200.000 ptas



Terreno urbano de 100 m<sup>2</sup>, en venta. En casco urbano. Posibilidad construcción. Ref. T-116  
36.060 euros. 6.000.000 ptas.

**ESPLUGUES DE LL. (BARNA.)**  
**Plaza parking en venta**  
Venta de plaza de parking para coche grande, en Edif. Simbol. Ref. P-102  
Precio: A negociar

**BOSSÒST**  
**Alquiler de casa nueva**  
Se alquila casa nueva para todo año, completamente amueblada. Ref. Alq 128  
Alquiler: 841 euros/mes.

**VIELHA**  
**Alquiler de local**



Vielha. Se alquila local de 82 m<sup>2</sup>, en la Rotonda. Ref. Alq. 123  
Precio alquiler: 541 euros/mes.

**BAQUEIRA-TANAU**  
**Dúplex en venta**



Dúplex en venta de 88 m<sup>2</sup>, con 3 hab., 2 baños y trastero. Ref. A 155IV  
420.708 euros 70.000.000 ptas.

**VIELHA**  
**Venta de local**



Se vende local de 210 m<sup>2</sup> en Vielha. Muy céntrico y comercial (En la Rotonda). Obra nueva. Ventanales al exterior, acristalados. Apto para cualquier tipo de negocio. Ref. L 109  
Precio de venta: 871.468 euros. 130.000.000 ptas.

**VIELHA**  
**Alquiler de 3 locales**



Alquiler de dos locales de 100 m<sup>2</sup> cada uno. Obra nueva. Muy céntricos y en zona comercial. Ref. Alq. 109  
Consultar precio de alquiler.

**BETRÈN**  
**Terreno rústico en venta**  
Terreno rústico de 11.800 m<sup>2</sup>, situado a la salida del pueblo. Ref. T-123  
708.000 euros. 117.801.000 ptas.

**VIELHA**  
**Venta de local**



Vielha. Venta de un local de 129 m<sup>2</sup>. Muy soleado y cerca de la Rotonda. Ref. L 104  
Precio venta: 180.305 euros. 30.000.000 ptas.

**ES BORDES**  
**Terreno en venta**  
Terreno rústico y llano de 14.500 m<sup>2</sup>, apto para camping o actividades lúdicas. Ref. T-104  
130.000 euros. 21.630.000 ptas.

Avda. Castiero, 15 entlo. 1  
25530 - VIELHA

Tel. 973 640 765 / 616 783 632  
Fax 973 642 325  
www.inmoglobal.net

www.inmoglobal.net  
www.inmoglobal.laweb.info  
inmoglobal@telefonica.net

### AMASSADA INFORMATIVA ENTÀ MIELHORAR ERA SEGURETAT ENES EMPRESAS EN ÀMBIT DES PANATÒRIS DAMB FÒRÇA

Eth Conselh Generau d'Aran, amassa damb era Region Policiau deth Pirenèu Occidentau ABP Val d'Aran, a realizat ua amassada informativa tà toti es empresaris dera Val d'Aran, damb ua sèrie de recomanacions entà pr'amor de mielhorar era seguretat en àmbit des panatòris damb fòrça. En marc d'ua seguretat complèta o integrada, es Mossos d'Esquadra an explicat que cau distinguir dus tipus de mesures tà adoptar, fisiques e electronicas.

#### 1.- MESURES FISIQUES.

- Es prumèras mesures que podem considerar indispensables son un barrat perimetrau adequat e ua illuminacion exteriora suficienta.
- Barrat adequadament toti es accèssi tara empresa, un viatge aguesta a finalizat era activitat.
- Eliminar toti es elements que permeten accedir d'ua forma facilata tath tet o hièstres dera empresa.
- Evitar deishar sòs en efectiu o objèctes de valor enes dependències dera empresa.
- Evitar qu'eth personau alien ara empresa coneishe eth foncionament intern (oraris, numèro de treballadors, vigilants se'n i a, eca...) e era distribucion (a on se trapen es caishes de seguretat, es burèus, eca...).

#### 2.- MESURES ELECTRONIQUES

En cas dera installacion d'un sistèma de seguretat, cau qu'auetz en compde es següentes consideracions:

- Installar eth sistèma de seguretat per ua empresa de seguretat omologada (article 39 Reau decret 1123/01, modificacion deth Reglament de Seguretat Privada).
- Installar un sistèma de seguretat que sigue connectat a ua Centrau Receptora d'Alarmes (CRA) omologada, tà pr'amor de garantir, en cas d'intrusion, ua responsa per part dera policia.
- Installar era caisha d'alarma, en un lòc de dificil accèss, tà pr'amor de dificultar era sua neutralizacion en cas d'intrusion. Es empreses de seguretat omologades vos pòden assessorar en aguesti aspèctes e d'auti, coma era distribucion més efectiva des detectors volumetricos.
- Valorar era possibilitat de realizar era connexion deth sistèma de seguretat ara CRA per dues vies de comunicacion diferentes, (RTC, GMS, via radio,...), mesura que respon a possibles talhs dera linha telefonica o ben ar us d'inhibidors de freqüència,...
- Informar ara CRA sus es telefons de contacte deth responsable/s tà que s'adrecen ara empresa en cas d'activacion dera alarma e facilitar atau er accèss e era informacion necessària ara policia.
- Era revision e eth manteniment des elements de seguretat a d'èster periodica. Aguestes revisions an coma finalitat, mantier eth sistèma de seguretat operatiu e eliminar es fausses alarmes. Auer installat un sistèma de seguretat electronic implique velhar tà qu'aguest realize de forma optima era sua foncion, cau fixar-se en non mèter elements fisics coma caishes, prestatges, eca... dauant des detectors volumetricos.
- Valorar era possibilitat d'installar un servici de videovigilància damb supòrt de grabacion. Cau auer presentes es caracteristiques tecnicas des cameres e era illuminacion existent, tara posteriora qualitat des imatges grabades. Tanben cau protegir o dificultar er accèss ara plataforma analogica o digitala (video, disc dur,...) a on s'enregistren es imatges.



**LAVANDERÍA  
TINTORERÍA**

COMPLEJO **ELURRA**  
(AL FINAL DE LA RAMPA)

973 64 09 54  
609 83 91 99



**CUCHILLERÍA - AFILADOR  
DOMINGUEZ**

AFILADO DE CUCHILLOS Y TIJERAS

ESPECIALIDAD EN HOSTELERÍA  
VISITAS MENSUALES

Tel. 636 30 37 92



Ambiente  
acogedor

**O ALAMBIQUE**

Platos combinados  
Tapas caseras

Duc de Dènia, 49  
25550 - BOSSÒST  
Tel. 973 64 70 47

**PINTURAS  
NASARRE**

PINTURA EN GENERAL  
PULIDO Y BARNIZADO  
DE PARQUETS



c/ Sant Serat, 18  
25550 - BOSSÒST

Tel. 973 64 83 67  
607 18 21 43  
Fax 973 64 74 00



**PLADUR**



**KNAUF**

Aislamientos térmicos y acústicos  
Techos continuos (Pladur)  
Tabiquería interior (Pladur)  
Techos desmontables (Arstrong)  
Insonorización

San Jaime, 23  
25550 - BOSSÒST  
Tel. 609 392 283 - 665 280 938  
Fax. 973 64 80 82

**BAR RESTAURANT  
ERA PUMA**

Menú casero  
Platos combinados  
Tapas y bocadillos



Av. Pas d'Arrò, 23 - C  
25530 - VIELHA (Val d'Aran) Tel. 973 642 449

**LA CRÉMAILLÈRE**



Parrilladas a la piedra  
Raclettes al fuego de leña  
Deliciosas fondues  
Crepes, barquillos, helados

Abierto todo el día

30, Allées d'Etigny  
31110 - LUCHON (Francia)

Tel. 00 33 561 945 945  
www.lacremaillere.fr



## CHISTES

Un niño le dice a su padre:  
- Papá, ¿te gusta la fruta cocida?  
Y el padre le contesta:  
- Si hijo, me encanta  
A lo que el chaval le responde:  
- Pues alégrate, ¡se te está quemando el huerto!

El paciente, al salir de una operación oftalmológica le dice al oculista:  
- Doctor, ¿Vd. cree que perderé el ojo?  
A lo que el cirujano responde:  
- Hombre, no creo, yo se lo he envuelto muy bien y se lo he puesto en el bolsillo derecho.

Un loco le dice al otro:  
- Yo soy el Rey, porque me lo ha dicho Dios.  
- ¡Oye, yo no te he dicho nada!- le responde el otro.

## SOPA DE LETRAS

Encontrar el nombre de 10 ríos del continente americano (América del Norte y del Sur). Se trata de nombres simples. Las palabras pueden estar situadas de derecha a izquierda, de izquierda a derecha, de arriba a abajo, de abajo a arriba o en diagonal, en ambos sentidos.

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

## PROBLEMA MATEMÁTICO

Dos grifos llenan una piscina en 15 horas. Si uno de ellos mana el triple de agua que el otro, ¿cuántas horas tardará cada uno de ellos en llenarla, por separado?.

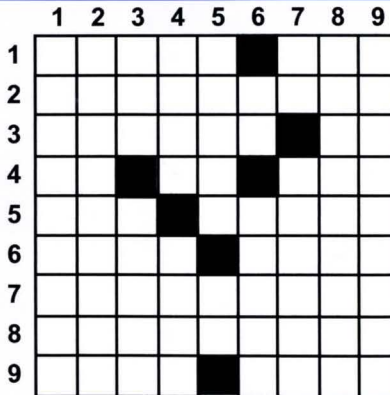
José M<sup>a</sup> Vecina - Madrid

Las soluciones en la página 57

## Entretenimientos



## CRUCIGRAMA Nº 47 MARZO 2005



**HORIZONTALES:** 1- Blanco de tiro. Junta con pegamento. 2- Hicieron enfadar. 3- Tierras para toros. Vete sin las vocales. 4- Lo que gritan las ovejas. Grito del militar chusquero. Ríe, pero a contracorriente. 5- Coger sin límites. Señale con el dedo en el juicio. 6- Satélite de La Tierra. Similar, parecido. 7- Bastarda e ilegal. 8- Las prendas que sudan los deportistas cuando se esfuerzan. 9- Examen en el que se puede hablar. Cerebro mareado.  
**VERTICALES:** 1- Propio del demonio. 2- Desigual, extraño y poco legal. 3- Dentro de la pajarería. Lavativa. 4- En catalán, muñeca. Rápido, atlético. 5- Sujetará con cuerdas. La mitad del piso. 6- La carta campeona en el deporte. Suspensos. 7- Patria de Abraham. Planta verdadera. 8- Superlativo de nuevas. 9- Se preparase para batir todos los récords.

**Habitst Aran**  
Consulting immobiliari

**Casa Esteve**  
GESSA

Dos únicas casas aranesas en Gessa a punto de finalizar su construcción. Tres dormitorios. Vistas excepcionales. Acabados de calidad.



PROMOCIONES OBRA NUEVA ■ COMPRA-VENTA SEGUNDA MANO  
COMPRAMOS O PERMUTAMOS SOLARES ■ MANAGEMENT INTEGRAL

www.habitstaran.com  
Plaça deth Coto Marçò, 3  
25530 VIELHA (detrás iglesia)  
Tel. 973 64 26 25

### VIELHA



Sapporo:  
Apartamento de dos dormitorios, reformado.

### CASARILH



Casa Aranesa, semi nueva, 4 dormitorios y jardín.

**Peccata Minuta**

**A PARTIR DE 0,60 €**

regals  
complements  
articles de la llar  
inciensos  
i més...



Avda. Maladeta, 25 local 2  
25530 - VIELHA ( Lleida)  
Tel. - Fax: 973 64 04 13

Servicio Interflora a domicilio



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





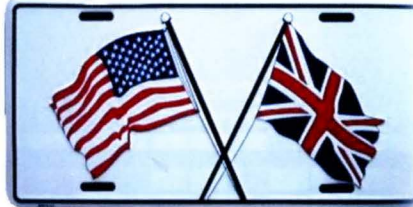
## TIEMPOS MODERNOS

En esta época de globalización, ponte al día o te quedas fuera... De qué?. Ni idea... Desde que a las insigias las llaman "pins", a los invertidos "gays", a las comidas frías "lunchs" y a los repartos de cine "castings", España no es la misma. Ahora es mucho más moderna.

Durante muchos años, los españoles hemos estado hablando en prosa sin enterarnos. Y lo que todavía es peor, sin darnos cuenta siquiera de lo atrasados que estábamos. Los chicos leían revistas en vez de "cómic", los jóvenes hacían asaltos en vez de "partys", los estudiantes pegaban "posters" creyendo que eran carteles, los empresarios hacían negocios en vez de "business" y los obreros, tan ordinarios ellos, a mediodía sacaban la fiambra en lugar del "tupper".

Yo, en primaria, hice "aerobic" muchas veces, pero en mi ignorancia, creía que hacía gimnasia. Afortunadamente, todo esto hoy ha cambiado; España es un país moderno y a los españoles se nos nota el cambio exclusivamente cuando hablamos, lo cual es muy importante... Cuando estudiábamos como locos ante un examen parcial en la facultad, decíamos "estoy hasta las bolas ó hasta las narices" cuando en realidad, no nos dábamos cuenta que estábamos a "full", que queda mucho mejor.

Cuando decidíamos parar un poco para comer ó tomar algo, decíamos "vamos al bar a comer unos bocadillos"; éramos tan ignorantes que no nos dábamos cuenta que en realidad estábamos haciendo un "break"; y ahora somos más listos: vamos a McDonald's a comer unos "burguers"... No es lo mismo decir "bacon" que tocino, aunque tengan la misma grasa, ni vestíbulo que "hall", ni jugar al polo con ventaja que con "handicap". Las cosas, en otro idioma, mejoran mucho y tienen mayor presencia.



Desde que Nueva York (sorry New York) es la capital del mundo, nadie es realmente moderno mientras no diga en Inglés un mínimo de cien palabras. Desde ese punto de vista, los españoles estamos ya completamente modernizados. Ya no tenemos centros comerciales: ahora son todos "shoppings". Y de la misma manera sacamos "tickets", compramos "compacts", usamos "kleenex", comemos "sandwichs", vamos al "pub", hacemos "footing" (nada de andar caminando, así, sin más) y los domingos, cuando vamos al campo (que los más modernos llaman "country") en lugar de acampar como hasta ahora, hacemos "camping". Y todo ello, con la mayor naturalidad y sin darle apenas importancia. Obviamente, esos cambios de lenguaje han influido en nuestras costumbres, han cambiado nuestro aspecto, que ahora es mucho más moderno y elegante, es decir, más "fashion".

Y desde hace algún tiempo, los importantes son "vips", los auriculares, "walk-man"; los puestos de venta, "stands"; los ejecutivos, "yuppies"; las niñeras, "baby-sitters" y los derechos de autor, "royalties". Y por supuesto ya no pedimos perdón, decimos "sorry" y cuando vamos al cine no comemos palomitas, sino "pop-corn" que están más sabrosas. Para ser ricos del todo y quitarnos el complejo de país tercermundista que tuvimos algún tiempo y que tanto nos avergonzó, sólo nos queda decir "siesta" con acento americano, que es la única palabra que el español ha exportado al mundo, lo que dice mucho a favor nuestro...

Como dijo Peter Destroyer: "Ya no quedan más domadores. Ahora todos son licenciados en problemas de conducta de equinos marginales..."

concertar cita  
previa

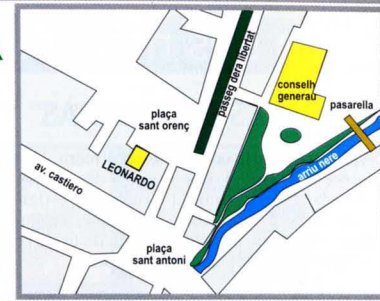
# LEONARDO

peluquero

peluquería de caballeros

plaça sant orenç, 3  
VIELHA

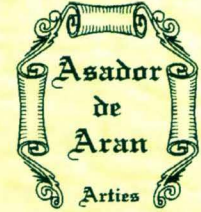
Tel. 973 64 22 03



peluquería  
Carmen Sicart

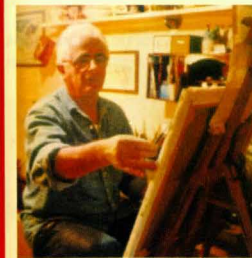


c/ Casteth, 3 - Bloque B  
25530 - VIELHA  
Tel. 973 64 07 40



Plaza Planhèra  
25599 - ARTIES (Valle de Aran)  
Tel. 973 644 554

e.mail: aranweb@aranweb.com  
www.aranweb.com/asador



## EXPOSICION D'OLIS DE MIQUÈU HERREROS



Miquèu Herreros neishec en Es Bòrdes er an 1944. S'a forjat eth sòn pròpi camin en art dera pintura, tostemp cercant ua personalitat creadora, entada eth era qualitat mès importanta. Era sua debilitat peth paisatge hè qu'enamajoria des sues òbres mos ensenhe variats e polidi corners dera Val d'Aran, u aval que lo vedec nèisher, e ei ara quan preten tornar-li part de tot aquerò qu'aguesta li a dat. Pr'amor d'acò, per aqui a on va e expòse era sua òbra, se sent orgulhós de poder ensenhar enes sues teles era beresa d'aqueri pòbles aranesi e eth variat colorit des sues montanhes, en tot establir, atau, ua relacion entre er artiste e era sua Val de neishença

Sala deth Ajuntament de Vielha – Av. Pas d'Arrò, 7 (Edifici La Caixa)

Deth 19 de Març ath 3 d'Abriu  
De Delus a Dimenge, de 11,30 A 13,30 e de 17 a 21 ores



## ES HÈSTES DE MAGRÀS

Aué serà encara un dolent dia d'iuèrn. Harà ua hórta gelada, e un jorn més non poderam méter eth nas dehòra pr'amor deth heired. Era prumèra des causes que hèsqui quan comence eth dia ei guardar pera hièstra. Ara mia enguarda i son es prats d'Aran. Ua estienuda blanca de gèu les capère com s'auesse nheuat e que sonque desapareisherà quan eth soleil arribè, vengue a escauhar un shinhau era atmosfèra, e hèsque a pujar un drin eth termomètre qu'ei a quate grads ath dejós de zèro. Aguesta pujada, totun, serà de curta durada, pr'amor qu'eth soleil s'amague lèu darrèr des montanhes.

Es tardes son longues e engüegiues. Son tardes a on as eth besonh de que quauquarren te vengue a trèir d'aguest engüeg. Son tempsi tanben, tà pensar enes tòn rebrembes mainadencs. En un humarau d'ua casa aranesa i a tostemp un lòc tà ua ucha, un mòble de husta a on es vielhs i amagauen es bens qu'auien més de valor entada eri. Aguesta tarde d'iuèrn, ei aquera tarde a on as era hami de pujar en humarau, de daurir eth caperader dera ucha e de escorrumflar aquièu laguens. Ath hons, en un cornèr deth mòble, ua caisha de carton jaunida peth temps me demoraue e laguens un ramat de fotografies que me volien condar era sua istòria. En ua d'eres, era mia uelhada s'arturèc. Ei ua fotografia des hèstes de Magràs en pòble de Bossòst. Encara qu'era Val d'Aran non siguesse en conflicte, (non viuèsse cap de guèrra), era gent aranesa sabie que pendent es guèrres i auie ua organizacion umanitària de solidaritat tà secórrer e vier en ajudar de toti es mau herits e malauts que i a en totes es guèrres. Aguesta associacion ei era Crotz Vermelha.

E entà aumenatjar-la, tota era joenessa deth pòble volec que siguesse representada ena sua hèsta de Magràs. I participèren, es musicaires, es gojates, gojats e es costurèrs tà confeccionar es vestits que sevrien tà disfrassar-se. Ena hèira de Sant-Beat se cromptèc ua cotonada blanca tàs pelhes des infirmières, e tath drapèu a on se i pintèc era sua crotz vermelha. Non se deishèc de condat cap de detalh enes vestits, eth capulet blanc, es miches blanques e eth caucèr. Roseta, de çò de Jaume ère era cantinièra. Toti es musicaires tamb es sòn es instruments de musica. Jusep, eth boscatèr, causic ena sua bòrda un parelh de bòs, es més pausadi, tà carrear era carreta que hège d'ambulància. Ues vielhes cortines de çò de Miquèu serviren tà hèr d'abriges tà méter dessus des esquies des bòs. Es abrigues se passauen pera coa der animau, e s'estacauen en sòn còth, tà que non se moiguessen.

En tota era Val d'Aran, Magràs ère un dia de gòl en toti es pòbles. De çò que siguec aqueth dia de Magràs mos quede aguesta fotografia. Totes aguestes persones mos an deishat, més en nòste rebembe, son tostemp ac demèi de toti nosati.



Juanita Santafusta Baqueria de çò deth sarte Guilhèm  
Foto: Sra. Juanita Santafusta

LA MEJOR OPCIÓN EN VIELHA  
PARA SUS BODAS, BANQUETES  
Y REUNIONES DE EMPRESA.

