



REVISTA MUNICIPAL DE IRUÑA DE OCA - NÚMERO 105 - JUNIO 2021

IruñakO



LA CULTURA REGRESA A IRUÑA DE OCA



ARRATE
Dozenak pertsonak igerilekuak egoera onean egotea ahalbidetzen dute



UDALBATZA
Diru-laguntza bana onartu zaie Trespondeko eta Mandaitako batzarrei





berriak

Igerilekuak Hamarnaka lagunek lan egiten dute Arrate kirolgunean udako igerilekuez gozatu ahal izateko.

4-7.Orr.

berriak

Laguntzak Udalak diru-laguntzak ematen dizkie Trespuentes eta Montevideoko Batzarrei zenbait obra egiteko.12.Orr.

berriak

Kultura Pandemiaren aurkako osasun-araudi berriarekin, kultura-jarduerara itzuli da Iruña Okara.

13.Orr

1 0 5

Sumario



* La programación de actividades que se citan en esta publicación puede estar sujeta a modificaciones imprevistas, por lo que para mayor seguridad recomendamos consultar con los organizadores de los actos.

REVISTA IRUÑAKO - Revista municipal de Iruña de Oca, nº 104, mayo de 2021 • Edita: Ayuntamiento de Iruña de Oca • **Redacción:** Eduardo Quintana, Leticia de la Torre • **Maquetación:** Marian Mtz. de Yuso • **Fotografía:** Eduardo Quintana, Leticia de la Torre • **Imprime:** Gráficas Irudi • **Depósito legal:** VI-296/06 • **Dirección:** El Calero, 5D. Nanclares de la Oca • **Teléfono:** 605 729 258 • **Correo electrónico:** revistairunako@hotmail.com

Más de 800 personas han respaldado con su decisión la apuesta que desde el Ayuntamiento de Iruña de Oca realizamos por desarrollar en el Complejo Deportivo de Arrate una nueva fórmula de gestionar parte de la actividad deportiva que se desarrolla en nuestro Municipio. Más de 800 personas de todas las edades, también vecinos de otros Municipios, ha optado por renovar su abono en Arrate una vez finalizada la concesión vigente hasta el pasado 10 de junio; o han decidido disfrutar de las piscinas de verano con alguno de los abonos de temporada que se ofertaron. Confío en que sean aún más cuando, a partir de septiembre, arranque la nueva temporada.

Como hemos señalado en otras ocasiones buscamos ofrecer un buen servicio a los ciudadanos, con unas instalaciones adecuadas y con un coste económico ajustado para los usuarios y usuarias. Todos sabemos que los servicios que las administraciones prestan a sus vecinos y vecinas se justifican, no por la rentabilidad económica, sino por la función de beneficio social que promueven. En este sentido os animo a participar en el proyecto. A renovar la confianza en Arrate a los que por uno u otro motivo decidisteis buscar otras ofertas deportivas. A dar el paso de descubrir nuestro complejo deportivo rellenando la ficha de nuevo socio pasado el verano y, así, disfrutar de unas instalaciones y de unas actividades que ya preparamos con ilusión. Y con esfuerzo.



e ditorial

El mismo empeño que ponemos en intentar construir un Municipio que se asiente en una convivencia que respete a todos y todas. Que respete las diferentes formas de divertirse, de trabajar, de descansar. Es por ello que me causa, a mí personalmente y a toda la Corporación, una especial tristeza y decepción ver cómo, con demasiada

frecuencia, observamos actitudes incívicas por parte de unos pocos que alteran, no sólo la convivencia, sino que causan daños materiales que debemos reparar con el dinero de todos. Es absolutamente inaceptable. Y las soluciones, debemos tenerlo claro, han de venir por diferentes vías.

Estamos viviendo, por otra parte, semanas de esperanza en lo que respecta a la pandemia. El avance en la vacunación y la mejora en los datos de contagios, ingresos y fallecimientos que van afortunadamente a la baja nos permite ser más optimistas. Se anuncian decisiones que nos hacen aspirar a una ansiada normalidad. Seamos no obstante cautos y respetemos las indicaciones que los responsables políticos y sanitarios vayan día a día planteando. Será por el bien de todos y todas.

A handwritten signature in blue ink, which appears to read 'Miguel Montes'. The signature is stylized and somewhat cursive.

Miguel Angel Montes
Alcalde de Iruña de Oca



Un trabajo en equipo

Dozenaka pertsonak Langraizko igerilekuak mantentze eta segurtasun-baldintza ezin hobeetan egotea ahalbidetzen dute, udako hilabeteetan erabiltzaileen gozamenerako

El verano ha llegado y con él los primeros días de calor. Para que los vecinos y vecinas del municipio puedan llevar cabo una acción tan simple como colocar nuestra toalla en el césped y darnos un chapuzón, decenas de personas trabajan cada día en el Centro Deportivo de Arrate.