**Sol Vielha** LLEIDA

Anele, 1 - VIELHA - VALLE DE ARÁN (LEIDA)  
Tel. 973 63 80 00 - Fax: 973 63 80 09  
e-mail: sol.vielha@salmelia.com



El prestigio y la calidad de la gastronomía en nuestro hotel, se hace patente desde el más completo bufé de desayuno. Por eso nos atrevemos a decir que, si lo desea, puede disfrutar de unos buenos huevos fritos. Desayuno bufé, todo incluido: 7 euros por persona.

Por el contrario, si lo que desea es comer bien al mediodía, le sugerimos nuestro menú *esquiador*, por sólo 10 euros/ persona. Si lo que prefiere es venir a cenar, le proponemos disfrutar de un magnífico bufé para cenar. Cena bufé: 15 euros por persona.

POR SUS 90 HABITACIONES COMPLETAMENTE EQUIPADAS, SU RESTAURANTE Y EXCELENTE GASTRONOMÍA, SUS MAGNÍFICAS SALAS DE REUNIONES Y BANQUETES, SU PISCINA CLIMATIZADA, SU CENTRO DE SALUD Y BELLEZA Y LA GARANTÍA DE LA CALIDAD SOL MELIA QUE LO CONVIERTE EN LA MEJOR OPCIÓN PARA DISFRUTAR DE SU ESTANCIA, TANTO SI ES EN INVIERNO COMO EN VERANO, Y ES QUE, VENGA EN LA TEMPORADA QUE VENGA, EN VIELHA SIEMPRE BRILLARÁ EL SOL.



www.salmelia.com  
Información y reservas en su Agencia  
de viajes o en el tel. 902 14 44 44

**Sol Hoteles**  
Hotels & Resorts



**Daniel Vázquez Vázquez**  
25550 - BOSSÒST (Val d'Aran)

**COYOTE**

**CARPINTERÍA**

**TEJADOS - REVESTIMIENTOS  
CUBIERTAS - PARQUETS  
RESTAURACIONES**

**Tel. 620 433 277**



**Restaurante  
Antonio**

c/Casteth, 1  
VIELHA (Val d'Aran)  
Tel. 973 64 08 87



**IMPORTANTE**

# AVISO



Alguien no identificado, se está poniendo en contacto con algunos de nuestros clientes, ofreciéndoles el publicitarse en la página web de TOT ARAN. Desde este editorial, queremos informarles que esta iniciativa no ha partido de nuestra redacción, puesto que nuestra página web está aún en período de elaboración. Debemos notificarles, por tanto, que en caso de recibir una llamada ofreciendo este servicio, deberá tratarse de algún impostor que utiliza indebidamente el nombre de nuestra Revista.

En el momento en que nuestra Editorial disponga de página web propia, será nuestra responsable comercial, Sra. M<sup>a</sup> Rosa Puig quien, EN PERSONA, les visitará.

## Teléfonos de interés



|   |              |                                      |             |
|---|--------------|--------------------------------------|-------------|
| CONSELH GENERAL D'ARAN                  | 973 641 801  | INFORMACIÓN Y TURISMO DE BOSSÒST     | 973 647 279 |
| BOMBEROS (URGÈNCIAS)                    | 085          | INFORMACIÓN Y TURISMO DE LES         | 973 647 303 |
| POMPIERS BOSSÒST                        | 973 648 380  | INFORMACIÓN Y TURISMO DE SALARDÚ     | 973 645 197 |
| 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 CÁTALA (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          | FARMACIOLA CATALÀ (SALARDÚ)          | 973 644 225 |
| GUARDIA CIVIL DE MONTAÑA                | 973 640 005  | TAXI JUAN BERDIÉ (CASAU)             | 619 791 507 |
| POLICIA NACIONAL (URGÈNCIAS)            | 091          | TAXI J. ALEXANDRE (BETRÈN)           | 619 957 555 |
| POLICIA NACIONAL (COMISARÍA DE LES)     | 973 648 014  | TAXI OLPERER S.L. (ARTIES)           | 973 640 442 |
| MOSSOS D'ESQUADRA VIELHA (URGÈNCIAS)    | 088          | TAXI J. ANTONIO PUENTE (GARÒS)       | 630 980 934 |
| MOSSOS D'ESQUADRA VIELHA                | 973 357 285  | TAXI BENJAMÍN MOLES (BOSSÒST)        | 973 648 242 |
| AYUNTAMIENTO DE ARTIES                  | 973 641 612  | TAXI ANGEL JAUMOT (BETRÈN-VIELHA)    | 605 276 387 |
| 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 JAVIER CASTET (BOSSÒST)         | 973 647 124 |
| ALSINA GRAELLS VIELHA (COCHES LÍNEA)    | 639 380 373  | POMPAS FÚNEBRES PARDO (VIELHA)       | 973 642 339 |
| PARROQUIA DE VIELHA                     | 973 640 021  | ESTADO DE LAS CARRETERAS DE CATALUÑA | 900 123 505 |
| PARROQUIA DE BOSSÒST                    | 973 648 253  | CINE DE VIELHA                       | 973 640 830 |
| PARROQUIA DE LES                        | 973 648 105  | CINEMA CULTURAL DE BOSSÒST           | 973 648 157 |
| PARROQUIA DE SALARDÚ                    | 629 791 095  |                                      |             |

## CUBIERTAS Y PIZARRAS DE ARAN S.L.

CARLOS RODRIGUEZ



VENTA Y MONTAJE DE CASAS DE MADERA  
CONSTRUCCIÓN DE TEJADOS DE PIZARRA  
ALQUILER DE GRÚAS TELESCÓPICAS Y ELEVADORES TIJERA

Oficinas:  
Centro Comercial Elurra  
Edif. Eguzki - Local 4  
973 64 32 37 - 973 64 32 58

Almacén:  
Avda. Garona, 2  
25530 - VIELHA  
630 78 96 50

**TOT ARAN** Anuncia't a **TOT ARAN**  
La teva Revista  
973 64 77 07



- TELEFONICA MOVISTAR
- MOVISTAR EMPRESAS
- LÍNEAS RTB-ADSL-RDSI
- TODO EN ACCESORIOS
- TERMINALES LIBRES

TRATO PERSONALIZADO



**MOVIARAN 2000**  
Avda. Alcalde Calbetó  
(Rotonda)  
25530 - VIELHA  
Tel. 973 64 32 01  
Tel/Fax 973 64 28 58



TELÉFONOS LIBRES  
INALÁMBRICOS - FAX  
FLJOS - PDA - EMISORAS  
ACCESORIOS PARA MOVIL  
KIT M/L PARA COCHE  
BLUETOOTH



**MOVIARAN 2000**  
Plaza Sant Orenç, 2  
(Passeig dera Libertat)  
25530 - VIELHA  
Tel. 973 64 13 62



*Anna Nicolàs*

**ALQUILER Y VENTA GRANDES OFERTAS**

CASAS ARANESAS Y APARTAMENTOS EN LA VALL D'ARAN

Ctra.de Gausac, 1- entlo.18  
25530 - VIELHA - Lleida  
Tel. y Fax - 973 64 15 02  
Móvil - 649 87 32 08

**Flors e Floretes**

ya a la venta flor de temporada

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

## P ARDO S.L.

### FUNERARIA

Todo tipo de trámites  
Asistencias  
Traslados

Contratos de previsión de exequias

c/Doctor Vidal, 1  
(Junto al hospital de Vielha)  
25530 - VIELHA

### MARMOLISTERÍA

Sepulturas  
Chimeneas  
Encimeras

Tel. 973 64 23 39  
619 51 08 22  
Fax.973 64 32 58

## MAS DE MASOS, UN PRIORATO EXCELENTE



Este mes hablaremos de un vino del Priorato, un tinto reserva del 93. La Empresa Cellers Capafons Osso, de Falset (Tarragona) nos brinda el vino *Mas de Masos*, que tiene una graduación alcohólica del 14 % vol. y está elaborado a partir de uvas Garnacha, Cariñena, Merlot y Cabernet Sauvignon

Muy bello a la vista, con un color rojo rubí muy cubierto en capa. En nariz sorprenden tanto su complejidad como su elegancia. Muestra aromas animales, con notas de pelo y cuero, pero también otros que hacen pensar en distintos estadios del reino vegetal: desde la fruta madura, hasta el sotobosque, pasando por la evidencia de maderas finas y cuidadas. En boca resuelve el encuentro con contundencia, y

muestra unos taninos excelentes, pero que necesitan suavizar su dureza, y una carnosidad frutal que lo vuelve goloso, muy deseable. Es también muy elegante al final, donde, tras confirmar su personalidad compleja, queda largo tiempo en el recuerdo del catador.

## COMARCA VINÍCOLA: CHACOLÍ DE VIZCAYA

La comarca vinícola Chacolí de Vizcaya, se halla esparcida en la provincia del mismo nombre, en dos núcleos principales: Baquío, al norte de la provincia y Balmaseda, al oeste.

Es una comarca de poca extensión, ya que sólo abarca unas 50 hectáreas y posee un clima cantábrico, húmedo, con abundante pluviosidad (del orden de 1100 a 1300 mm. y entre 120 y 150 días de lluvia al año) y temperaturas suaves (con una media anual de 14° C), si bien, cuando sopla viento del Sur, pueden alcanzarse los 40°, en verano.

Los suelos, de origen cretáceo y de color pardo, proceden de margas y areniscas. Son profundos, fértiles y permeables, con estructura bien desarrollada y un adecuado contenido en caliza.

En ellos se cultiva la variedad Hondarribi Zuri, en cuanto a uvas blancas y Hondarribi Beltza para los vinos rosados y tintos. Todos los vinos elaborados en esta comarca, tienen una graduación alcohólica mínima del 9,5% vol.



## CHARCUTERÍA ETH GRAUER

ESPECIALIDAD EN PRODUCTOS DEL PAÍS  
GRAN SURTIDO DE SETAS  
QUESOS Y EMBUTIDOS - CHARCUTERÍA  
VERDURAS - LÁCTICOS - VINOS Y LICORES



Duc de Dènia, 27 - 25550 BOSSÒST  
T. 973 64 73 54

NUEVA DIRECCIÓN



Arties  
Tel. 973 64 09 26

BAR

**URTAU**

TAPAS & PINCHOS



PINCHOS **Bossòst**  
Tel. 973 64 73 27



RESTAURANTE  
**EL MOLÍ**

Cocina casera y brasa  
Especialidad en cocido

PRUEBEN NUESTROS  
**CALÇOTS**

c/ Sarriulèra, 26  
25530 - VIELHA

Tel. 973 64 17 18



CONSORCI **LLEIDATÀ DE CONTROL**

control de qualitat en  
edificació i obra pública



geotècnia - formigó - ceràmica - diagnosi - fusta - sols i vials - instal·lacions

LLEIDA - 973 24 70 08 / LA POBLA DE SEGUR - 973 68 14 14 / VIELHA - 629 69 25 88

consorci@conslab.com

www.conslab.com



**SUPERMERCADO MADRID**

VINOS Y LICORES - ALIMENTACIÓN  
FRUTAS Y VERDURAS - CHARCUTERÍA  
PERFUMERÍA - TABACOS



GRAN CAVA

c/ Mayor nº 27 25550 - BOSSÒST Tel. 973 648 094 FAX 973 648 301

## Trucos del hogar



### PRENDAS DESTENIDAS

En caso de que una prenda oscura haya desteñido y manchado otra más clara, hierva cáscaras de huevo en un litro de agua. Remoja la prenda desteñida una vez que el agua ya esté fría.

### ESTORES

Sustituye las puertas de los armarios empotrados de tu habitación por estores, tradicionales o de láminas; ganarás espacio y quedará muy decorativo. Los hay con bonitos estampados.

### DESCONGELAR CON UN PAÑO CALIENTE

Descongelarás más rápidamente los alimentos si los sacas del molde, los colocas en una fuente y los enrollas durante unos minutos en un paño empapado en agua caliente. Es muy útil en caso de invitados inesperados.

### UNA NEVERA SIN OLORES

Si has vaciado tu nevera para descongelarla y tiene olores, coloca dentro un plato con vinagre hirviendo. El vapor acabará con ellos. Si, en cambio, la nevera está llena y algo ha sacado olor, retíralo y pon dentro un plato lleno de leche.

### TIESTOS DE PLASTICO

Si has plantado tus flores en una maceta de plástico y no quieres que se te echen a perder, riégalas con menor frecuencia de lo acostumbrado, ya que el plástico dificulta la transpiración de las plantas y, por tanto, el exceso de agua no se evapora, se queda retenido en el interior.

*Trucos facilitados por Jonerik (Vielha)*

TOT  
ARAN  
Recomienda

## Coquette...moi? lencería para soñar

Moderna boutique de la diosa Moda. Lencería femenina y masculina en pleno centro de Vielha..... "Coquette...moi?".

Prestigiosas firmas como Andrés Sardá, Calvin Klein, D & G, TCN, Kenzo, University, Simona Pérèle, Chpie, Allumette, Eminente, Hugo Boss, Giulio y Janira, etc..las podréis encontrar, tanto para hombre como para mujer, en un espacio único. Una boutique en donde la clase y la luminosidad marcan la diferencia y en donde la esmerada atención que os reserva Pilar, su creadora, hacen que "Coquette...moi?" sea un espacio, diferente, cálido y acogedor.

Si hablamos de elegancia, de belleza, de personalidad, de un espacio en donde la moda íntima es una caricia para el cuerpo.....hablamos de "Coquette...moi?"

Consultar anuncio página nº 35



26 **TOT**  
ARAN



**Carmen  
CAUBET**  
DECORACIÓN

PROYECTOS DE DECORACIÓN  
TAPICERIAS  
OBJETOS DE REGALO

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

### CONSTRUCCIONES

**ANPEMA 2001 S.L.**  
PERFECTO BREA

C/ dera Closa, 18  
25550 - BOSSÒST

Tel. 973 64 73 21  
Móvil 679 43 96 55



## LOU PITCHOUNET

El Tiovivo de Luchon

Estamos en el  
Parque Termal

Abierto  
todo el año



Carolina **Juanes**  
sofàs

C/ Deth Tunel, 9 -11 VIELHA - Tel/Fax 973 64 05 89 - carolina@juanes.com

**TOT** 27  
ARAN

NUEVO  
EN  
BOSSÒST

**El  
Paraíso**  
ARTICULOS DE REGALO

REGALOS  
ARTICULOS  
DEL HOGAR  
COMPLEMENTOS

A PARTIR DE 1 EURO

C/Pietat, 28  
BOSSÒST  
Tel.973 64 74 41

Anuncia't

a  
**TOT ARAN**  
973 64 77 07



## AYUDAS ECONÓMICAS AÑO 2005

(Por hijo a cargo, adopción o acogimiento múltiple)

### PRESTACIÓN ECONOMICA POR HIJO A CARGO

El objeto es dar un soporte económico a las familias con hijos menores de 3 años, y a las familias numerosas o monoparentales con hijos menores de 6 años, para compensar el esfuerzo en el cuidado de sus hijos y contribuir a su bienestar.

Las prestaciones son:

- 75 euros por hijo menor de 3 años
- 650 euros por hijo menor de 6 años, en el caso de familias numerosas o familias monoparentales

### DESTINATARIOS

- Todas las familias residentes en Cataluña con hijos nacidos entre el 1 de enero de 2002 y el 31 de diciembre de 2005.
- Las familias numerosas o familias monoparentales residentes en Cataluña, con hijos nacidos entre el 1 de enero de 1999 y el 31 de diciembre de 2005.
- Las familias residentes en Cataluña con hijos en acogimiento o adoptados, siempre que la fecha del acta notarial o la sentencia de adopción, o acogimiento, o la resolución administrativa del acogimiento, sea entre el 1 de enero de 2002 y el 31 de diciembre de 2005; y en el caso de familias numerosas o monoparentales, entre el 1 de enero de 1999 y el 31 de diciembre de 2005.

PLAZOS: Se pueden presentar solicitudes del 7 de febrero de 2005 al 31 de diciembre de 2005.

LUGAR DE PRESENTACIÓN: Oficinas de Bienestar y Familia de la Generalitat de Catalunya.

*El IPC interanual, a Enero 2005, es del 3,1 %*

Artículo facilitado por CADION ASSESORAMENT E GESTION, de Vielha

Assessorament  
**CADION s.l.**  
 Gestió  
 LABORAU - FISCAU - COMPTABLE

c/ Dr. Manuel Vidal, 1 1º A  
 25530 - VIELHA (Lleida)  
 Tel. 973 64 20 79  
 Fax 973 64 29 19  
 e.mail: cadionsl@tiservinet.es

 **Peluquería Destellos**

Ctra. de Gausac  
 Edif. Creu de la Neu, 2  
 25530 - VIELHA  
 Tel. 973 64 05 08

**MRW**  
 Av. Maladeta, 14  
 25530 - VIELHA

Enviaments de paqueteria i documentació  
 654 agències a tota Espanya  
 El camí més ràpid, al millor preu  
 Tel. 973 641 252 - Fax 974 642 140

**AGENCIA INMOBILIARIA H.C. VISSER** Av. Gallieni, s/n Saint Bèat  
 Fax 00 33 562 00 11 54



Chalet cerca de Fos, con gran salón-comedor, 3 hab., gran garaje y terreno de 1.500 m2.  
**160.000 euros.**



Gran casa de 150 m2 en SAINT BEAT. Con buhardilla acondicionable  
**75.000 euros.**



Gran mansión de 350 m2 cercada SAINT BEAT. Con 2 salones, comedor, 7 hab. y 4 baños 3.000 m2 de jardín + garaje.  
**325.000 euros.**

A 5 mín. después de Saint Bèat, en un tranquilo pueblecito, finca para acondicionar y reformar, con dependencias grandes. Posibilidad de 300 m2 habitables. Agua y electricidad + 200 m2 de terreno anexo. **80.000 euros**

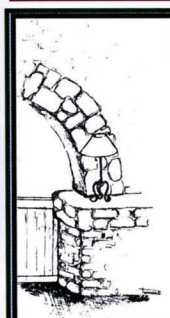
CONCERTAR CITA PREVIA  
**00 33 681 37 81 14**  
 Sr. Felip Bonnet

**JORDI SERVIHOGAR**

Cubiertas - Tejados  
 Electricidad  
 Lampistería  
 Pintura - Parquets  
 Jardinería  
 Repaso tejados

**BOSSÒST**

659 176 606  
 660 517 656



**Eth Mòs D'Aran**  
 Bar - Restaurant

Abierto mediodía de 13 a 15,30 y noche a partir de las 19 h  
 Miércoles y Domingo, cerrado al mediodía

Mediodía Menú: 10 euros

Pan con tomate  
 Embutidos de calidad  
 Ambiente acogedor

Av. Calbetó nº 1 - Galerías Creu dera Nhèu - VIELHA  
 Tel. 618 605 857



**electrònica M. PERAILES S.L.**

DIGITAL +  
 ELECTRODOMÈSTICOS

Av. Pas d'Arrò, 50  
 25530 - VIELHA  
 Tel. 973 641 560  
 Fax 973 641 955  
 cperailles@telefonica.net

**TABACS BOYA**

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

SANT JAUME, 22  
 25540 LES (Val d'ARAN)  
 Tel. 973 64 80 18 - Fax 973 64 71 06

## LA TORRE INCLINADA DE PISA



La torre de Pisa es la torre vigía de la catedral de Pisa. Su construcción comenzó en agosto de 1173 y continuó (con dos interrupciones largas) durante doscientos años, en fidelidad completa al proyecto original. Se desconoce el arquitecto que la construyó.

En el pasado se creía que la inclinación de la torre era parte del proyecto, pero ahora sabemos que no. La torre fue diseñada para ser "vertical" y comienza a inclinarse durante su construcción. Debido a su inclinación, y su belleza, a partir del 1173 y hasta el presente, la torre ha sido el objeto de una atención muy especial.

su construcción los esfuerzos fueron realizados para detener la inclinación, utilizando dispositivos especiales de construcción; columnas posteriores y otras piezas dañadas fueron substituidas en más de una ocasión; hoy, las intervenciones se están realizando dentro del subsuelo para reducir perceptiblemente la inclinación y cerciorarse de que la torre tendrá una larga vida.



Esta torre italiana, de 58 metros de altura, se alza en la Plaza de los Milagros de la ciudad de Pisa. Y es milagroso que siga en pie, después de más de 800 años inclinándose lentamente hacia uno de sus lados, debido al blando suelo donde fue erigida. Hace varios siglos que intentan evitar su caída. Ahora, por suerte, los trabajos para enderezarla empiezan a dar frutos. Actualmente el eje vertical de la torre se encuentra desplazado cinco metros respecto del eje original.

Si bien la catedral de Pisa fue construida en el siglo XI, la torre, que alberga el campanario en el último de sus ocho pisos, fue construida entre 1174 y 1350, según planos del escultor y arquitecto Bonnano di Pisa. Las columnas que circundan los pisos son 180, los arcos son 213, y para llegar al primer campanario, con siete campanas, hay que subir 400 escalones.

Paralelamente a los trabajos para corregir la inclinación, han comenzado tareas de restauración, ya que la piedra de mármol que recubre el exterior, sufre un gran deterioro. La primera galería se ha cercado con cables de acero y, a través de computadoras, se comprueba si se inclina de nuevo la torre después de cada trabajo en su interior.

Para evitar el derrumbe de la torre, van a "atarla" con dos cables de entre 6 y 10 cm de diámetro, sujetos a dos bases. Con esto se piensa ganar un 10 por ciento de verticalidad para luego instalar en la base un bloque de plomo de 830 toneladas que haga de contrapeso y evite una nueva inclinación.

## SER JOVEN....

La juventud no es una etapa de nuestra vida. La juventud es: un impulso de la voluntad, un entusiasmo de la imaginación, una alegría del espíritu, una vivencia intensa y emotiva, una victoria del valor sobre la flaqueza, de la fe sobre la vacilación, del amor a la aventura sobre el conformismo, sobre la comodidad, sobre la molición.

No nos hacemos viejos por haber vivido un cierto número de años; nos hacemos viejos por haber desertado de nuestros ideales. Los años resecan y arrugan nuestra piel; renunciar a nuestros sueños reseca y cuarteja nuestro espíritu.

El desánimo, las tribulaciones, la desconfianza, los celos, las sospechas, el pesimismo, los rencores, el pesimismo, la pesadumbre son los enemigos que lentamente nos doblegan y encorvan hacia la tierra, para convertirnos en polvo antes de la muerte.

Joven es quien se asombra y se maravilla, quien se emociona y se entusiasma, quien confía ilusionado en un futuro mejor, quien desafía los azares de la vida y encuentra alegría en sus aconteceres.

Somos *tan jóvenes* ... como nuestra fe, *tan viejos* ... como nuestros celos, como nuestra esperanza, como nuestro desánimo, como nuestro optimismo, como nuestra pesadumbre, como nuestra confianza en nosotros mismos, como nuestro abatimiento.

Seremos jóvenes en tanto permanezcamos receptivos: a lo bello, a lo armonioso, a lo noble, a lo grande, a los mensajes de la Naturaleza, del Hombre, del Infinito, del Más Allá ... Si un día nuestro corazón fuera abatido por el desánimo y corroído por los celos, ¡ que Dios se apiade de nuestra alma envejecida !

*Alocución del General Mac Arthur a unos jóvenes cadetes (Traducción libérrima de JC - Casarilh)*

## CAMPEONATO DE CATALUÑA DE PATINAJE ARTÍSTICO

Los días 11, 12 y 13 de Febrero, se celebró en Barcelona el Campeonato de Cataluña de Patinaje Artístico, en el que participaron sólo 7 patinadores del CLUE ESPORT DE GÈU VAL D'ARAN (CEGVA) ya que el octavo patinador inscrito, se hallaba lesionado.

En dicho Campeonato, participaron los siguientes Clubs: Andorra Artístic Gel, Aragón Club de Hielo, F.C. Barcelona, Clue Esport de Gèu Val d'Aran, Club Poliesportiu Puigcerdà, Club Hielo Igloo Madrid, Club Hielo Jaca, Orient Club Gel, Club Hielo Pirineo y Club Hielo Txuri-Berri.

Nuestros patinadores tuvieron una destacadísima actuación, con los siguientes resultados en la clasificación final:

Alevín Masculino: Quim Piris – 1er. clasificado.  
Mínima Femenino: Jimena Legaz – 1ª clasificada.  
Infantil Masculino: Darío Nieves – 2º clasificado.  
Junior 2ª Masculino: Jonathan Montes – 2º clasificado.  
Infantil C Femenino: Jennifer Alvarez – 3ª clasificada y Paula Pierna – 4ª clasificada.  
Infantil C Masculino: Hugo Madrid – 1er. clasificado.

Nuestra enhorabuena a todos los participantes y nuestra felicitación a nuestros ganadores.





LA PRINCESA Y EL GUISANTE



Érase una vez en un país muy lejano, un príncipe que quería casarse con una princesa, pero tenía muy claro que quería que fuese una princesa de verdad. En su busca recorrió medio mundo, mas siempre había algún problema o un impedimento. Princesas había muchas, mas nunca lograba asegurarse de que lo fueran de veras, pues quería princesas auténticas con toda su sangre azul, como mandan los cánones; cada vez que encontraba alguna que le gustaba, siempre salía a la luz algo que le parecía sospechoso. Así pues, regresó a su casa muy triste y abatido, pues estaba empeñado en encontrar a una princesa auténtica. Sus padres, el Rey y la Reina, estaban preocupadísimos por la situación de su hijo, ya que no comía y estaba siempre taciturno y melancólico.

Una tarde, estalló una terrible tempestad; caían sin interrupción los rayos, el fragor de los truenos inundaba el ambiente, y llovía a cántaros; hacía un tiempo espantoso. De pronto, llamaron a la puerta de palacio, y el anciano Rey acudió a abrir.

Una princesa estaba en la puerta; pero ¡santo Dios, cómo la habían puesto la lluvia y el mal tiempo! El agua le chorreaba por el cabello y los vestidos, se le metía por dentro de los zapatos y le salía por los tacones; estaba hecha un verdadero desastre, pero ella afirmaba que era una princesa verdadera.

"Pronto lo sabremos", pensó la anciana Reina, y, sin decir palabra, se fue al dormitorio de los huéspedes, levantó la cama y puso un guisante sobre la tela metálica del somier; luego amontonó encima veinte colchones, y encima de éstos, otros tantos edredones. En aquella cama debía dormir la princesa. La muchacha, después de cenar y tomarse un reconfortante baño, se fue a dormir a la habitación que le habían preparado. ¡Estaba tan cansada!

Por la mañana, al levantarse, le preguntaron qué tal había descansado.

- ¡Oh, muy mal! - exclamó -. No he pegado un ojo en toda la noche. ¡Sabe Dios lo que habría en la cama! ¡Era algo tan duro que tengo el cuerpo lleno de cardenales! ¡Ha sido horrible!

Entonces vieron que era una princesa de verdad, puesto que, a pesar de los veinte colchones y los veinte edredones, había sentido en su cuerpo la molestia del pequeño guisante. Nadie, sino una verdadera princesa, podía ser tan sensible.

Gracias a eso, el príncipe la tomó por esposa, pues se había convencido de que se casaba con una princesa hecha y derecha, de las de verdad. El pequeño guisante, pasó al museo de palacio, donde puede verse todavía, si nadie se lo ha llevado.

Esto sí que es una bonita historia, ¿verdad?



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

PAS D'ARRO, 48  
25530 VIELHA

TEL. 973 64 18 86

**TAXI - J. ALEXANDRE**  
CONEXION AVE LLEIDA / MADRID  
AEROPUERTOS BARCELONA / TOULOUSE  
SNCF MONTREJEAU / TOULOUSE  
VISA-MASTER-AMEX  
(24 Horas)

619 95 75 55



(Camión porta-escombros)

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

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

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

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

**CORTINES I TAPISSERIES  
Sant Jordi**



PRESUPUESTOS A DOMICILIO  
DISEÑO Y CONFECCIÓN PROPIOS



C/ Penedés, 85  
25005 - LLEIDA (Balafia)

Tel. 973 24 99 50  
Fax 973 24 99 54

nuevo en  
la solana



**CA L'ANGELINA**  
BAR-RESTAURANTE

COCINA CASERA  
TAPAS  
PAELLAS, FIDEUÀS  
Y POLLOS A L'AST,  
POR ENCARGO  
(PARA LLEVAR)

Avda. Maldeta, 8  
VIELHA  
Tel. 973 64 21 02

restaurant  
*Eth Tidon*



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

Major, 10  
25530 Vielha (Val d'Aran)  
Tel. 973 64 03 63

# Breu història de Catalunya

## L'ADVOCAT DELS OBRERS



En Francesc Layret, l'advocat dels obrers, ha estat víctima d'un atemptat. Tenia tot just quaranta anys i era un esperit actiu i diligent, un geni clar en favor de la classe treballadora. Sortia tot just de casa seva, anava a interessar-se pels dirigents de la CNT i per Lluís Companys, el seu amic d'escola, detinguts pel govern del general Martínez Anido. Ha caigut mort, traïdorament.

El moviment obrer era puixant a Catalunya. La constant expansió industrialitzadora havia anat configurant una classe treballadora gosant i forta. L'any 1920, a la mort de Layret, ja tenia una història, plena de tensions i conflictes, de reivindicacions i conquestes socials. Des que feia gairebé dos-cents anys va haver-hi la primera fàbrica. Des que el 1830 s'introdueixen les primeres màquines de vapor, que els obrers veuen com un signe d'esclavatge, acusades de deixar-los sense feina. La fàbrica Bonaplata va ser cremada com a protesta. I les selfactines, les primeres màquines automàtiques de filar, varen ser sabotejades. El 1855, va quallar la primera vaga general. I aviat els nostres treballadors establien contactes amb les Internacionals Obreres. El moviment esdevenia poderós i combatiu.



Francesc Layret

Poc anys més tard, els treballadors funden una societat obrera, "Les Tres Claus de Vapor", la qual procura el millorament material i cultural del proletariat. Floreixen ateneus, sorgeixen periòdics dels treballadors i s'emplenen els aires de cants de veus obreres: són els Cors d'en Clavé.

El primer dia de Maig de 1890, es comença a celebrar la festa anyal obrera. I llavors, socialistes i, sobre tot àcrates, posen arrels en les masses treballadores. L'any 1910, es constituirà a Barcelona la Confederació Nacional del Treball, la CNT, d'inspiració anarquista, al igual que l'UGT seria d'impuls socialista.

Barcelona seria commosa molt sovint d'atemptats, de vagues, de boicots i locauts, i d'actes d'agressió i de terrorisme d'ambdues bandes. El mateix Engels - fundador amb Carles Marx de les doctrines marxistes - va arribar a dir de Barcelona que era "la ciutat que comptava amb més combats de barricades de cap altra ciutat del món". Tres anys més tard de l'assassinat de Francesc Layret, era mort també en atemptat en Salvador Seguí, "el Noi del Sucre", un gran líder dels obrers catalans. Però els intents reivindicatius i revolucionaris seguirien al nostre país, massa tacats de sang i amb repressions molt dures.



Salvador Seguí  
"El Noi del Sucre"



## Arrepervèris

Se vòs que dèisha era tua vaca en mèn Prat, dèisha pèisher era mia en tòn barrat.  
*Se ditz quan se hèn favors, en tot demorar favors a cambi.*

Era costorièra de Jan Bartau, quan a era agulha non a pas eth didau.  
*Se ditz d'aquera persona que tostemp cerque desencuses entà non treballar.*

Eth que semie en lua nauèra, pòc de gran e palha bèra.  
*Referència ara importància dera accion dera Lua, enes actuetats agricòles.*



# ETH VAL DES DOCI

PANADERIA  
PASTELERIA  
SALÓN DE TÉ



Av Garona, 22 – 25530 Vielha

nuevo  
en la  
solana

Especialidad en pan  
y productos vieneses

Pastelería francesa

Especialidad en chocolates

Confitería

Servicio de lunch y  
repostería para caterings

Tel.: 973 64 13 64

# Coquette... moi?

LENCERIA - CORSETERIA  
HOMBRE - MUJER

PILAR PALACIN

AVDA. PAS D'ARRO, 11 VIELHA  
Tel./Fax 973 64 08 72



## M. BOUCHER

Yeso - Falsos techos - Aislamientos - Pintura y decoración  
Presupuestos sin compromiso

Av. Castiero, 15 entlo. Local 19 - VIELHA Tel. 00 33 622 73 33 44



Queremos mejorar nuestra vida?



## SALUD Y VIDA INTEGRAL (2ª INTRODUCCIÓN)

Con el rápido ritmo del mundo actual, donde todos estamos bajo presión, existe un mayor interés en mantener una buena salud y bienestar. Hay una constante preocupación acerca de las enfermedades y del medio ambiente y en particular, como está afectando la polución (de todo tipo) y la mala alimentación a nuestra salud. Tenemos, a diario, múltiples tareas, a menudo compaginando trabajo e hijos, y sufriendo, día tras día, un mayor estrés. Por eso, estamos más dispuestos a recurrir a terapias holísticas, como el yoga, tai-chi, diferentes tipos de masajes, musicoterapia, homeopatía, flores de Bach, herbodietética, etc., para ayudarnos a superar la presión, a relajar cuerpo y mente, y a reequilibrar nuestra energía.

Las terapias complementarias se están haciendo cada vez más populares, hasta el punto que, ocho de cada diez personas han probado algún tipo de tratamiento holístico y aseguran que les ha ayudado o curado. Los médicos alopáticos (convencionales), también, están siendo más conscientes de los beneficios de las terapias complementarias para la salud, y a menudo, recurren a ellas cuando el tratamiento ortodoxo no responde como se esperaba.

Se está produciendo una creciente resistencia vírica a los antibióticos, proporcionados para tratar distintas infecciones, o como prevención, al mismo tiempo que se están investigando tratamientos que ayuden a mejorar nuestro sistema inmunológico.

La Naturopatía es un sistema de salud que sólo emplea ingredientes y disciplinas naturales. El tratamiento es integral, dando una importancia especial al individuo en su totalidad. Se apoya, principalmente, en la misma comprensión de la enfermedad, pero sin embargo su acción terapéutica no queda confinada a la parte del cuerpo o función orgánica que está alterada. Así pues, el objetivo terapéutico es poner en armonía con el conjunto, la parte o partes del cuerpo afectadas. Y esto se consigue estimulando los propios procesos defensivos del organismo y empleando métodos constructivos; pues existe ya, en el ser humano, una "fuerza vital" que, por sí misma, tiende a la recuperación de la salud.

Los métodos de diagnóstico son muy variados. Lo primero es hacer una completa historia personal, incluyendo, no sólo, las enfermedades pasadas y los síntomas actuales, sino también los hábitos cotidianos de conducta y alimentación. El naturópata recurrirá entonces al diagnóstico mediante el Iris (Iriología), la foto Kilian, radiestesia, kinesología, examen postural, toma de los pulsos, etc.

Dentro de las terapias curativas utilizará la herbodietética, fitoterapia, sales de Schüssler, oligoelementos, etc, siempre teniendo en cuenta la dolencia, la edad de la persona y su ritmo de vida. Podrá reforzar los tratamientos con técnicas de manipulación como: quiromasaje, drenaje linfático, masaje metamórfico, reflexología, geotermalismo, etc., acompañadas todas ellas de aromaterapia, cromoterapia o musicoterapia.

Como podremos comprobar, las posibilidades son muy amplias y personalizadas, lo cual crea un vínculo entre el terapeuta y el paciente, muy beneficioso, ya que da la oportunidad al paciente de colaborar en su propia curación con la comprensión de sí mismo que eso implica, siendo éste el primer paso hacia una vida y salud integral.

Próximamente expondremos con detalle en que consiste cada tipo de diagnóstico y cada terapia, para que cada uno de nosotros pueda empezar a pensar que método le sería más afín, y empezar a tomar las riendas de nuestra salud, ya que nadie nos conoce mejor ni tiene más interés en nuestra salud que nosotros mismos.

### NATUROPATÍA

Marga Ballabriga  
Josep M<sup>a</sup> Jansà  
Es Bòrdes

### QUIROMASAJE

deportivo - recuperatorio - circulatorio  
linfático - neurosedante - anticelulítico  
shiatsu - metamórfico

661 567 051 - 661 567 050

servicio a  
domicilio



36 **Tot**  
ARAN

ABIERTO  
TODO  
EL AÑO



## EL HORNO

PANADERÍA - BOLLERÍA  
REPOSTERÍA  
PAN DE LEÑA  
DEGUSTACIÓN

C/ San Andreu, 3  
(Detrás del Ayuntamiento)  
25598 - SALARDÚ  
Tel. 699 660 806



CANALS  
TECNOLLEIDA

Especialistas:  
En canal de aluminio  
continúa serie cornisa,  
Canal San Marcos y  
desagües PVC

c/ Prat de la Riba, 10  
"Hostal Nou"  
VALLFOGONA DE BALAGUER  
(LLEIDA)

Tel. 973 44 32 52  
Fax 973 44 32 53

e.mail: @

MANTENIMENTS  
**IDEA**

FONTANERIA - GAS  
CALEFACCIÓ

Av. Maladeta, 25 local 2  
25530 VIELHA

Tel./Fax 973 64 04 13  
Móvil: 620 85 59 34

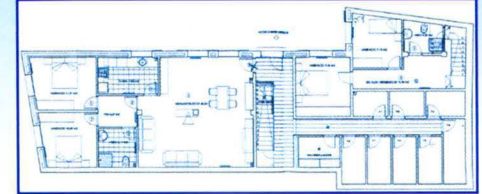
ideaman@telefonica.net



## LUTZ - ARAN

Baixada de Sant Jaume, 16  
25540 -LES (Val d'Aran)  
Tel. 973 64 84 69 - 609 20 88 03  
e.mail: lutz\_aran@hotmail.com

A  
15  
M  
V  
I  
E  
L  
H  
A



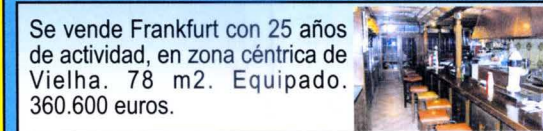
NUEVA PROMOCIÓN DE PISOS EN SENET  
Desde 98.900 €

B  
A  
J  
O  
A  
R  
A  
N



Casa de 140 m<sup>2</sup>, 4 hab., salón con chimenea, 2 baños, 1 aseo, terraza. Buen acceso. Soleado. 346.800 euros.

V  
I  
E  
L  
H  
A



Se vende Frankfurt con 25 años de actividad, en zona céntrica de Vielha. 78 m<sup>2</sup>. Equipado. 360.600 euros.



Oficina de 55 m<sup>2</sup> y 11 m<sup>2</sup> de trastero. Dos divisiones más baño. Con muy buena iluminación. Precio: 132.800 euros.

NUEVA PROMOCIÓN DE PISOS EN EL BAJO ARAN  
Desde: 194.467 euros



## LUTZ - ARAN

LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

PISOS - COMUNIDADES - HOTELES  
RESTAURANTES - PISOS EN OBRAS  
CRISTALES

NUEVO SERVICIO  
**CANGUROS**

Tel.: 609 20 88 03



**Tot** 37  
ARAN



## OBESIDAD Y EDUCACIÓN NUTRICIONAL (I)

La obesidad es una enfermedad metabólica caracterizada por un exceso de tejido graso. Su síntoma principal es el sobrepeso y para medir el grado de afección, se utiliza el Índice de Masa corporal (IMC) representado por la fórmula siguiente:  $IMC = \text{peso en kg} / \text{altura en metros}^2$ . Por encima de 28 se habla de obesidad y es necesario el tratamiento adecuado.

En la obesidad lo que ingresa el organismo es superior a lo que gasta por lo que existe un balance energético positivo. Existen varios factores que pueden desencadenar este proceso:

- **Factores psicológicos.** Muchas alteraciones emocionales dan lugar a un incremento de la ingesta con el consiguiente aumento de peso y agravamiento del estado psíquico con lo que se llega a un círculo vicioso.
- **Factores genéticos.** Si un padre es obeso el hijo tiene un 50% de probabilidades de serlo. Si los dos padres lo son, esta cifra llega al 80%.
- **Factores hormonales.** La obesidad no constituye propiamente una enfermedad endocrina aunque existen alteraciones hormonales (por ejemplo la hiperinsulinemia) que es necesario estudiar y tener en cuenta en cada caso particular.
- **El ejercicio físico.** Las variaciones en la actividad física influyen en el gasto energético. El sedentarismo es una causa coadyuvante en el sobrepeso. El ejercicio físico adecuado eleva el gasto energético basal y tiene una influencia favorable sobre los procesos metabólicos corporales. A pesar de ello, el ejercicio físico sin una dieta adecuada, no sería suficiente para una pérdida de peso

Es importante realizar el tratamiento de la obesidad lo antes posible ya que de este modo prevenimos las graves complicaciones que a menudo se asocian a la misma:

- Hiperlipoproteinemia, colesterol, triglicéridos.
- Arterioesclerosis.
- Hipertensión arterial.
- Cardiopatías.
- Diabetes.
- Enfermedad pulmonar crónica.
- Insuficiencia venosa y varices de extremidades inferiores.



La base fundamental del tratamiento de la obesidad es la DIETA, estableciendo un plan alimentario y una educación nutricional que deberá ser siempre individualizada. Su puesta en marcha exige un análisis particular de la situación del individuo a tratar, hábitos nutricionales, género de vida y comportamiento general. Los objetivos fundamentales una vez realizado el estudio individual son los siguientes:

- Realizar consejo nutricional y recomendar ejercicio físico adecuado.

Artículo facilitado por la Dra. María José Cutando Longás

**MEDICINA NATURISTA Y ESTÉTICA**

**Dra. María José Cutando Longás**  
 Colegiada nº 12.011  
**LAS TERMAS DEL REFUGI**  
 Av. Garona, 27 - 25530 VIELHA (Val d'Aran)  
**Tel. 661 68 64 84**  
[www.medicinanaturistayestetica.com](http://www.medicinanaturistayestetica.com)

**OBESIDAD Y CELULITIS - MESOTERAPIA Y DIETO TERAPIA**  
 MANCHAS FACIALES - PEELING MÉDICO  
 RELLENOS DE ARRUGAS Y LABIOS  
 VARICOSIDADES - PUNTOS RUBI  
 VERRUGAS - ACNÉ - CAÍDA DE CABELLO  
 ACUPUNTURA - HOMEOPATÍA

**INFORMACIÓN GRATUITA PREVIA CITA**

**HOUSE - ARAN**

**LIMPIEZAS Y SERVICIOS DEL HOGAR**  
 c/ Aneto, 7 local 1  
 25530 VIELHA - Val d'Aran  
 Tel. 973 64 15 22  
 Tel/Fax 973 64 18 52

**CAFETERÍA - BAR**

**Comidas caseras  
Platos combinados  
Menú diario  
Tapas variadas  
Bocadillos**

c/ Arnals, 10  
 25530 - VIELHA  
 Tel. 973 64 07 21

**CASA MESTRES Restaurant**

Selecta cocina en un ambiente acogedor

c/ Generau Prim, 3  
 SALARDU  
 Tel. 973 64 41 79

**CASA MESTRES Restaurant**

Selecta cocina en un ambiente acogedor

**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

**Restaurante Campaneta**

Carnes a la brasa  
 Cabrito al horno  
 Rabo de toro con colmenillas  
 Foie fresco con albaricoque  
 Calçots en temporada

c/ Sant Pere, 16  
 25539 - ESCUNHAU (Val d'Aran)  
 Tel. 973 64 15 20  
 699 94 37 26

**Restaurante Campaneta**

Carnes a la brasa  
 Cabrito al horno  
 Rabo de toro con colmenillas  
 Foie fresco con albaricoque  
 Calçots en temporada

c/ Sant Pere, 16  
 25539 - ESCUNHAU (Val d'Aran)  
 Tel. 973 64 15 20  
 699 94 37 26

**Es Auets PELUQUERÍA**

UNISEX RAYOS UVA

c/ Pietat, 4  
 25550 - BOSSÒST  
 Tel. 973 64 81 45

**ERA HÒNT**

PRESENTS E JOIES DE DESSENH RIU E AUNÒS

Av.Pas d'Arro, 1  
 25530 - VIELHA  
 Tel. 609 34 43 03

**CAN MIQUEL BAR - RESTAURANT**

MENÚ MEDIODÍA Y NOCHE  
 COCINA DE MERCADO  
 DESAYUNOS Y MERIENDAS

Av. Castièro, nº 3  
 25530 - VIELHA  
 Tel. 973 64 28 45  
 WWW.STOPROBO.COM

**EL REFUGI D'ARAN**  
**APARTHOTEL**

## LAS TERMAS DEL REFUGI

HIDROTERAPIA - DUCHA VICHY  
 DUCHA JET - CALDARIUM  
 SAUNA SECA - QUIROMASAJE  
 REFLEXOTERAPIA PODAL



Avda. Garona, 27 (Junto al Palacio de Hielo)  
 25530 - VIELHA (Lleida - Val d'Aran)  
 Tel. 973 64 30 02 Fax 973 64 30 56  
 www.ethrefugiaran.com



## EL ACEBO RESTAURANTE

Especialidad en carnes de caza  
 Manitas de cerdo rellenas  
 Gran surtido en foies  
 Cocina de montaña

*Abrimos todos los días  
 mediodía y noche*

Av. Garona, 27 Tel. 973 64 30 02  
 25530 - VIELHA Fax 973 64 30 56



Immobilària

## Eth Puntet

www.puntet.com  
 info@puntet.com

Avd. Garona 29  
 Vielha  
 973 64 25 31  
 605 87 98 36

Casas en Baguerque Casas con jardín en Arròs Apartamentos en Arròs






## Bar - Restaurante Dues Portes

Museo del pincho y del montadito en Vielha

Menú de Lunes a Domingo (Comida y cena)  
 8 primeros platos y 8 segundos + pan, vino y postre (9,80 euros, iva incluido)

Av. Pas d'Arrò, 4 - 25530 VIELHA Tel. 973 64 08 83 - 660 341 465



## TALLERES GARONA

CARROCERIA Y PINTURA DEL AUTOMÓVIL

INSTALACIÓN DE LÁMINAS DE CONTROL SOLAR, HOMOLOGADAS

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO



Pólig. Mijaran · Nave 3 Tel. 973 64 02 09 - Móvil 619 03 55 71  
 25530 - VIELHA Fax 973 64 19 37

## Novetats Codina

CONFECCIONS GÈNERES DE PUNT LLENCERIA

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

## HOTEL - RESTAURANTE CASA ESTAMPA

\*\*\*

### RESTAURANTE TÍPICO ARANÈS

Pequeño y confortable hotel  
 Totalmente reformado  
 Habitaciones abuhardilladas  
 Bañeras con hidromasaje  
 Piscina climatizada  
 Gimnasio, U.V.A.  
 Parking privado

ABIERTO TODO EL AÑO

c/ Sortaus, 9 - ESCUNHAU (Val d'Aran)  
 Tel. 973 64 00 48 - Fax 973 64 27 89  
 www.hotelcasaestampa.com





LA SEBORREA



Por seborrea, se entiende la hipersecreción de las glándulas sebáceas de la piel. Estas glándulas producen una sustancia grasa, el sebo, que sirve para proteger la propia piel ejerciendo básicamente una acción lubricante y de prevención de infecciones. Sólo cuando su producción está muy incrementada, aparecen problemas. Así, hay partes de nuestro cuerpo en las que se localizan una mayor cantidad de estas glándulas y en las que, por tanto, la producción de sebo es de por sí ya mayor. Estas zonas con mayor abundancia de glándulas sebáceas son el cuero cabelludo, la cara, parte alta del pecho y la espalda. Si bien la producción normal de sebo en todas estas zonas es claramente más elevada, cuando la secreción es más abundante, se crea un problema dermatológico y estético. Una cierta cantidad de grasa en el pelo es necesaria y saludable para que éste se mantenga en condiciones, pero el exceso puede dar lugar a una apariencia descuidada. Los cabellos grasos tienden a ensuciarse más rápidamente, al acumular las impurezas del medio ambiente con facilidad.

La seborrea es una alteración muy habitual, que se manifiesta tanto en hombres como en mujeres, y no tiene una edad concreta de inicio. Aunque es más frecuente en los varones porque las hormonas masculinas denominadas andrógenos influyen en su producción, en las mujeres es probable que aparezca este problema predominantemente al inicio de la adolescencia. En ello influyen los cambios hormonales que acontecen en esta época o también en determinadas fases del ciclo menstrual.

La aparición de la seborrea también está claramente relacionada con situaciones de ansiedad o estrés, consumo de tabaco o alcohol, independientemente que en su desarrollo pueden contribuir causas familiares o hereditarias. Asimismo, algunos medicamentos también pueden incrementar su producción. Si estando en tratamiento con algún fármaco aparecen síntomas de seborrea, debe comunicarse esta situación al médico o al farmacéutico.

El tratamiento de la seborrea consistirá básicamente en intentar la regulación de la secreción de las glándulas sebáceas. Suele consistir en la aplicación local de preparados con sustancias astringentes, antifúngicas o antiinflamatorias, que evitan la descamación y el prurito que muchas veces la acompañan. En cuanto a las medidas higiénicas a adoptar, se deben utilizar jabones o champús adecuados que no estimulen aún más la secreción por efecto rebote y evitar el uso de cosméticos o cremas que puedan aumentar la producción de sebo.



## Banhs de Tredòs Val d'Aran

**HOTEL - RESTAURANTE - TERMAS**

**ALTITUD 1.720 m. - ABIERTO TODO EL AÑO**

**C<sup>a</sup> AIGUAMÒG S/N  
TREDÒS (VAL D'ARAN)**



**973 25 30 03**

**973 64 43 15**



Conselh  Generau d'Aran

Memoria 2004 (Dusau Part)

ACCIONS VARIES DE TORISME VAL D'ARAN (2004)

- Atencion reclamacions a empreses associades, damb motiu deth talh subministrament electric deth 29 de deseme deth 2003. (D'un totau de 49 se solucionèren favorablement 46).

- Nombre des revistes especializadas "CAMINAR" e "VERTEX" tamb especiaus sus era Val d'Aran.

- Bateg avion Air Bus 340 (IBERIA).



ASSISTÈNCIA DIRÈCTA

| FIRA                     | LÒC         | DATES          | CARACTER           |
|--------------------------|-------------|----------------|--------------------|
| TOURISME DE TOULOUSE     | TOULOUSE    | 23-25 GÈR      | GENERICA           |
| FITUR                    | MADRID      | 28 GÈR-01 HER. | GENERICA           |
| OP PAD TRADE FAIR        | UTRECH      | 05-07 MARÇ     | TORISME ACTIU      |
| SEVATUR                  | S.SEBASTIAN | 11-14 MARÇ     | GENERICA           |
| EXPOOCIO                 | MADRID      | 14-21 MARÇ     | GENERICA           |
| S. RANDONNEE SPORTS NAT. | PARIS       | 26-28 MARÇ     | ESPÒRT- AVENTURA   |
| SITC                     | BARCELONA   | 22-25 ABRIU    | GENERICA           |
| EXPOVACACIONES           | BILBAO      | 06-09 MAI      | GENERICA           |
| EXPOTURAL                | MADRID      | 16-19 SETEME   | TORIS. ACTIU/RURAL |
| AGROTUR                  | CORNELLÀ    | 05-07 NOVEME   | TORISME RURAL      |
| INTUR                    | VALLADOLID  | 25-28 NOVEME   | GENERICA           |

| FIRA                   | LÒC       | DATES         | CARACTER |
|------------------------|-----------|---------------|----------|
| PLANET FUTBOL          | BARCELONA | 17-20 HEREUÈR | FUTBOL   |
| FIRA DE SABADELL       | SABADELL  | 12-23 MAI     | GENERICA |
| SALON ROC D'AZUR       | FRÉJUS    | 6-11 OCTOBRE  | BTT      |
| FERIA GENERAL          | ZARAGOZA  | 7-12 OCTOBRE  | GENERICA |
| EXPRO-REUS             | REUS      | 9-17 OCTOBRE  | GENERICA |
| FIRA TURISME DE MALAGA | MALAGA    | 14-17 OCTOBRE | CULTURA  |
| SALÓ DE LA BICICLETA   | VIC       | 5-7 NOVEME    | GENERICA |
| WORLD TRAVEL MARKET    | LONDRES   | 8-11 NOVEME   | GENERICA |
| NIVALIA                | BARCELONA | 12-14 NOVEME  | NHÈU     |
| TURINIEVE              | VALENCIA  | 26-28 NOVEME  | NHÈU     |
| ESQUÍ Y MONTAÑA        | MADRID    | 5-7 NOVEME    | NHÈU     |

HÈIRA DE TORISME SEVATUR

Es pròpleus dies 10, 11, 12 e 13 de març, aura lòc en San Sebastián era hèira de torisme SEVATUR. Torisme Val d'Aran, per tresau an consecutiu i serà present damb un estand pròpi de deseen de 18 mètres quarrats.

## BUSCANDO ENCHUFE



Un día me encontré por la calle a un amigo de toda la vida. Después de saludarlo, le pregunté:

- Ahora que te encuentro, quería preguntarte una cosa: ¿Sigues siendo Vicepresidente en aquella empresa?
- Si, ¿por qué me lo preguntas?

- Nada, te lo decía por mi hijo, que no hay manera de que termine la carrera y yo quería que se fuera curtiendo en la vida y que empiece a ganarse un dinerito...

- Ah, pues te lo enchufo si quieres...

- ¡Claro! Es para que empiece y aprenda a valorar el trabajo y el dinero, ya sabes...

- Lo entiendo. Lo puedo hacer entrar como Director. No tiene que saber hacer nada, sólo venir cuando yo le diga y decir un par de estupideces. 1.600.000 pts por mes + gastos + Bonos. ¿Está bien?



- Hummm, no sé... Es mucho dinero y un puesto muy alto...

- Pues le daremos algo más simple... Director de proyectos especiales. Tiene que sacarle faltas a los informes que le pasen y alguna otra bobada. 1.000.000 pts al mes + bonos por bimestre + comidas y viajes.

- Huy, no, no... yo decía algo más humilde... Ten en cuenta que él va a empezar...

- Ah, pues ya sé: Gerente. Un par de órdenes diarias y ponerse a gritar a los empleados. 750.000 al mes + bonos + viajes.

- Mmm.. no sé, me da miedo..... ¿tienes algo más básico?.

- Puede ser Product Manager, o Jefe de Analistas, o de Ejecutivos de cuenta, 600.000 al mes + bonos bimestrales. Y lo que tiene que hacer es poco y fácil: una que otra llamada por teléfono y conversar con algunos visitantes de vez en cuando.

- No, no, quiero que aprenda a valorar las cosas y el trabajo. Algo más simple aún.

- ¡Ya sé! Te lo nombro subgerente o jefe de oficina, sólo tiene que hacer lo que le pida el Gerente, dárselo a los empleados y ponerlos a currar. Le pagaría 400.000 al mes, de 9 a 5 de la tarde. ¿Te parece?

- ¿Y no tienes algo más básico aún?

-Lo siento, lo único que queda es ADMINISTRATIVO, AUXILIAR...Pero ellos tienen que manejar muchas herramientas financieras y de proyectos, pelear con los Jefes, Product Managers, los directores de grandes cuentas y los usuarios; quedarse después de hora sin cobrar extras, y trabajar como un burro para que los demás nos llevemos los laureles. El sueldo es de 160.000 al mes, sin extras, y trabajar duro de 8:00 A.M. a 21:00, o sea, unas 12 o 13 horas diarias, y sólo se tiene media hora para comer, y se lleva trabajo para casa todos los días.

- Mmmm, pues algo así le vendría bien al condenado! Para que aprenda a valorar y esforzarse...

- Imposible. Tiene que ser titulado, hablar inglés y francés fluidamente, tener algún Master, manejar el ordenador y además se necesita mucha experiencia...

# Ofertas de Invierno



BAQUEIRA: 1 dorm. 1 b.c., parking, trastero. 300.000 €



Bossòst: Casa 202 m<sup>2</sup> 3 hab. 1 b., bahardilla 30m<sup>2</sup> garaje 336.566€



Vielha: Duplex 3d., 2b., 2 terrazas, parking. 351.592€



Betra: 7 hab. 4 b., jardín. Consultar precio. Estupendas vistas.



Nin de Beret: Apto. 3 hab., 2 b., con jardín. amueblado. 570.961€



Es Bordes: casa adosada, 2 dorm., 1 b., garaje independiente. 284.000 €



Betra: Gran chalet, 9 hab. 4 b. jardín, estupendas vistas a tuca, garaje 4 coches



TERRENO EN VIELHA PARA LA CONSTRUCCIÓN DE UN GRAN HOTEL  
3.126 m<sup>2</sup> - Carret. N-230, km.165 (junto Mossos)

**Aran Service**  
Su inmobiliaria en el Valle de Aran desde 1989

Encuéntrenos en: Av. Eth Solan 3B - VIELHA  
Tel. 973 64 17 28/Fax 973 64 16 10.  
Información General: aranservice @ aranservice.com

Vielha, triplex 180 m<sup>2</sup>, 3 dorm., 3b., jardín y piscina. 300.000 € / Vielha, parcela para la construcción de un hotel. / Terreno para la promoción de 7 viviendas en Begòs. / Bossòst, casa aranesa, 230m<sup>2</sup>, 252.425 € / Vielha, almacén de 330 m<sup>2</sup>, 198.334 € / Cotos: En Es Borgès, Bausèn y Canejan, consultar precios. / Vielha, fantástico dúplex, 3d., 2b., parking y trastero, vistas excelentes, 100m<sup>2</sup>. 348.587 € / Vielha, dúplex, 4 d., 2b. balcón. 345.000 € / Bossòst, casa casco viejo, 3d. 180.303 € / Plazas de parking en venta.

VALORAMOS SU VIVIENDA, GRATIS Y SIN COMPROMISO

# Aran pour nos amis les français



## LE COQ DE BENÒS

Quand le manteau de la nuit noire disparaissait devant les premières lumières de l'aube et quand la vallée commençait à s'éveiller pour affronter un jour nouveau, dans un poulailler de Bénos, petit village du Val d'Aran, surgissait un coq nommé «Petite Crête»; il ressemblait davantage à un singe qu'à un coq. Et je dis bien un singe, non pas à cause de son apparence physique, mais à cause de son agilité et de son habileté pour se mettre en colère. C'était un cas! Il y avait une oie, l'oie Palmira, qui l'empêchait de mener à bien sa mission, qui n'était autre que de réveiller tout le monde avec son chant. L'oie Palmira était si grande et si forte que c'était la reine du poulailler et elle n'appréciait guère qu'un coq extravagant et bruyant la réveillât avec ses cris.

*Petite Crête* était si en colère qu'il prit ce matin-là une décision drastique et lourde de conséquences: il quitterait le poulailler et partirait voyager. Bien décidé, il s'en alla et se dirigea vers l'immense bois de Baricauba, où les hêtres et les sapins, ainsi que les autres animaux lui feraient compagnie.

Le petit matin vint le saluer et les rayons du soleil qui passaient entre les arbres illuminèrent sa crête rouge. Après une promenade le long du ruisseau, il rencontra un hibou qui, en sifflant du haut d'un arbre, lui conseilla de faire attention car il pouvait avoir des problèmes. — De qui devrais-je me méfier, puisque je suis un coq fort et rapide? lui demanda *Petite Crête*! Le hibou, vexé, lui répondit: — «C'est parfait, mais moi, au moins, je t'aurai averti».

*Petite Crête* continua à sauter dans le bois, satisfait et confiant, quand, tout à coup, il se trouva nez à nez avec un animal qu'il ne connaissait pas: il ressemblait au chien qu'il y avait à la maison, mais il était plus petit, jaune, le poitrail blanc, et une longue queue poilue. Son museau était pointu et ses yeux profonds le regardaient fixement. Comment t'appelles-tu, joli petit chien? Lui demanda *Petite Crête*. L'inconnu lui sourit méchamment et lui répondit: — On m'appelle Éla terreur des poulaillers et je suis un renard. Puis, il se jeta sur le pauvre coq, le traîna par terre et essaya de lui planter ses dents aiguës.

*Petite Crête*, pris de panique, eut à peine le temps de grimper sur un arbre après avoir perdu quelques plumes de sa queue. Le renard l'attendit toute la journée au pied de l'arbre, alors que la bave pendait de sa grande bouche. Heureusement, cet animal horrible, fatigué d'attendre, le laissa tranquille et s'enfonça dans le bois.

Notre coq ne savait plus quoi penser. Si c'était cela son idée de voir le monde, alors il n'était plus tout à fait d'accord et après être descendu rapidement de l'arbre, il se mit à courir aussi vite qu'il put. Après un long moment, sale, fatigué et terrifié, il arriva tout au fond de la vallée et voulut même aller plus loin, le plus loin possible de ce bois de Baricauba où il vécut la plus grande peur de sa triste vie. Après avoir beaucoup marché à travers les vallées et les montagnes, il vit une chapelle blanche au bout d'un chemin. Elle était très jolie avec son petit clocher et son plafond en ardoise.

Une vache qui paissait là lui dit que la région où il se trouvait se nommait le Pallars Sobirà et notre pauvre coq, sans réfléchir davantage, grimpa sur le clocher et décida de passer ses vieux jours à enseigner aux gents, d'où venait le vent.

Aujourd'hui, si vous visitez cette chapelle dans la montagne, vous pourrez encore apprécier le petit coq sur le clocher, apeuré, qui montre avec son bec dans quelle direction souffle le vent du Pallars.



## CARPINTERÍA INDUSTRIAL cabau ramírez



### Trabajos de carpintería

Camin Reiau s/n  
25551 - ERA BORDETA  
Tel./Fax: 973 64 81 54  
629 48 02 70 - 669 70 17 33



### TAXI - VIELHA JOAN BERDIÉ

619 791 507  
CORTO Y LARGO  
RECORRIDO  
HASTA 7 CÓMODAS  
PLAZAS  
ACABADOS DE LUJO  
taxiyoanberdie @ hotmail.com

La Fonda  
de'n Arp Restaurant



Codina Aranesa e Catalana  
Selècta bodega

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

**SEUR**

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

Tel. 973 64 05 88  
Fax 973 64 28 03



**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



**CIBER BALLE ZONE**

TU SALA MULTIMEDIA

Vídeo conferencia  
Impresión (A4 -A3)  
Internet  
Scanner  
Chat

Abierto todos los días  
de 17 a 22 horas.

Av. Maladeta, 8 local 1  
25530 - VIELHA  
Tel. 973 64 05 70



**D J** *Patricia Rubio Berart*  
Advocada

Civil - Mercantil - Urbanisme  
Administració de finques - Tràmits administratius

c/ Alcalde Pujol, 15 - 3<sup>a</sup> D  
25006 - Lleida  
Tel. 645 87 43 19

c/ Major, 51 - baixos  
25550 - Bossòst  
Tel. 973 648 074



**action painting & auction**

El pasado 12 de Febrero y en el Parador de Artes, tuvo lugar una gran gala benéfica organizada por **Action Painting Auction**, con una muestra de pintura en vivo de artistas consagrados y una posterior subasta de varias de sus obras.

Como consecuencia de experiencias sobre el poder que ejerce la pintura para comunicarnos, nació **ACTION PAINTING AUCTION**, que consiste en una gran fiesta en donde sus protagonistas dan lo mejor de ellos. Estos protagonistas, los artistas de la pintura, acompañados por el público que asistió a la gala, dejaron correr su imaginación y expresaron sus sentimientos en vivo, durante un corto espacio de tiempo. Hubo también un "vermissage" para todo el público asistente. Finalmente, con las obras realizadas por estos artistas, se realizó una subasta. Su fin fue benéfico y está destinado a niños necesitados de todo el mundo.



**acord entre sant joan de déu i l'hospital de la vall d'aran**

En el marc de l'acord amb el Consorci Hospitalari de Catalunya, l' Hospital de Sant Joan de Déu, recolzarà els especialistes de l' Hospital de la Vall d'Aran. El principal objectiu d'aquest acord és regular la col·laboració de l' Hospital Sant Joan de Déu (HSJD) amb Aran Salut per millorar la prestació assistencial en pediatria, ginecologia, obstetrícia i salut mental, als habitants de la Vall d'Aran. Una altra de les fites establertes, és promoure el desenvolupament professional mitjançant la docència i la investigació. Aquest conveni és el primer que es fa efectiu en el marc de l'acord entre l'HSJD i el Consorci Hospitalari de Catalunya i es suma als que aquest centre manté amb altres hospitals comarcals, com els de Vic, Berga, Manresa o Vilafranca del Penedès. El passat 11 de Febrer, es va signar aquest acord a la reunió que tingué lloc



**seguiment del "pla d'excelència turística" de la val d'aran**

El passat 10 de febrer es va celebrar al Conselh Generau d'Aran, la reunió de la Comissió de Seguiment del "Pla d'Excel·lència Turística de la Val d'Aran". Aquesta reunió s'emmarca dins de les reunions ordinàries que trimestralment es celebren per revisar les diferents partides pressupostàries per tal de procedir a la seva actualització.

En ella es va aprovar la sol·licitud d'una segona pròrroga de sis mesos per a les actuacions previstes i encara no finalitzades de la 2ª anualitat. En aquest moment ens trobem a la 3ª anualitat d'aquest Pla d'Excel·lència, amb un pressupost total de 683.156 euros, que finalitza el mes d'octubre d'aquest any i també amb actuacions de la 2ª anualitat que encara queden pendents de finalitzar.



**Pinturas Barnizados**

**Jordi**

Presupuestos sin compromiso

Tel. 659 74 93 07  
**VILAMÓS**

Bar - Restaurant 1904  
**BORDA LUSIA**

**Borda Lüsia**

Bar - Restaurante típico

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

**Tot ARAN**

**LA TEVA REVISTA**

973 64 77 07

CAMISETAS  
POLOS  
SUDADERAS  
PANTALONES

**EL NIÑO**

CINTURONES  
GORROS  
ACCESORIOS  
COMPLEMENTOS

**VEN A CONOCER LA NUEVA TIENDA**

C/ DETH ROSER, 11 - 25530 VIELHA TEL. 973 64 13 06

**J. Delseny**

Vinos y licores  
Artículos de mimbre

San Jaime, 18  
25550 - BOSSÒST  
Tel. 973 648 208

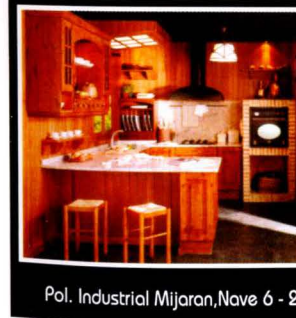
AGFA Agfa **ARAN COLOR** Agfa AGFA

LABORATORIO DIGITAL

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 ÁLBUM DE REGALO"

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



**COMERCIAL M. Y M.**

PROFESIONALES DEL HOGAR

PROFESIONALES DEL HOGAR  
EN MOBILIARIO DE COCINA Y BAÑOS

PARA REFORMAR SU PISO.  
PÍDANOS PRESUPUESTO SIN COMPROMISO

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

**ENSALADA DE SALMÓN AHUMADO CON CREMA DE QUESO FRESCO**

**Ingredientes: (Para 4 personas)**

- 500 gramos de salmón ahumado
- lechugas variadas
- 200 mililitros de leche
- 200 gr. de queso fresco cremoso
- aceite de oliva virgen extra
- vinagre de Jerez
- sal
- cebollino



- 1- Limpiamos y lavamos las lechugas, las troceamos y las reservamos.
- 2- En un puchero ponemos la leche a hervir; en cuanto hierva, la retiramos y le añadimos el queso. Lo trituramos, lo ponemos a punto de sal y lo reservamos.
- 3- Colocamos los filetes de salmón en la base del plato. En el centro, con ayuda de un molde, colocamos las lechugas, añadimos unos hilos de crema de queso alrededor y cebollino picado.
- 4- Tanto la leche como el queso fresco cremoso tienen su propia sal. Por ello, debemos probar antes de añadirle más.

También se puede adornar con tomatitos cherry y pepinillos en vinagre.

**ROLLITO DE PECHUGA DE PULARDA RELLENO DE FOIE-GRAS Y ESPINACAS**

**Ingredientes: (Para 4 personas)**

- dos pechugas de pularda
- un bloc de foie
- dos manojos de espinacas frescas
- sal
- aceite de oliva
- vinagre
- pimienta



- 1- Fileteamos las pechugas, salpimentamos por dentro y por fuera y las colocamos en una tabla de cocina.
- 2- Lavamos las espinacas, reservando un manojo, y las escaldamos en agua hirviendo; dejamos enfriar y reservamos.
- 3- Cortamos el bloc de foie en bastones rectangulares del ancho de la pechuga.
- 4- Colocamos las hojas de espinacas sobre los filetes de pechuga, encima ponemos un bastón de foie y enrollamos.
- 5- Pinchamos con un par de palillos, uno en cada esquina, y freímos con poco aceite, pero muy caliente.
- 6- Quitamos los tallos al manojo de espinacas que habíamos reservado y las troceamos. Añadimos sal, aceite y vinagre.
- 7- Cortamos en tres trozos los rollitos y los colocamos en el plato superpuestos en un lado



**BROWNIES DE CHOCOLATE**

**Ingredientes: (Para 4 personas)**

- 250 gr de dátiles y 125 gr de mantequilla
- 150 gr de harina con levadura
- cuatro cucharadas soperas de cacao en polvo
- 150 gr de azúcar en polvo
- dos huevos, una pizca de sal y 80 gr. de nueces pacanas
- una cucharadita de extracto de vainilla líquida
- 150 gr de pepitas de chocolate

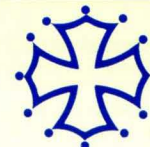


- 1- Calentar el horno a 180°C. Picar los dátiles y ponerlos en un cuenco. Cubrirlos con una taza de agua hirviendo y dejar reposar.
- 2- Untar de mantequilla y enharinar un molde rectangular. Tamizar juntos harina, cacao y sal.
- 3- En un bol, mezclar 120 gr de azúcar en polvo y la mantequilla. Batir hasta conseguir una mezcla espumosa. Añadir, batiendo siempre, los huevos uno a uno. Seguir moviendo dos minutos.
- 4- Incorporar la vainilla y la mezcla de harina tamizada. Trabajar un minuto.
- 5- Escurrir los dátiles e incorporarlos a la pasta. Echar la masa en su molde, alisar la superficie y espolvorear con el resto de azúcar. Hornear treinta y cinco minutos.
- 6- Sacar el pastel del horno y cubrirlo con las pepitas de chocolate y las pacanas. Hornear de nuevo unos 10 minutos.
- 7- Dejar enfriar el pastel en su molde. Una vez frío, cortarlo en cuadros de seis centímetros de lado.



CERRADO LOS LUNES

mercastelló s.l.



DISTRIBUIDOR OFICIAL DE CAMPINGAZ

**GRAN CAVA DE VINOS Y LICORES COMESTIBLES - PERFUMERÍA**

**DISTRIBUIDOR DE COMIDA PARA ANIMALES Affinity**



**SUPER CAVE RUBIO**  
c/ deth Lup, 7  
25550 - BOSSÒST  
Tel. 973 64 73 51

**SUPERMERCADO RUBIO**  
c/ Eduard Aunòs, 18  
25550 - BOSSÒST  
Tel. 973 64 73 36



## CAMBIOS EN LA NATURALEZA

La observación regular de los pájaros y animales en una zona en particular, durante un período de tiempo suficientemente largo, permite detectar cambios de distintos tipos y géneros. Un ejemplo que comentaremos hoy es el aumento del número de individuos de una especie en particular o, incluso la aparición de la misma en zonas donde no era conocida o frecuente. Los biólogos tienen distintos métodos y criterios para valorar y medir estas modificaciones, pero aquí simplemente mencionaremos algunas simples observaciones contrastadas con otros aficionados a estudiar el comportamiento de los animales.

Lejos quedan los años 80 para muchos de nosotros, y es innegable que algunas cosas son diferentes en el Valle. Las urracas (*Pica pica*), esos córvidos de color blanco y negro con largas colas, no eran muy habituales en nuestros pueblos hace veinte o treinta años. Su presencia no pasa desapercibida porque son aves ruidosas, con hábitos diurnos y frecuentes, en zonas despejadas. Es una especie muy fácil de identificar y por ello, constatar el aumento de efectivos que ha tenido el valle, es una tarea sencilla.



Las urracas frecuentan espacios habitados. Son aves muy inteligentes y adaptables, que soportan perfectamente la presencia humana o, mejor dicho, incluso se ven favorecidas por ella. Aprenden con rapidez a buscar alimento en cualquier lugar donde se acumulen basuras y desperdicios y no dudan en entrar en corrales, granjas o cuadras. Seguro que más de una persona las ha sorprendido en jardines y parques, desplazándose a saltitos y ayudándose de la cola para mantener el equilibrio. Con un régimen alimenticio extraordinariamente flexible y variado, son capaces de soportar los malos días del invierno sin graves problemas.

Este mes de marzo, las urracas están especialmente activas, ya que las parejas han iniciado el marcaje de sus territorios para evitar que otras se apoderen de los mejores lugares donde construir sus nidos. Las observaremos en lugares prominentes desde donde

emiten un reclamo característico, fuerte, áspero y chirriante. Las urracas tienen un vuelo ondulante con una silueta característica donde destaca la larga cola que les da un aspecto bastante desgarbado.

Rehuyen los lugares cubiertos de nieve, por lo que en las zonas altas del valle es más habitual verlas en las solanas, donde es más fácil encontrar zonas donde la nieve se funde más rápidamente y les facilita la búsqueda de alimento. Son aves valientes y agresivas, en relación a su tamaño y no dudan en acosar y molestar a aves de presa bastante más grandes como los milanos reales (*Milvus milvus*) o las águilas ratoneras (*Buteo buteo*).

La urraca no se encuentra dentro del bosque, prefiere siempre terrenos despejados con algún árbol donde colocar su nido.

Artículo escrito por el Sr. Ximo Nieto del Hotel Mauberme (Salardú)

HOTEL Mauberme

www.hotelmauberme.es ■ Ctra. de Bagargue, 3 ■ Tel. 973 64 55 17

info@hotelmauberme.com ■ 25598 Salardú (Lleida) ■ Fax 973 64 55 18



## NELSON MANDELA

Este sagaz político sudafricano nació en Umtata, Transkei, en el año 1918. Renunciando a su derecho hereditario a ser jefe de una tribu xosa, Nelson Mandela se hizo abogado en 1942. En 1944 ingresó en el Congreso Nacional Africano (ANC), un movimiento de lucha contra la opresión de los negros sudafricanos. Mandela fue uno de los líderes de la Liga de la Juventud del Congreso, que llegaría a constituir el grupo dominante del ANC; su ideología era un socialismo africano: nacionalista, antirracista y antiimperialista.

En 1948 llegó al poder en Sudafrica el Partido Nacional, que institucionalizó la segregación racial creando el régimen del *apartheid*. Bajo la inspiración de Gandhi, el ANC propugnaba métodos de lucha no violentos: la Liga de la Juventud (presidida por Mandela en 1951-52) organizó campañas de desobediencia civil contra las leyes segregacionistas. En 1952 Mandela pasó a presidir el ANC del Transvaal, al tiempo que dirigía a los voluntarios que desafiaban al régimen; se había convertido en el líder de hecho del movimiento. La represión produjo 8.000 detenciones, incluyendo la de Mandela, que fue confinado en Johannesburgo. Allí estableció el primer bufete de abogados negros de Sudafrica.



En 1955, cumplidas sus condenas, reapareció en público, promoviendo la aprobación de una *Carta de la Libertad*, en la que se plasmaba la aspiración de un Estado multirracial, igualitario y democrático, una reforma agraria y una política de justicia social en el reparto de la riqueza. Por esta causa, Nelson Mandela fue llevado a juicio. Durante el largo juicio tuvo lugar la matanza de Sharpeville, en la que la policía abrió fuego contra una multitud desarmada que protestaba contra las leyes racistas, matando a 69 manifestantes (1960). En 1961 Mandela fue elegido secretario honorario del Congreso de Acción Nacional de Toda Africa, un nuevo movimiento clandestino que adoptó el sabotaje como medio de lucha contra el régimen de la recién proclamada República Sudafricana; y se encargó de dirigir el brazo armado del ANC (la Lanza de la Nación). Su estrategia se centró en atacar instalaciones de importancia económica o de valor simbólico, excluyendo atentar contra vidas humanas.

En 1962 viajó por diversos países africanos haciendo propaganda de la causa sudafricana. A su regreso fue detenido y condenado a cinco años de cárcel. Un juicio posterior contra los dirigentes de la Lanza de la Nación le condenó a cadena perpetua en 1964. Ese mismo año fue nombrado presidente del ANC. Prisionero durante 27 años en penosas condiciones, el gobierno de Sudafrica rechazó todas las peticiones de que fuera puesto en libertad. Nelson Mandela se convirtió en un símbolo de la lucha contra el *apartheid* dentro y fuera del país, una figura legendaria que representaba la falta de libertad de todos los negros sudafricanos.

En 1984 el gobierno intentó acabar con tan incómodo mito, ofreciéndole la libertad si aceptaba establecerse en uno de los bantustanes a los que el régimen había concedido una ficción de independencia; Mandela rechazó el ofrecimiento. Durante aquellos años, su esposa Winnie simbolizó la continuidad de la lucha, alcanzando importantes posiciones en el ANC. Finalmente, Frederik De Klerk, presidente de la República por el Partido Nacional, hubo de ceder ante la evidencia y abrir el camino para desmontar la segregación racial, liberando a Mandela en 1990 y convirtiéndole en su principal interlocutor para negociar el proceso de democratización. Mandela y De Klerk compartieron el Premio Nobel de la Paz en 1993.

Las elecciones de 1994 convirtieron a Mandela en el primer presidente negro de Sudafrica; desde ese cargo puso en marcha una política de reconciliación nacional, manteniendo a De Klerk como vicepresidente, y tratando de atraer hacia la participación democrática al discolto partido Inkhata de mayoría indígena.



**vuestro anuncio  
lo leen más de  
7.000 personas**

## Anuncios económicos



Vendo casa nueva en Betrèn. Acabados alta calidad. 3 plantas+garaje. De particular a particular **Tel. 659 932 866**

Se alquilan trasteros en Vielha. **Tel. 973 64 02 20**

Se efectúan reformas de hogar, en general. Fontanería, electricidad, pequeñas obras. **Tel. 650 546 116**

Vendo caballo domado. **Tel. 609 75 99 20**

Se regala gata esterilizada, muy cariñosa. Tricolor. ¡Increíble! **Tel. 973 64 01 57**

Se traspasa restaurante, a pleno rendimiento, en Arties. Por jubilación. **Tel. 973 64 45 54**

Se venden traviesas de tren para jardinería, chimeneas, escaleras, etc... **Tel.: 620 860 243**

Se precisa personal para Empresa de limpieza. A ser posible con carnet de conducir. **Tel. 609 20 88 03**

Se alquila apartamento nuevo en Es Bordes. Muy acogedor. **Tel. 973 64 11 07  
650 54 61 16**

Vendo piso en Bossòst, de 65 m2. De particular a particular. **Tel. 973 64 81 93**

Se necesita dependienta para tienda de ropa deportiva en Bossòst. Imprescindible hable francés. Sr. Sannier. **Tel. 973 64 73 41 - 685 303 532**

Vendo BMW 535 en muy buen estado (6.000 euros) y furgoneta VW Transporter de ocasión (1.500 euros) **Tel. 619 977 264**

Vendo moto de nieve en buen estado. Precio interesante. **Tel. 659 216 308**

Se precisa camarera para pub nocturno **Tel. 615 455 935**

Se ofrece señora para cuidar personas mayores. **Tel. 686 544 134**

Se vende casa en Gausac, lista para habitar. Totalmente amueblada y equipada. Impresionantes vistas y enfrente piscina. Abstenerse Agencias, de part. a part. **Tel. 661 04 74 04**

Se vende borda en ruina, en San Juan de Toran. 77 m2. Muy bien situada. Sol y vistas preciosas. De particular a particular. **Tel. 679 49 04 86**

Se traspasa bar - restaurante en La Solana de Vielha (Junto al nuevo puente) **Tel. 973 64 21 02**

**Grup 9**

**ARTURO NART LINARES**  
GRADUADO SOCIAL

ASSESORIA FISCAL  
ASSESORIA LABORAL  
ASSESORIA JURÍDICA  
ASSEGUANCES  
GESTIÓ IMMOBILIARIA  
ADMINISTRACIÓ FINQUES

c/ Aneto, 7 - 25530 VIELHA  
Tel. 973 64 03 29  
Fax 973 64 06 42  
Mòbil 629 10 66 78

E-mail: arturonart@grup90.com  
Web: www.grup90.com

**Casa "Don Geppetto"**



**PIZZES PER EMPORTAR**

Avd. Pas d'Arró, n° 25 - local n°5  
25530 VIELHA (Lleida)  
**Tel.: 973 64 28 90**



**CONSTRUCCIONES**

**MG**

Reformas albañilería  
Tejados de pizarra  
Chimeneas de piedra  
Fachadas de piedra, etc...

C/ Anglada, 6 1º A  
VIELHA  
**679 646 387**



**TREDÒS**

11 Habitaciones con baño, T.V.,  
hilo musical, calefacción y  
parking

**Pension  
ETH SAUETH**

c/Santa María, 7 **Tel. 973 64 45 11**

**ERA**



moda infantil

**GARGOLHETA**

**ropa infantil y juvenil  
de 0 a 18 años**

Carretera del Túnel, 9 - 11  
25530 - VIELHA

Tel. 973 67 13 81  
646 90 41 42

**PLATA  
ROPA  
ESENCIAS  
TALISMANES**

**TATUAJES  
BODY PIERCING**

**TELEFONO  
973 64 02 57**

**DEAD ZONE**



**TATTOO**

**ARTESANIA  
COMPLEMENTOS  
INCIENSOS  
AMULETOS  
PIERCING**

AV. MALADETA, 13  
(LA SOLANA)

25530 - VIELHA



## ARIES

**Del 21/3 al 20/4**

Será a mediados del mes cuando la entrada del Sol y de Venus en tu propio signo marque el comienzo de tu mes estrella. De inmediato sentirás que te resulta mucho más sencillo armonizar con todo lo que te rodea. Te sentirás mucho más aceptado y querido. En lo que más claramente se manifestará tu buena estrella será en el amor y el dinero.



## TAURO

**Del 21/4 al 21/5**

Por fin vas a saber al momento qué es lo que realmente quieres. Y por si esto fuera poco, toda la energía nerviosa que malgastabas en tus cavilaciones pasará a formar parte de tu fortaleza, lo que te procurará más resistencia y precisión. Mejorarán tus relaciones personales. Puede que se deba a que te resulte más fácil exponer tus ideas y mostrar de forma más clara tus peticiones.



## GÉMINIS

**Del 22/5 al 22/6**

Buen momento para el desarrollo de tus relaciones sentimentales. Te sentirás libre a la hora de expresar tus sentimientos, lo que te es muy favorable de cara al amor. Además, este será el ámbito ideal donde mostrar tu forma de ser más genuina y auténtica que, a la vez, despertará en los demás una respuesta inmediata y honesta, sin que ningún obstáculo se interponga entre tu y tu pareja.



## CÁNCER

**Del 23/6 al 22/7**

La mera presencia de Saturno en tu propio signo es más que suficiente para sentir de golpe y porrazo todo el peso de la vida sobre tus espaldas. LLevas soportando esto más de un año y después de tanto tiempo sabes bien lo que es estar a solas contigo. Puede que incluso llegues a disfrutar este período de introspección, gracias a que ahora eres autosuficiente en el área emocional



## LEO

**Del 23/7 al 23/8**

Necesitas alejarte de los entresijos de la rutina. La meditación y la búsqueda interior te reportarán mucho bien. Eso sí, tendrás que hacer un esfuerzo para poder traspasar el vacío y la angustia de los primeros momentos. Sin embargo, si lo consigues, muy pronto emperzarás a sentirte más fuerte y decidido a desechar lo que realmente no merece la pena.



## VIRGO

**Del 23/8 al 21/9**

Marzo es un mes propicio para fomentar nuevas relaciones o bien para restablecer la normalidad en alguna de ellas. Te desenvolverás con soltura en ambientes nuevos. Querrás aportar algo a los demás para estar más satisfecho. Pero también aceptarás mayores riesgos al permitirte más libertad en tus relaciones, es decir, al mostrarte más confiado.



## LIBRA

**Del 22/9 al 22/10**

Para aprovechar al máximo el positivo influjo que está ejerciendo Júpiter en tu signo, lo mejor que puedes hacer es dirigir la mirada hacia el lado bueno de la existencia. Siendo más optimista y despreocupado conseguirás progresar más en tu vida; este planeta te pide que fomentes el lado más espiritual y generoso de tu personalidad. Adelante.



## ESCORPIO

**Del 24/10 al 22/11**

Para alcanzar la verdadera y plena satisfacción tendrás que encontrar tu lugar dentro de la sociedad. Bastará con que estés dispuesto a cooperar en algo mayor que tu mundo personal y que ofrezcas tu ayuda y servicio a las personas que consideres que lo necesitan. El sentido práctico de la vida te ayudará a conectar con lo mejor de ti mismo.



## SAGITARIO

**Del 23/11 al 22/12**

Visto que no te queda más remedio que encontrarte a ti mismo en plena batalla, sería muy interesante que aprendieras a valorar lo que te ofrece el presente: ser capaz de crear tu propio destino con tus propias manos. Pero ten cuidado con lo que sueñas ya que, sin ponés el listón demasiado alto, inevitablemente fracasará en el intento. Te toca aprender a manejar tus deseos y no al revés.



## CAPRICORNIO

**Del 23/12 al 20/01**

Estás en un buen momento para afianzar tus raíces. Y no es la estabilidad material, en la que tanto piensas, lo que tienes que cultivar, sino las relaciones personales más íntimas. La familia y las personas que te quieren son tu riqueza real. Valorando lo que tienes y no persiguiendo lo que podrías alcanzar, llegarás a afinar tu propia energía para aprovechar al máximo esta vibración.



## ACUARIO

**Del 21/01 al 19/02**

Tus deberes son vivir el momento y disfrutar de la vida cotidiana. El intercambio de impresiones y vivencias con los demás será lo más importante para ti. Saturno te llevará a abrirte a los demás quieras o no. Ha llegado el momento de que pongas en práctica todo el conocimiento acumulado hasta ahora. Tu intuición será tu mejor consejera.



## PISCIS

**Del 20/02 al 20/03**

Poco a poco se irá calmando esa interminable cadena de obsesivos pensamientos que no sirven para otra cosa más que para minar tu salud mental. Uno de los puntos importantes a trabajar serán las condiciones en las que vives. Cuidar tu entorno será fundamental, por lo que debes intentar llevar más luz y colorido a tu alrededor para que la alegría fluya con más facilidad.

### SOLUCIONES A LOS ENTRETENIMIENTOS

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

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| D | I | A | N | A | U | N | E |   |
| I | R | R | I | T | A | R | O | N |
| A | R | E | N | A | S | V | T |   |
| B | E | A | R | E | I | R |   |   |
| O | G | E | A | C | U | S | E |   |
| L | U | N | A | A | F | I | N |   |
| I | L | E | G | I | T | I | M | A |
| C | A | M | I | S | E | T | A | S |
| O | R | A | L | S | O | S | E |   |

#### RESPUESTA AL PROBLEMA

Los dos grifos llenan 1/15 parte de la piscina en 1 hora. En esa hora, el grifo que más agua echa, llenará 1/t parte de la piscina; mientras que, el otro, llenará 1/3t.

$$1/t + 1/3t = 1/15 ; t = 20$$

Uno lo llena en 20 horas y el otro en 60 horas.



# Horario de autobuses Conselh Generau d'Aran

HORARIO INTERNO DE LA VALL D'ARAN DEL 8 DE DICIEMBRE DE 2004 AL 16 DE ABRIL DE 2005 · SÁBADOS Y FESTIVOS

|              |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Baqueira     | 07.55 | 09.20 | 09.30 | 09.35 | 10.30 | 13.00 | 14.00 | 16.00 | 16.30 | 16.50 | 17.40 | 19.00 |
| Tredós       | 07.58 | 09.23 | 09.33 | 09.38 | 10.33 | 13.03 | 14.03 | 16.03 | 16.33 | 16.53 | 17.43 | 19.03 |
| Salardú      | 08.01 | 09.26 | 09.35 | 09.41 | 10.36 | 13.06 | 14.06 | 16.06 | 16.36 | 16.56 | 17.46 | 19.06 |
| Gessa        | 08.02 | 09.27 | 09.37 | 09.42 | 10.37 | 13.07 | 14.07 | 16.07 | 16.37 | 16.57 | 17.47 | 19.07 |
| Arties       | 08.05 | 09.30 | 09.40 | 09.45 | 10.40 | 13.10 | 14.10 | 16.10 | 16.40 | 17.00 | 17.50 | 19.10 |
| Garós        | 08.09 | 09.34 | 09.44 | 09.49 | 10.44 | 13.14 | 14.14 | 16.14 | 16.44 | 17.04 | 17.54 | 19.14 |
| Casarilh     | 08.10 | 09.35 | 09.45 | 09.50 | 10.45 | 13.15 | 14.15 | 16.15 | 16.45 | 17.05 | 17.55 | 19.15 |
| Escunhau     | 08.12 | 09.37 | 09.46 | 09.52 | 10.47 | 13.17 | 14.17 | 16.17 | 16.47 | 17.07 | 17.57 | 19.17 |
| Betrèn       | 08.14 | 09.39 | 09.47 | 09.54 | 10.49 | 13.19 | 14.19 | 16.19 | 16.49 | 17.09 | 17.59 | 19.19 |
| Vielha       | 08.15 | 09.40 | 09.49 | 09.55 | 10.50 | 13.20 | 14.20 | 16.20 | 16.50 | 17.10 | 18.05 | 19.20 |
| Vilac        | 08.20 | 09.45 | 09.50 |       | 11.00 | 11.45 | 14.25 | 15.20 | 16.25 | 16.51 | 18.06 | 19.45 |
| Betlàn       | 08.21 | 09.46 |       |       | 11.03 | 11.50 | 14.26 | 15.23 | 16.30 |       | 18.07 | 19.50 |
| Aubert       | 08.22 | 09.47 |       |       | 11.05 | 11.51 | 14.27 | 15.25 | 16.31 |       | 18.09 | 19.51 |
| Pont d'Arròs | 08.24 | 09.49 |       |       | 11.08 | 11.53 | 14.29 | 15.28 | 16.33 |       | 18.12 | 19.53 |
| Benós        | 08.27 | 09.52 |       |       | 11.09 | 11.56 | 14.32 | 15.29 | 16.36 |       | 18.16 | 19.56 |
| Es Bòrdes    | 08.28 | 09.53 |       |       | 11.12 | 11.57 | 14.33 | 15.32 | 16.37 |       | 18.17 | 19.57 |
| Arró         | 08.31 | 09.56 |       |       | 11.13 | 12.00 | 14.36 | 15.33 | 16.40 |       | 18.19 | 20.00 |
| Era Bordeta  | 08.32 | 09.57 |       |       | 11.13 | 12.01 | 14.37 | 15.35 | 16.41 |       | 18.22 | 20.01 |
| Bossòst      | 08.34 | 09.59 |       |       | 11.18 | 12.03 | 14.39 | 15.38 | 16.43 |       | 18.25 | 20.03 |
| Las          | 08.37 | 10.02 |       |       | 11.20 | 12.05 | 14.42 | 15.40 | 16.46 |       | 18.30 | 20.08 |
| Pontaut      | 08.40 | 10.05 |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |



**servicios de limpieza**  
tel. 973 64 17 28



PROMOCIÓN DE 9 APARTAMENTOS Y 5 DÚPLEX EN EL PIRINEO LLEIDATÀ

Próximo a las pistas de esquí de Baqueira, Boi y Cerler

EDIFICIO RIBAGORZA EN VILALLER (LLEIDA)



- Totalmente exteriores
- Acabados de gran calidad
- Carpintería exterior de aluminio con rotura de puente térmico
- Carpintería interior con puertas de haya vaporizada
- Suelo de parquet
- Cuartos de baño con sanitarios ROCA y griferías monomando
- Calefacción a gas ciudad
- Armarios empotrados
- Amplias terrazas



PROYECTOS Y URBANIZACIONES GAUDI

Apartamentos, desde 86.000 euros - Ático dúplex, desde 143.000 euros.

Información:

Tel.: 974 47 41 11 - 649 29 89 42 - 608 53 65 24

www.mirmontilla.com



perfumeria  
aran

Plaza Coto Marzo, 3  
(Detrás de la iglesia)  
VIELHA - Val d'Aran  
Tel. 973 64 32 07



boutique  
moda - complementos

plaza coto marzo, 2  
(detrás de la iglesia)  
VIELHA  
Tel. 973 64 32 07

REBAJAS A PARTIR DEL 7 DE ENERO



Era Cova  
RESTAURANT


Especialidades en PASTA y ARROZ

PASEO Eduard Aunós, 24  
25550 - BOSSÒST  
Tel. 973 64 82 09



PIZZA PICA

75, Allées d'Etigny  
31110 - LUCHON  
Teléfono  
00 33 561 79 82 16



Botiga Peremartí  
ROBA TA MAINATGES

c/Pietat, 2  
Tel. 973 64 82 43  
BOSSÒST (Val d'Aran)




HOSTAL TALABART

LES (Val d'Aran)

24 HABITACIONES CON T.V.  
RESTAURANTE  
ÁREA AJARDINADA  
PARQUE INFANTIL  
PISCINA  
PARKING

Tel. (00 34) 973 64 80 11  
Fax (00 34) 973 64 81 85  
e.mail: talabart@megacceso.com  
www.hotelitalabart.com



C O N S V L  
PENSIÓ MONTARTO

★ ★

♦ Ctra. a Baqueira - Beret s/n  
25599 - ARTIES - Val d'Aran  
Tel. i Fax: 973 64 08 03



ANUNCIA'T A LA REVISTA DE LA VALL

Truca al: 973 64 77 07

# Aquellos locos inventores

## LOS FÓSFOROS

Una de las primeras cerillas que inventaron fue la de azufre. Se hacían sumergiendo franjas delgadas de madera en azufre fundido; el que ardía al aplicarle una chispa producida por una piedra y acero. En 1812 fue inventada la cerilla química, que se fabricaba con una cubierta de azufre y provista de una mezcla de clorato de potasio y azúcar, ésta ardía al entrar en contacto con ácido sulfúrico.

En 1827, el químico británico Jonh Walker introdujo en Inglaterra los primeros fósforos de fricción y en 1844, el sueco Pasch, inventó los fósforos de seguridad, que salieron al mercado alrededor de 1850. Con algunas mejoras posteriores, son los fósforos que se usan en la actualidad.

Anterior a ellos, en 1823 existía un encendedor de mesa que consistía en un tubo cilíndrico alimentado por alcohol, con una mecha en su interior, que afloraba en el centro de la parte superior y que se encendía por un dispositivo de fricción.

En las cerillas de fricción fabricadas actualmente, se sumerge un extremo de la barra en un agente incombustible para que no arda fácilmente, y el otro extremo se recubre con parafina. La cabeza de la

cerilla contiene: un agente oxidante, como clorato de potasio; una sustancia que se oxida fácilmente, como azufre o resina de trementina; un relleno de arcilla; un material adhesivo, como la cola, y un colorante final para darle un color. Al final de la punta de la cerilla, hay una mínima cantidad de trisulfuro de fósforo, el cual se descompone y arde a baja temperatura; éste prende la parafina, que arde más fácilmente por la presencia de los demás productos.

Los fósforos de seguridad están diseñados de forma que la cabeza sólo arde al rasparla contra la superficie de fricción que posee la caja. La punta de los fósforos de seguridad contiene trisulfuro de antimonio y un agente oxidante pegados con caseína o cola, el resto de la cerilla es de madera. La superficie de frotamiento de la caja contiene vidrio en polvo para la fricción, fósforo rojo y cola (adhesivo). Al raspar allí el fósforo, el calor de fricción transforma el fósforo rojo en blanco, que arde y prende a su vez la cabeza de la cerilla.

A la primera industria española de fósforos de seguridad, fundada en 1850, la acompañó la producción de cigarrillos a partir de mediados del siglo XIX. Los cigarrillos ya eran conocidos y fabricados por los turcos, desde hacía unos siglos.



# ROCARD

REGALOS Y RECUERDOS  
JARDINERÍA Y FERRETERÍA  
CERÁMICA Y ARTESANÍA

VINOS Y LICORES

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

ASOCIACIÓN SIN ÁNIMO DE LUCRO PARA LA DEFENSA Y PROTECCIÓN DEL CIUDADANO Y LA IMPULSIÓN DEL PLAN ESTRATÉGICO DE DESARROLLO Y CALIDAD DE ARAN 2030

Bar - Restaurante  
**Tastets**

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

Anuncia't a  
**TOT ARAN**

La teva Revista

973 64 77 07

RESTAURANT  
**ESQUIRÒ**

DUBERT TOT ER AN  
(MENS ABRIU E MAI)

Baqueira 1500  
Edifici Mauberme  
Tel. 973 64 54 30

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

**No hi doneu  
més  
tombs!**

973 64 77 07

62 **Tot ARAN**

**Pizzeria Ristorante**  
**La Boveda**

c/ deth Roser, 11  
(Frente Instituto de Vielha) Tel. 973 64 04 91  
25530 - VIELHA

Productos Carnicos  
**Dominguez**

Productos Artesanos  
Embutidos gallegos, jamones,  
conservas, vinos etc..

c/Major, 23 (Junto al Museu de Vielha) - 25530 - VIELHA Tel.: 973 64 03 90

**Tot ARAN 63**



## LA CÀRREGA DE LA BRIGADA LLEUGERA



Els anglesos tenen algunes costums extraordinàries, com el fet de conduir per l'esquerra o de no pronunciar algunes vocals, o, fins i tot, de convertir derrotes en boniques balades. El 1854, lord Alfred Tennyson va adornar d'història lírica la inútil càrrega de 607 genets anglesos contra una bateria de canons russos durant la guerra de Crimea. Van tornar tot just dos-cents, amb l'alè dels cossacs a l'esquena. El general francès Bosquet, que va presenciar la batalla, observà: "C'est magnifique, mais n'est pas la guerre", davant la inutilitat de la càrrega. I és que, mentre als oficials veterans de la Índia s'els negaven les comissions, es donava el comandament de les unitats al joves aristòcrates, àvids de glòria, però incompetents. Narra Tennyson que els soldats no van defallir, tot i que sabien de cert que algú s'havia equivocat, que s'havien precipitat les ordres i fins i tot s'havia errat en la formació, que en lloc de ser oberta per dispersar el blanc, era tancada, perfecte pels canons russos.

A l'alba del 25 d'octubre de 1854, la Brigada Pesada de lord Raglan va atacar Balaclava, a 13 kilòmetres de Sebastopol, posant en retirada a la cavalleria russa, superior en número. Raglan era el comandant de la expedició britànica, militar des que no s'afaitava y manco del braç dret, cortesia de Napoleó a Waterloo. Aficionat als càstigs, era odiós per a la tropa y recelava del francès. La Brigada Lleugera comandada per lord Lucan, que havia vist la lluita des de la barrera, pretenia la seva porció de glòria. La cavalleria russa es va reagrupar en una vall estreta flanquejada per turons, en els que van posicionar l'artilleria capturada al turc. Raglan va decidir que la seva infanteria expulsés la resistència dels turons y la Brigada Lleugera rematés la feina carregant contra l'enemic en retirada.



Lucan va esperar el progrés de la infanteria, però quan Raglan va donar la ordre, va ordenar lord Cardigan que es posés al front dels 607 cavallers per enfrontar-se a una bateria de vuit canons, un batalló de infanteria y vuit esquadrons de cossacs, en una vall guarnida por catorze canons més, en els alts de Fedioukine y dos fortins armats en els de Causeway. Els 607 van carregar desplegant-se en 300 metres de cavalcada quan disposaven de 1.500, amb la qual cosa, la metralla multiplicava la seva efectivitat. El foc creuat dels turons va massacrar els flancs i les peces de la vall, la avantguarda, però la Brigada va arribar a les posicions russes i el combat va acabar en un cos a cos. Cardigan va ordenar retirar-se per la vall lluitant per cada polzada. Quan van assolir les seves línies, els homes el van victorejar, tot i les baixes escandaloses. La Brigada Lleugera havia quedat delmada per una càrrega totalment inútil que no va servir en absolut per accelerar la caiguda de Sebastopol.

Cardigan va ser jutjat en consell de guerra, del qual va sortir com un heroi, mentre que el seu cunyat Lucan en va sortir trasquilat. Al final del Consell, James Thomas Brudenell, comte de Cardigan, exclamà: "va ser un acte insensat del qual no en tinc la culpa".

Article escrit per David Aquilina

**Eth Sanglie Borda**

CASARILH - VAL D'ARAN  
Tel. 973 64 12 03

|          |                        |
|----------|------------------------|
| Baqueira | Cocina típica del país |
| Salardú  | Olla aranesa           |
| Arties   | Patés                  |
| Casarilh | Carnes a la brasa      |
| Escunhau | Civets                 |
| Vielha   | Civets de caça         |
| Gausac   |                        |
| Túnel    |                        |

**Anuncia't a TOT ARAN**  
973 64 77 07

**MARIA LUISA ÁVALOS**  
PSICOTERAPIA ACUPUNTURA  
FLORES DE BACH  
REFLEXOLOGIA PODAL  
HOMEOPATÍA

Urbanización La Closa, 21  
BETRÈN  
Tel.: 655 269 870 - 973 64 10 77

**Sidrería Casa Pau**  
Especialidad en pescado al espylo de los asadores vascos

Menú de sidrería

Tapas y pinchos

c/ Molino, 14  
25599 - ARTIES  
Tel. 973 64 52 31

**RESTAURANT Les Caprices d'Etigny**  
COCINA REGIONAL  
ESPECIALIDAD EN TRUCHAS DEL PAIS D'OÛ  
PARRILLADAS A LA BRASA DE LEÑA

HORARIO:  
de 12 a 13:45 h. y  
de 19:30 a 21:45 h.

30 bis, Allées d'Etigny  
31110 LUCHON  
Tél. 00 33 561 94 31 05

**hôtel Panoramic**

6, Avenue Carnot  
31110 LUCHON (FRANCIA)  
Tel. 00 33 5 61 79 30 90  
Fax 00 33 5 61 79 32 84  
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 - Garot y cerca de las pistas de esquí de Superbagnères y Faytaoules en los Pirineos franceses.

# Sabemos lo que comemos?



## LA BONITA CALABAZA

La calabaza, consumida por una minoría de personas, es, sin embargo, una hortaliza que ayuda a mantener una dieta muy saludable.

Aunque no disfruta de muy buena reputación – a los malos alumnos se les amenaza con ella, como en el concurso televisivo *Un, dos, tres...*; en la noche de Halloween se utilizan como decoración de fantasmas y brujas -, la calabaza puede contribuir a mejorar nuestra dieta. Aporta calcio, fósforo y betacarotenos. Estos últimos son convertidos por el organismo en vitamina A, que favorece una piel sana y una buena visión nocturna. Por otro lado, se le atribuyen propiedades curativas para la vejiga y los cálculos renales. Es también un excelente diurético, por lo que reduce las infecciones en las vías urinarias.



Las pipas de calabaza son también mano de santo: ya los mayas las usaban, mezcladas con leche, para combatir los parásitos intestinales. El paladar lo considera una hortaliza muy adecuada para acompañar verduras, ensaladas y guisos diversos. Y los cocineros la consideran decisiva en dulces, pasteles, gelatinas y pudines.

Al comprar una calabaza, para garantizar una buena adquisición, lo mejor es fijarse en que la piel sea tan suave como firme. Su cáscara permite que también se pueda conservar durante meses sin que sufra apenas.

A la pulpa y a las pipas de la calabaza también se les atribuyen suaves efectos sedantes, por lo que se considera su consumo muy recomendable, en el caso de padecer de ansiedad, insomnio o estrés.

Su aplicación también puede ser exterior. Así, se le considera capaz de prevenir el envejecimiento de la piel, evitando las indeseables arrugas, las estrías y su desecamiento. También se la recomienda en caso de eccemas.

**Complements**  
per a l'habitatge, S.L.

PINTURAS - BARNICES  
MOQUETAS - PARQUETS  
COMPLEMENTOS

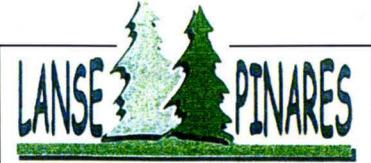
PRODUCTOS Y UTENSILIOS PARA  
CARPINTERÍA, PINTORES Y BRICOLAJE



Pol. Ind Mijaran - c/Aigua Prima, nave 14 - 25530 VIELHA  
Tel. 973 64 27 78 - 609 88 93 06 Fax 973 64 20 18  
e.mail: compl@eresmas.com



**NUEVA PROMOCIÓN EN BOSSÒST**



Lanse Pinares, S.L.  
Promociones  
619 46 22 84 - 609 40 21 89

**ENTREGA PRIMAVERA 2005**

## VENTA DE APARTAMENTOS

2 ó 3 Hab. y Dúplex de 75 a 100 m<sup>2</sup>

Locales comerciales

Parkings + trasteros opcionales

Desde 195.000.- Euros



*Anna Nicolás*

ALQUILER Y VENTA  
GRANDES OFERTAS

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

CASAS ARANESAS  
Y APARTAMENTOS  
EN LA VALL D'ARAN

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

## LA PRIMERA CRUZADA (Capítulo 6) El paso por Anatolia



Después de dejar tierras bizantinas, el ejército cruzado siguió el camino más rápido en dirección al valle del Orontes y sus penalidades fueron muchas: desde el hambre y la sed hasta las batallas contra los turcos. En Dorilea (centro de Anatolia) vencieron de nuevo a Kiry Arslan, ahora aliado con el sultán de Armenia, Danashimed.

Según las crónicas de Ana Comneno, el ejército turco estaba esperando a los cruzados emboscado a un lado del camino. Pero la vanguardia franca no cayó en la trampa: tras detenerse a una distancia prudencial, se limitó a contemplar el enemigo. Era evidentemente una prueba de nervios.

El general turco mandó varias oleadas de arqueros montados a diezmar sus filas, pero la armadura de los caballeros era tan gruesa que las flechas apenas les hacían mella. Al final del día, desesperado ante tanta calma, ordenó la carga, pero justo entonces apareció el resto del ejército cruzado por su retaguardia, ya que habían dado un rodeo. Atrapado entre dos flancos, el ejército turco fue destrozado.



Una anécdota contada por Ana Comneno es la que se refería a un caballero cruzado, al parecer bastante irreverente y arrogante. Este cruzado, cuyo nombre se desconoce, dirigía una tropa bastante numerosa y estuvo presente en la entrevista que mantuvieron, meses antes, los condes francos y el padre de la autora, Alexio. Durante este encuentro tuvo la osadía de sentarse en el mismísimo trono del basileus. Cuando el diplomático Bohemundo le recordó que era descortés sentarse delante del emperador sin su permiso, el noble obedeció de mala gana. Pero más tarde se dirigió al emperador de forma insultante, afirmando que en su país era un gran campeón con el que nadie se atrevía y que era mejor, sin duda, que ningún griego.

El emperador, que en su juventud fue un guerrero audaz, escuchó de boca del intérprete la clara provocación pero no se inmutó. Sonrió al impertinente y le advirtió de que si seguía hacia Jerusalén, no le faltarían ocasiones de probar su coraje con los "infielos". También aprovechó para advertir a los cruzados sobre la táctica militar turca, donde menudeaban las emboscadas.

Todos esos consejos no fueron escuchados por el caballero, pues el día de la batalla de Dorilea, ese mismo franco impertinente se encontraba con la vanguardia del ejército. Ante la oportunidad de hacerse un nombre aplastando un número importante de turcos, se lanzó al combate con todos sus hombres, sin detenerse a pensar que podía ser una trampa... y efectivamente lo era.

Los turcos se lanzaron sobre la imprudente tropa desde un flanco y estalló una dura refriega, en la que muchos francos cayeron. Viendo que se encontraban rodeados, al valiente caballero franco le entró pánico y estuvo a punto de rendirse. Por suerte, llegó el cuerpo central del ejército franco, que iba retrasado respecto a la vanguardia, y se lanzó al rescate. El ejército turco fue derrotado, pero los francos también tuvieron varias bajas (sobre todo en vanguardia). La compañía del "caballero audaz" sufrió numerosas bajas.

En todo caso, los cruzados superaron la prueba y pudieron seguir su camino hacia Jerusalén. Mientras el grueso del ejército cruzaba los montes Taurus, una pequeña fuerza al mando de Tancredo se desvió hacia la costa de Cilicia, donde conquistó varias ciudades que se negó a devolver a su legítimo dueño el basileus



Conversación real obtenida por radio en la costa de Finisterre, entre coruñeses y norteamericanos, en Octubre de 1995...

**Coruñeses:** (ruido de fondo)... por favor, desvíen su rumbo quince grados sur para evitar una colisión...

**Americanos:** ...(ruido de fondo)... Recomendamos que desvíen su rumbo quince grados norte para evitar colisión...

**Coruñeses:** Negativo. Tendrán que desviarse quince grados sur para evitar la colisión.

**Americanos:** Al habla el capitán de un navío de los Estados Unidos de América. Insisto, desvíe SU curso.

**Coruñeses:** No. Insisto, les recomiendo que desvíen SU rumbo.

**Americanos:** LE HABLO DESDE EL PORTAVIONES LINCOLN USS, EL SEGUNDO NAVÍO MAS GRANDE DE LA FLOTA DE LOS ESTADOS UNIDOS DE AMÉRICA. NOS ESCOLTAN TRES DESTRUCTORES, TRES CRUCEROS, Y NUMEROSAS CORBETAS DE APOYO. LE ORDENO QUE DESVÍE SU CURSO QUINCE GRADOS NORTE O SE TOMARÁN CONTRAMEDIDAS PARA ASEGURAR LA SEGURIDAD DE ESTE BARCO.

**Coruñeses:** Soy Pedro Gutiérrez, el segundo hijo más grande de la Paca. Les hablo desde UN FARO. Mejor será que desvíen su curso.







**FIESTAS  
FIN DE  
TEMPORADA**

**PACHA**  
BAQUEIRA BERET

**SOUND KLASH**

EN PACHA DE BAQUEIRA  
TODOS LOS DOMINGOS DE MARZO

MUSICA EN DIRECTO SOUND SYSTEM  
DISCS JOCKEYS DE TALLA INTERNACIONAL

**REGALOS  
PARA LOS  
ASISTENTES**

# Leyendas que me contaron

## EL GIGANTE SILBÁN (Primera parte)

El gigante Silbán era famoso en una comarca del Alto Aragón, por sus constantes robos de ganado. Nadie podía trepar a su guarida, situada a gran altura en una pared vertical de roca caliza. Tan sólo su agilidad, y sus enormes piernas, le permitían subir rápidamente utilizando unas estacas de madera clavadas a modo de escalas, pero tan separadas unas de otras que no servían para las personas de tamaño normal. Las que desde abajo parecían estacas, no eran otra cosa que auténticos y enteros troncos de enebro, algunos arrancados con raíz y todo. Silbán era aún más odiado por otra razón, además de los robos de ganado: raptaba doncellas, y nunca más se sabía de las desafortunadas. Hasta que en una ocasión, el azar o el destino hizo que se encariñara con Marieta, la Pastora, una de las secuestradas.



Este cariño fue la causa que salvó a la muchacha del despiadado fin al que el monstruo sometió a todas las que la precedieron. Superados los primeros momentos de desesperación y de profunda tristeza, Marieta estaba a la entrada de la gruta, mirando el precipicio a sus pies y calibrando la distancia que la separaba de la libertad. La muchacha estudió un plan para descolgarse de uno a otro peldaño arbóreo.

Contaría para ello con lo único que tenía en aquel momento: encantos y paciencia, las dos virtudes y armas de cualquier mujer. Comenzó por engatusar al gigante, que descansaba en la boca de la cueva, a la solana, mientras ella le peinaba los larguísima s cabellos antes enmarañados por la vida silvestre. Tanto se confió Silbán que, cuando dormía una mañana en su regazo, no se enteró de que Marieta se había apartado, dejando la cabeza del gigante apoyada encima de su delantal y éste en la roca donde había estado sentada. Bajo el mandil, la pastora había acumulado una buena cantidad de lana, y el Gigante siguió dormido en la mullida almohada. De la misma lana de las ovejas robadas por el Gigante, Marieta había entrelazado hebras hasta conseguir una larga sog a, por la que pudo descolgarse de la cueva, para correr después sin detenerse hasta

su pueblo, Salinas de Sin. A sus espaldas, escuchaba la voz de Silván, con tonos tristes y desengañados más que airados, que la llamaba: Marieta, Marieta... Después de eso, Silbán quedó hundido, abatido, roto y desengañado. Cuentan que durante mucho tiempo se oyó en la noche un lamento rimado en la antigua lengua de Aragón, que el viento arrastraba hasta los hogares de Tella, de Salinas y de Lafortunada.

Dicen también que otras voces, joviales y alegres, acompañadas de música de gaitas, comenzaron a sonar en los montes y en las parideras donde se recogían los ganados. Era la respuesta de los jóvenes pastores, dichosos por haber sido el gigante burlado.

Continuará.....



**Restaurante Saburedo**

C. Mayor, s/n. Tel. 973 64 50 89  
25598 TREDOS - Valle de Arán

**BOTON D'OR**

Cestos típicos araneses  
Regalos  
Artículos para bodas,  
bautizos y comuniones

c/ Doctor Vidal, 2  
25530 - VIELHA  
Tel. 973 64 24 90

**REVISTA Tot ARAN**

Revista mensual de difusión gratuita de la Val d'Aran

**973 64 77 07**

**PIZZERÍA LA SUPREMA**

CARTA CASERA  
PIZZAS PARA LLEVAR

Av. Castiero, 17 - local 3  
25530 - VIELHA  
Tel. 973 64 13 07

En la Rotonda de la  
entrada de Vielha  
Somos los primeros  
de las Galerías

**ETH BURÈU**

FISCAL - LABORAL - CONTABLE  
ADMINISTRACIÓN DE FINCAS

Plaça Pas d'Arrò, 2 - 1º 2º  
25530 - VIELHA (Val d'Aran)  
Tel. 973 64 25 47  
Fax 973 64 04 06

**Jean-Louis Ferret**

Peluquería Unisex  
Estética

Tratamientos faciales y corporales  
Solarium - Manicuras  
Especialidad en uñas de porcelana

61, Allées d'Etigny (Pje. Sacarrère)  
31110 - LUCHON (Francia)  
Tel. 00 33 561 79 59 63

**MOBLEART ARAN**

GABINET DE DECORACIO

PASSEIG D'ERA LIBER MIT. 2  
25530 VIELHA

TEL.FAX.973 640 931

Ferretería  
**AGUILERA**

DROGUERÍA  
MENAJE

c/ del Agua, 5  
25550 - BOSSÒST  
Tel. 973 64 80 85



# BIBLIOTÈCA GENERAU DE VIELHA

BIBLIOTÈCA GENERAU DE VIELHA  
Av. Garona, 33 (Palai de Gèu)

Tel. 973 64 07 68  
bibliovielha@aranweb.com

## RELAXATZ ETH CÒS E ER ESPERIT

Aguest mes vos parlaram deth iòga, aguesta sciéncia millenària que vos ajudarà a arténher era armonia interiora e a equilibrar-vos mentaument e físicament o, simplement, a desbrembar-vos quauques menutes der estrès dera vida vidanta.

Belling, Noa: **Yoga vital. Guía ilustrada paso a paso.** Barcelona: Mens Sana, 2003. Era guida ilustrada que vos permeterà conèisher e practicar es diuèrses postures físiques en toti es sòns nivèus de dificultat, damb conselhs alimentaris e es beneficis e possibles contraindicacions que pòt auer entath còs cadua des posicions. Includís un indèx finau tà poder trobar ath moment tèrmes com eth pingala o eth bakasana.

Calle, Ramiro A.: **El Libro de la relajación, la respiración y el estiramiento.** Madrid: Alianza, 1997.

Un libre de pòcha entàs qu'encara non coneishetz es tecniques entà aprèner a respirar corrèctament o estirar-vos coma cau, damb un apartat finau d'illustracions posturals.

Chiapponi, Francesca: **Yoga teoría y práctica.** Madrid: Libsa, 2001.

Aguest manauau includís, ath delà d'ua introduccion as orignes deth iòga, era practica des postures e un programa d'exercicis entà toti es nivèus, includits mainadèra, gent grana e prendades, e un diccionari finau de tèrmes indós.

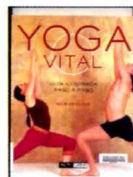


Freedman, Françoise Barbira: **Yoga para bebés.** Madrid: Gaia, 2001. Es mairs e pairs trobaratz ací ua seguida d'exercicis entà relaxar as petits dera familha.

Smith, Erica: **La Meditación. Introducción a la técnica, sus tradiciones y sus beneficios.** Barcelona: Oniro, 1997.

Entà aprèner a relaxar-vos e melhorar era salut en tot meditar mejançant es diuèrses tecniques des diferents tradicions: taoista, bodista, misticista cristiana...

Turlington, Christy: **Vivir el yoga.** Barcelona: Alpha Decay, 2004. Ua introduccion ad aguesta filosofia de vida, que vos permeterà retrobar-vos a vosati madeishi en tot redescorbir eth vòste laguens e conèisher ath madeish temps eth simbolisme dera cultura indó, damb illustracions des practiques posturals. Includís un glossari finau de terminologia iògui.



**Introducción al yoga.** Valladolid: Divisa, 2000.

Un enregistrament en vidèu tà seguir, pas a pas e visuaument, quauqui exercicis d'iniciacion ath iòga.

### Condes ena bibliotèca

Entà d'aguest mes auem programades es següentes ores deth conde, a compdar des 17.30 h:

4 de març: "La corona del rei negre"  
18 de març: "El meu tiet rabüt"



## Azum ANTIGÜEDADES



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

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  
Mòvil : 00 33 6 07 09 20 25  
Miembro del SNCAO

Verano alojamiento  
Barra montgarri outdoor  
de montaña raquetas  
con fondo de nieve  
trekking verano  
refugi  
Amics de Montgarri

montgarri outdoor • actividades de montaña

Val d'Aran  
973 643303  
www.montgarri.com

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

Anuncia't  
a  
TOT ARAN  
973 64 77 07

ACRISTALAMIENTOS  
PERSIANAS  
CARPINTERÍA DE ALUMINIO  
MAMPARAS DE BAÑO

Avda. Maladeta, 19  
25530 - VIELHA  
Tel. 973 64 02 89  
Fax 973 64 32 12

La Cuina  
de Portolà

Tapes per a compartir  
Cuina aranesa i catalana  
Gran varietat de tapes

Obert tots els dies de 13 a 15,30 i de 19 a 23 h.

Parador de Turisme d'Arties - Ctra. de Baqueira Beret s/n  
25599 - ARTIES (Lleida) Tel. 973 64 08 01 - 973 64 10 01

e.mail: arties@parador.es  
www.parador.es



# Misterios del universo

## EL POLVO CÓSMICO



Según las teorías astronómicas actuales, las galaxias fueron, en origen, grandes conglomerados de gas y polvo cósmico que giraban lentamente, fragmentándose en vórtices turbulentos y condensándose en estrellas. En algunas regiones donde la formación de estrellas fue muy activa, casi todo el polvo y el gas fue a parar a una estrella u otra. Poco o nada fue lo que quedó en el espacio intermedio. Esto es cierto para los cúmulos globulares, las galaxias elípticas y el núcleo central de las galaxias espirales.



Dicho proceso fue mucho menos eficaz en las afueras de las galaxias espirales. Las estrellas se formaron en números menores y sobró mucho polvo y mucho gas. Nosotros, los habitantes de la Tierra, nos encontramos en los brazos espirales de nuestra galaxia y vemos las manchas oscuras que proyectan las nubes de polvo contra el resplandor de la Vía Láctea. El centro de nuestra propia galaxia queda completamente oscurecido por tales nubes.

El material de que está formado el universo es, en su mayor parte, hidrógeno y helio. Los átomos de helio no tienen ninguna tendencia a juntarse unos con otros. Los de hidrógeno sí, pero sólo en parejas, formando moléculas de hidrógeno (H<sub>2</sub>). Quiere decirse que la mayor parte del material que flota entre las estrellas consiste en pequeños átomos de helio o en pequeños átomos y moléculas de hidrógeno. Todo ello constituye el gas interestelar, que forma la mayor parte de la materia entre las estrellas.

El polvo interestelar (o polvo cósmico) que se halla presente en cantidades mucho más pequeñas, se compone de partículas diminutas, pero mucho más grandes que átomos o moléculas, y por tanto deben contener átomos que no son de hidrógeno ni de helio.

El tipo de átomo más común en el universo, después del hidrógeno y del helio, es el oxígeno. El oxígeno puede combinarse con hidrógeno para formar grupos oxidrilo (OH) y moléculas de agua (H<sub>2</sub>O), que tienen una marcada tendencia a unirse a otros grupos y moléculas del mismo tipo que encuentren en el camino, de forma que poco a poco se van constituyendo pequeñísimas partículas compuestas por millones y millones de tales moléculas. Los grupos oxidrilo y las moléculas de agua pueden formar parte del polvo cósmico. En 1965, se detectó por primera vez grupos oxidrilo en el espacio y se comenzó a estudiar su distribución. Desde entonces se ha informado también de la existencia de moléculas más complejas, que contienen átomos de carbono, así como de hidrógeno y oxígeno. En el espacio interestelar se han detectado átomos de calcio, sodio, potasio y hierro, observando la luz que esos átomos absorben.

Dentro de nuestro sistema solar hay un material parecido, aportado quizás por los cometas. Es posible que fuera de los límites visibles del sistema solar, exista una capa con gran número de cometas, y que algunos de ellos se precipiten hacia el Sol (acaso por los efectos gravitatorios de las estrellas cercanas). Los cometas son conglomerados sueltos de diminutos fragmentos sólidos de metal y roca, unidos por una mezcla de hielo, metano y amoníaco congelados y otros materiales parecidos. Cada vez que un cometa se aproxima al Sol, se evapora parte de su materia, liberando diminutas partículas sólidas que se esparcen por el espacio en forma de larga cola. En última instancia el cometa se desintegra por completo.

A lo largo de la historia del sistema solar se han desintegrado innumerables cometas y han llenado de polvo el espacio interior del sistema. La Tierra recoge cada día miles de millones de estas partículas de polvo. Los científicos espaciales se interesan por ellas por diversas razones; una de ellas es que los micrometeoritos de mayor tamaño podrían suponer un peligro para los futuros astronautas y colonizadores de la Luna.

# Eth Clòt BAR MUSICAL



cócteles - combinados - copas



música y baile para todos  
en dos ambientes

(rock, pop inglés, pop español, música actual)



organizamos despedidas de solteros/as  
celebraciones - fiestas



ambiente agradable y acogedor  
para todas las edades

abierto todo el año  
de 20,00 a 3,00 h

Plaça Carralets, 7  
VIELHA

Tel. 615 455 935



# ARaN kit

avda. maladeta, 9 local 2 - VIELHA  
tel/fax 973 64 09 37 - móvil 618 32 50 89  
arankitsl@hotmail.com



oferta de apertura:  
parquet flotante a  
partir de 24 € m<sup>2</sup>,  
todo incluido

único en el valle



moquetas y cocos  
parquets flotantes y tarimas  
machihembrados de madera y p.v.c.  
ventanas de madera, aluminio y p.v.c.  
puertas, armarios y derivados  
puertas blindadas y acorazadas  
escaleras y barandillas  
vigas y capiteles de poliuretano  
revestimientos de fibras sintéticas  
rótulos de madera  
kits interiores de armarios



le instalamos todos los  
materiales adquiridos

 **PUERTAS CASTALLA**

**ALLOG**

**BERRY FLOOR**

**Luvipol® deceuninck**



## LA MÚSICA EN LA ÉPOCA MEDIEVAL

Para saber cómo era y cómo se escribía la música en la época medieval, hemos de observar las partituras del momento, pero hemos de tener en cuenta de que en esta época todavía no existía el papel, sino que se escribía sobre pergamino, que era piel de animal curtida. Por tanto, se escribía muy poco, porque para hacer un libro de, por ejemplo 50 páginas, podían llegarse a matar veinte ovejas o cinco vacas, y esto sólo se lo podían permitir los nobles y reyes, o los monasterios e iglesias más importantes (que eran los únicos centros del saber y de los conocimientos y en los que, por tanto, la escritura se convertía en una tarea imprescindible). Debido a este alto coste, el pergamino sólo se utilizaba para cosas verdaderamente importantes y de las que había de quedar constancia como: leyes, testamentos, etc... La música no era tan importante y se transmitía, básicamente, de forma oral, de generación en generación, de padres a hijos y de maestros a discípulos. Por esto motivo, no podemos saber cómo era la música popular medieval ya que las pocas partituras conservadas son de música eclesiástica o de la corte.

En los primeros documentos en donde aparece música, aún no figuraban las notas que conocemos hoy en día. En un principio, se escribían unos pequeños acentos (neumas) encima del texto y de ese modo se enseñaba a los cantantes en qué dirección debían interpretar. Poco a poco, a medida que las piezas eran más largas y complicadas, se fueron pintando la líneas sobre las cuales se situaron las notas, hasta que llegó el pentagrama, que son las cinco líneas actuales.

Con el paso del tiempo, los acentos se convirtieron en manchas cuadradas (notación cuadrada) debido a que las plumas que utilizaban para escribir las notas, tenían la punta cuadrada. Más adelante con la evolución de la forma de la pluma, apareció la notación redonda, que es la que se utiliza actualmente.

En las grandes iglesias y monasterios, una vez escritas las partituras, se encuadernaban en grandes libros de música denominados códices, donde la letra y las notas eran, asimismo, muy grandes. ¿Cómo podía ser eso, si hemos dicho que los pergaminos eran tan caros?. El motivo era porque sólo había un libro para todo el coro de monjes y tenía que ser muy grande porque lo emplazaban en el centro, sobre un atril elevado, y todos tenían que verlo bien para poder cantar. Por eso las notas eran tan grandes.

Debido a la gran cantidad de pergamino empleado y a los ornamentos pictóricos que había en ellos, estos libros tenían un gran valor y un elevado coste económico. A menudo, se encadenaban a las mesas o a los atriles para evitar que los robaran. También se sabe que en las bibliotecas en donde se guardaban estos códices, estaba prohibido entrar con velas encendidas, con el fin de evitar los incendios. Sólo se podía entrar durante el día. También tenemos constancia de que dichos códices eran moneda de cambio en las transacciones comerciales, hasta el punto de que se habían llegado a cambiar por una casa.



Pauta medieval

Artículo escrito por Amalia Atmetlló Folguera  
Profesora de Escola Musicau Val d'Aran





### ESCOLA MUSICAU VAL D'ARAN

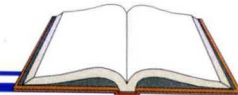
(Abierta desde el 15 d'Octubre)

Lenguaje musical - piano - flauta travesera  
violín - guitarra - saxofón - clarinete - bot - acordeón

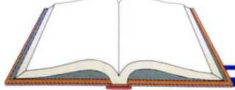
**Tel. 659 51 77 57** c/ Pomarola, 3 (Edificio Copirineo)  
25530 - VIELHA



**Banda musical**



|  | PÁG |   | PÁG   |
|--|-----|---|-------|
| <b>ALBERGUES-REFUGIOS</b>              |     | <b>DEPORTES INVIERNO</b>                    |       |
| REFUGI SANT NICOLAU (BOCA SUR TÚNEL)   | 5   | ERA ESCOLA (SALARDÚ- BERET)                 | 1-80  |
| AMICS DE MONTGARRI (MONTGARRI)         | 73  | TANAU ESPORTS (TANAU)                       | 80    |
|  |     | ESPORTS YETI (VIELHA)                       | 33    |
| <b>ALIMENTACION</b>                    |     | <b>ELECTRODOMÉSTICOS</b>                    |       |
| CÁRNICERÍA ORDOÑEZ (VIELHA)            | 39  | ELECTRÓNICA M.PERAILES (VIELHA)             | 29    |
| CÁRNICERÍA PEDARRÓS (BOSSÒST)          | 73  | <b>ESTANCOS-TABACOS</b>                     |       |
| SUPER CAVE RUBIO (BOSSÒST)             | 51  | TABACS BOYA (LES)                           | 29    |
| SUPERMERCADO RUBIO (BOSSÒST)           | 51  | <b>FERRETERÍAS</b>                          |       |
| ETH GRAUER (BOSSÒST)                   | 24  | FERRETERÍA AGUILERA (BOSSÒST)               | 71    |
| SUPERMERCADO MADRID (BOSSÒST)          | 25  | COMERCIAL M. Y M. (VIELHA)                  | 49    |
| CÁRNICAS DOMÍNGUEZ (VIELHA)            | 63  | <b>FLORISTERÍAS</b>                         |       |
| EL HORNO (SALARDÚ)                     | 37  | FLORS E FLORETES (VIELHA)                   | 23    |
| ETH VAL DES DOCI (VIELHA)              | 35  | FLORSTIL (VIELHA)                           | 17    |
| <b>ANÁLISIS CLÍNICOS</b>               |     | <b>FONTANERÍA Y ELECTRICIDAD</b>            |       |
| MIQUEL ALMANSA (BOSSÒST)               | 79  | XAVI VICENTE (VIELHA)                       | 25    |
| <b>ANTIGÜEDES</b>                      |     | IDEA (VIELHA)                               | 37    |
| AZUM ANTIGÜEDES (LUCHON)               | 73  | JORDI SERVIHOGAR (BOSSÒST)                  | 29    |
| <b>ATRACCIONES</b>                     |     | <b>FOTOGRAFÍA</b>                           |       |
| LOU PITCHOUNET (LUCHON)                | 27  | ARAN COLOR (VIELHA)                         | 49    |
| <b>BALNEARIOS Y TERMAS</b>             |     | <b>GESTORÍAS - ASESORÍAS - ABOGADOS</b>     |       |
| LAS TERMAS DEL REFUGI (VIELHA)         | 40  | CADION (VIELHA)                             | 28    |
| BANHS DE TREDÓS (VALL D'AIGUAMOIX)     | 42  | ETH BUREU (VIELHA)                          | 71    |
| TERMAS BARONIA DE LES (LES)            | 11  | GRUP 90 (VIELHA)                            | 55    |
| VITALINE (LUCHON)                      | 2   | PATRICIA RUBIO (BOSSÒST)                    | 47    |
| <b>CALEFACCION-CHIMENEAS</b>           |     | <b>HOTELS-PENSIONES</b>                     |       |
| COMERCIAL M. & M. (VIELHA)             | 49  | PENSIÓN MONTARTO (ARTIES)                   | 61    |
| XAVIER VICENTE (VIELHA)                | 75  | HOTEL SOL VIELHA (VIELHA)                   | 21    |
| IDEA (VIELHA)                          | 37  | HOTEL TALABART (LES)                        | 61    |
| <b>CARPINTERIAS-MADERAS</b>            |     | HOTEL ESTAMPA (ESCUNHAU)                    | 41    |
| CABAU RAMÍREZ (ERA BORDETA)            | 47  | HOTEL MAUBERME (SALARDÚ)                    | 52    |
| ARAN KIT (VIELHA)                      | 75  | BANHS DE TREDÓS (VALL AIGUAMÒG)             | 42    |
| <b>CARPINTERIA ALUMINIO-CRISTALES</b>  |     | HOTEL PANORAMIC (LUCHON)                    | 65    |
| VIDRES VIOLA (VIELHA)                  | 73  | ETH SAUET (TREDÓS)                          | 55    |
| COMERCIAL M. Y M. (VIELHA)             | 49  | <b>TIENDA DE CIBERESPACIO</b>               |       |
| ARAN KIT (VIELHA)                      | 75  | CBZ BATTLE ZONE (VIELHA)                    | 47    |
| <b>CONFECCIONES-MODA</b>               |     | <b>INMOBILIARIAS-PROMOTORES</b>             |       |
| NOVETATS CODINA (BOSSÒST)              | 41  | AREA GESTIÓN INMOBILIARIA (VIELHA)          | 8-9   |
| BOTIGA PEREMARTI (BOSSÒST)             | 61  | ARAN SERVICE (VIELHA)                       | 45    |
| VELVET (VIELHA)                        | 61  | GRUP 90 (VIELHA)                            | 55    |
| COQUETTE MO? (VIELHA)                  | 35  | ETH PUNTEI (VIELHA)                         | 40    |
| EL NINO (VIELHA)                       | 49  | ANNA NICOLÁS (VIELHA)                       | 23    |
| <b>CONSTRUCCIONES-MATERIAL CONSTR.</b> |     | INMOBILIARIA VISSER (SAINT BÉAT)            | 29    |
| ANPEMA 2001 (BOSSÒST)                  | 27  | PROYECTOS Y URBANIZ. GAUDI (FRAGA)          | 60    |
| CUBIERTAS Y PIZARRAS (VIELHA)          | 23  | INMOBILIARIA GLOBAL (VIELHA)                | 12-13 |
| COYTE (BOSSÒST)                        | 21  | L'ANSE PINARES (BOSSÒST)                    | 67    |
| CONSORCI LL. DE CONTROL (LLEIDA)       | 25  | LUTZ ARAN (LES)                             | 37    |
| CANALS TECNOLLEIDA (VALLFOGONA B.)     | 37  | HABITAT ESPACIS D'ARAN (VIELHA)             | 17    |
| INTERIORS D'ARAN (BOSSÒST)             | 15  | <b>INSTALACIONES ELÉCTRICAS</b>             |       |
| JORDI SERVIHOGAR (BOSSÒST)             | 23  | XAVI VICENTE (VIELHA)                       | 25    |
| CONSTRUCCIONES MG (BOSSÒST)            | 55  | JORDI SERVIHOGAR (BOSSÒST)                  | 29    |
| M. BOUCHER (VIELHA)                    | 35  | <b>INSONORIZACIONES - TABIQUERÍA-TECHOS</b> |       |
| ARAN KIT (VIELHA)                      | 75  | INTERIORS D'ARAN (BOSSÒST)                  | 15    |
| <b>CUCHILLERÍAS</b>                    |     | CANALS TECNOLLEIDA (VALLFOGONA B.)          | 37    |
| CUCHILLERÍA DOMÍNGUEZ (LLEIDA)         | 15  | M. BOUCHER (LLEIDA)                         | 35    |
| <b>DECORACION-MUEBLES</b>              |     | <b>NATURALMENTE (VIELHA)</b>                | 10    |
| CARMEN CAUBET (VIELHA)                 | 27  |   |       |
| MOBLEART ARAN (VIELHA)                 | 27  |   |       |
| CAROLINA JUANES (VIELHA)               | 2   |   |       |
| HIPERMUEBLE                            | 79  |   |       |
| LA FERME D'ESPIAU (LUCHON)             | 11  |   |       |
| ETH MAGASEM (BAQUEIRA)                 | 11  |   |       |
| <b>DIETÉTICA - TIENDAS NATURISTAS</b>  |     |   |       |



# Índice de anunciantes

|   |            |
|---|------------|
| <b>LAVANDERÍAS - TINTORERÍAS</b>          | <b>PÁG</b> |
| JONERICK (VIELHA)                         | 15         |
| <b>LIBRERÍAS-PAPELERÍAS</b>               |            |
| LIBRERÍA VIDAL (VIELHA)                   | 5          |
| PLUMA E PAPER (BOSSOST)                   | 5          |
| <b>LIMPIEZAS (SERVICIOS)</b>              |            |
| LIMPIEZA DE CHIMENEAS (SORT)              | 79         |
| ARAN SERVICE (VIELHA)                     | 60         |
| LUTZ ARAN (LES)                           | 37         |
| HOUSE ARAN (VIELHA)                       | 39         |
| <b>MAQUINARIA (ALQUILER)</b>              |            |
| J.CALVO (VIELHA)                          | 33         |
| <b>MEDICINA-ESTÉTICA-EXPRES. CORPORAL</b> |            |
| DRA. M <sup>ª</sup> JOSÉ CUTANDO (VIELHA) | 38         |
| MARIA LUISA AVALOS (BETREN)               | 65         |
| MARGA BALLABRIGA (ES BORDES)              | 36         |
| <b>MUEBLES</b>                            |            |
| CARMEN CAUBET (VIELHA)                    | 27         |
| MOBLEART ARAN (VIELHA)                    | 71         |
| CAROLINA JUANES (VIELHA)                  | 27         |
| HIPERMUEBLE (VIELHA)                      | 2          |
| <b>MUEBLES COCINA Y BAÑO-SANITARIOS</b>   |            |
| COMERCIAL M & M (VIELHA)                  | 49         |
| <b>MUSICA (ESCUELA)</b>                   |            |
| ESCOLA MUSICAU VAL D'ARAN (VIELHA)        | 76         |
| <b>PINTORES-PINTURAS-PARQUETS</b>         |            |
| PINTURAS NASARRE (BOSSOST)                | 15         |
| PINTOR JORDI (VILAMOS)                    | 49         |
| COMPLEMENTES PER L'HABITATGE (VIELHA)     | 66         |
| JORDI SERVIHOGAR (BOSSOST)                | 29         |
| M.BOUCHER (VIELHA)                        | 35         |
| ARAN KIT (VIELHA)                         | 75         |
| <b>PELUQUERÍAS</b>                        |            |
| ES AUETS (BOSSOST)                        | 39         |
| CARMEN SICART (VIELHA)                    | 19         |
| DESTELLOS (VIELHA)                        | 28         |
| JEAN LOUIS FERRET (LUCHON)                | 71         |
| LEONARDO (VIELHA)                         | 19         |
| <b>PERFUMERÍAS</b>                        |            |
| PERFUMERÍA ARAN (VIELHA)                  | 61         |
| <b>PIERCINGS Y TATUAJES</b>               |            |
| DEAD ZONE TATOO (VIELHA)                  | 55         |
| <b>PIZZERÍAS</b>                          |            |
| DON GEPPETTO (VIELHA)                     | 55         |
| PIZZA PICA (LUCHON)                       | 61         |
| PIZZERIA LA SUPREMA (VIELHA)              | 71         |
| LA BOVEDA (VIELHA)                        | 62         |
| <b>POMPAS FÚNEBRES-MARMOLISTERÍA</b>      |            |
| PARDO S.L. (VIELHA)                       | 23         |
| <b>PUBS-SALAS DE FIESTA</b>               |            |
| ETH CLÓTH (VIELHA)                        | 75         |

|   |            |
|---|------------|
| <b>REGALOS-JUGUETERÍAS</b>                | <b>PÁG</b> |
| CARMEN CAUBET (VIELHA)                    | 27         |
| MIMBRES DELSENY (BOSSOST)                 | 49         |
| MOBLEART ARAN (VIELHA)                    | 71         |
| ERA HONT (VIELHA)                         | 39         |
| ROCARD (LES)                              | 63         |
| PERFUMERÍA ARAN (VIELHA)                  | 61         |
| LA FERME D'ESPIAU (LUCHON)                | 79         |
| EL ALMACEN DE LA TARTERIA (ARTIES)        | 11         |
| BOTON D'OR (VIELHA)                       | 71         |
| PECATA MINUTA (VIELHA)                    | 17         |
| EL PARAISO (BOSSOST)                      | 27         |
| <b>RESTAURANTES - BARES - DEGUSTACIÓN</b> |            |
| BORDA LUSÍA (BOSSOST)                     | 49         |
| CONSUL (ARTIES)                           | 61         |
| ETH TIDON (VIELHA)                        | 33         |
| LA FONDA D'EN PEP (VIELHA)                | 47         |
| RESTAURANT DUES PORTES (VIELHA)           | 41         |
| BASILÈA CAFETERIA (VIELHA)                | 39         |
| CASA MESTRES (SALARDU)                    | 39         |
| RESTAURANTE EL ACEBO (VIELHA)             | 40         |
| CASA ESTAMPA (ESCUNHAU)                   | 41         |
| ERA PUMA (VIELHA)                         | 15         |
| LA CREMAILLÈRE (LUCHON)                   | 15         |
| LES CAPRICES D'ETIGNY (LUCHON)            | 15         |
| O ALAMBIQUE (BOSSOST)                     | 15         |
| ESQUIRO (BAQUEIRA)                        | 63         |
| TASTETS (BAQUEIRA)                        | 63         |
| LA BOVEDA (VIELHA)                        | 62         |
| ERA COVA (BOSSOST)                        | 61         |
| URTAU (BOSSOST - ARTIES)                  | 25         |
| SIDRERIA CASA PAU (ARTIES)                | 65         |
| EL ASADOR DE ARAN (ARTIES)                | 19         |
| LA CUINA DE PORTOLA (ARTIES)              | 73         |
| RESTAURANT SABUREDO (TREDOS)              | 71         |
| BORDA ETH SANGLIE (CASARILH)              | 65         |
| RESTAURANTE CAMPANETA (ESCUNHAU)          | 39         |
| LA TARTERIA (GAROS)                       | 11         |
| ETH MOS D'ARAN (VIELHA)                   | 29         |
| CA L'ANGELINA (VIELHA)                    | 33         |
| RESTAURANT EL MOLÍ (VIELHA)               | 25         |
| RESTAURANT ANTONIO (VIELHA)               | 21         |
| RESTAURANTE CAN MIQUEL (VIELHA)           | 39         |
| <b>ROPA HOGAR -TAPICERÍAS</b>             |            |
| MAGATZEMS SANT JORDI (LLEIDA)             | 33         |
| CODINA NOVETATS (BOSSOST)                 | 41         |
| HIPERMUEBLE (VIELHA)                      | 2          |
| TAPICERIA VALDIVIA (LLEIDA)               | 79         |
| <b>ROPA INFANTIL</b>                      |            |
| BOTIGA PEREMARTI (BOSSOST)                | 61         |
| ERA GARGOLHETA (VIELHA)                   | 55         |
| DIABLILLOS                                | 11         |
| <b>TALLERES PARA AUTOMÓVILES</b>          |            |
| TALLERES GARONA (VIELHA)                  | 41         |
| <b>TAXIS</b>                              |            |
| JOAN BERDIÉ (CASAU)                       | 47         |
| TAXI J.ALEXANDRE (BETREN)                 | 33         |
| <b>TELEFONÍA</b>                          |            |
| PHONE LAND (VIELHA)                       | 23         |
| MOVIARAN (VIELHA)                         | 23         |
| ELECTRÓNICA M.PERAILES (VIELHA)           | 29         |
| <b>TRANSPORTE URGENTE</b>                 |            |
| MRW (VIELHA)                              | 29         |
| SEUR (VIELHA)                             | 47         |
| <b>VETERINARIOS</b>                       |            |
| M <sup>ª</sup> ARAN VIDAL (VIELHA)        | 47         |
| <b>VINOS Y CAVAS</b>                      |            |
| J. DELSENY (BOSSOST)                      | 49         |
| ROCARD (LES)                              | 63         |
| SUPER CAVA RUBIO (BOSSOST)                | 51         |
| SUPERMERCADO MADRID (BOSSOST)             | 25         |
| SUPERMERCADO RUBIO (BOSSOST)              | 51         |
| CHARCUTERIA ETH GRAUER (BOSSOST)          | 24         |



Distribuidores exclusivos:  
Angel des Montagnes  
Pierre Frey....y otros

## La Ferme d'Espiau Boutique

Decoración - Complementos  
Regalos - Arte en la mesa



Ambiente de montaña

64, Allées d'Etigny  
31110 Luchon (Francia)

Tel. 00 33 561 79 33 07

**LIMPIEZA CHIMENEAS**

**¡ACABADO IMPECABLE!**

**LIMPIEZA DE CHIMENEAS Y CONDUCTOS DE GRASA**  
**973 621 065**

**MIQUEL ALMANSA ARTIGA**  
**ANÁLISIS CLÍNICOS**  
**ANÁLISIS DE AGUA**

Av. Eduardo Aunós, 10  
25550 - BOSSOST (Lleida)  
Tel. 973 64 82 19  
973 64 72 87

**Anuncia't a TOT ARAN**  
**973 64 77 07**

**TAPICERÍA Valdivia**

Més de 35 anys al seu servei

c/Corts Catalanes, 37  
25005 LLEIDA  
Tel. 973 235 906  
Mob. 667 637 821





**ERA ESCOLA**  
BAQUEIRA - BERET

**Nuestra experiencia,  
tu garantía**

Baqueira: 973 64 51 26  
Beret: 973 25 30 54  
Bonaigua: 618 60 58 65  
Salardú: 973 64 60 83

www.eraescola.com  
info@eraescola.com



Telefónica  
**Movistar**



1964

2004



**Esquí alpino · Snowboard · Esquí nórdico · Telemark**

**TANAU**<sup>®</sup>  
ESPORTS  
Val d'Aran



*Alex Navarro*

**OS PRESENTAMOS Y OFRECEMOS**

- Alquiler de esquís, botas, cascos, palos snowblade.
- Taller especializado en esquí y snowboard.
- Botas a medida.
- Guantes, gorros, forros polares, descansos y todo tipo de complementos.
- Prensa, librería y cartografía.
- Guardaesquí por días, semana, temporada...

Ctra. Beret, s/n. Urb. Tanau  
(Junto telesilla Esquiros)  
25598 BAQUEIRA - TANAU  
Tel. 973 64 51 54 - 64 50 90  
e-mail: info@tanauessports.com  
www.tanauessports.com