Diariamente, hay que controlar los accesos, mantener limpias las instalaciones, vigilar la calidad del agua, cuidar el césped.... en definitiva, una larga lista de tareas que nos permiten disfrutar al máximo de nuestras piscinas y hacerlo además con la máxima seguridad.

La primera cara que nos encontramos al llegar a Arrate es la de los chicos y chicas del control de acceso. Cuatro personas se turnan para cubrir todo el horario de apertura, vender las entradas de día, tramitar solicitudes de socios... Esta temporada, el baño está autorizado los lunes y viernes entre las 11 y las 20 horas, mientras que sábados, domingos y festivos el horario se amplía desde las 10 de la mañana hasta las 8 de la tarde.

De la limpieza de las instalaciones se encarga un equipo compuesto por tres personas, que se afanan por mantener todas las zonas comunes en perfecto estado.

Ya en el vaso, es fundamental el desempeño de los socorristas. Desde las nueve de la mañana hasta las nueve de la noche, Arrate dispone al menos de una persona encargada de vigilar, prevenir y atender cualquier problema que haya en las instalaciones. Tres socorristas titulados se reparten los turnos para asegurar una atención continua, tanto en el vaso como en el resto de zonas de las instalaciones.

Precisamente el buen estado sanitario del agua es otra de las principales preocupaciones de los responsables de las piscinas. Dos empresas -Hidrocontrol y Termofuel- son las encargadas de la supervisión de las dos piscinas (adultos y niños) del complejo, así como de las bombas y todos los elementos mecánicos necesarios para circulación del agua y la limpieza de la misma.

Diariamente, el personal de Arrate recoge muestras de agua que son analizadas para determinar los niveles de Ph, transparencia, turbidez, cloro, cloro libre, cloro libre residual, cloro combinado residual y ácido isocianúrico.



SEGURTASUNA

Igerilekuetako edalontziko ura egunero aztertzen da bainatzeko egoera onean dagoela egiaztatzeko.

Una vez salimos del agua, encontrar un césped en buenas condiciones es fundamental para disfrutar de una jornada de piscina. De ello se ocupan los miembros del Consorcio de Limpieza y Jardinería del Ayuntamiento. Durante las primeras semanas de junio, el personal del Consorcio llevó a cabo el acondicionamiento de la zona verde, la poda del arbolado del complejo, así como la limpieza y mejora del cierre exterior del centro para que estuviese en perfecto estado para su apertura. Durante los meses estivales, los trabajadores del Consorcio se encargan de las tareas de riego, aclareo y segado del césped para mantenerlo en las mejores condiciones posibles.

Finalmente, este año, tras el cambio de gestión, es el propio Ayuntamiento el encargado de llevar a cabo las tareas de man-

tenimiento del complejo acometiendo las reparaciones necesarias para el correcto funcionamiento de todas las instalaciones. Asimismo, desde el Consistorio se han implementado los protocolos necesarios para llevar a cabo la apertura de las instalaciones cumpliendo con las medidas sanitarias y de higiene previstas para luchar contra

la pandemia. En el recinto se han colocado varios dispensadores de gel hidroalcohólico, mientras que sobre la zona verde se han delimitado una serie de espacios de distintos tamaños para que se pueda mantener en todo momento la distancia de seguridad entre los usuarios, se realizan desinfecciones periódicas de las zonas de baño y se

EN PRIMERA



Iraia Barroso

Iraia ha acudido a las piscinas con su madre. Es de Vitoria y otros años sí se ha hecho el carnet para acudir toda la temporada, pero este año, viendo el tiempo que hace de momento y a expensas de lo que pase con la pandemia, cuando acude saca entrada de día. Lo que más le gusta es la tranquilidad que hay en las instalaciones, ya que no le hace mucha gracia estar con gente pegada a su toalla.

Pero hay algo que sí echa de menos: un trampolín del que tirarse o algunos toboganes en la piscina con los que jugar.



Maite Elvira

Vive en Nanclares “de toda la vida” y acude a Arrate todo el año. En invierno hace uso de la piscina interior y cuando llega el verano es una asidua del césped de las instalaciones. Nada más llegar su hijo busca a sus amigos y ella, vigilando en la distancia, aprovecha para relajarse. No puede tomar un café o un helado o comer un bocadillo cuando viene directa del trabajo porque no hay bar y eso es algo que considera que hay que remediar. Valora mucho la tranquilidad que se respira y sigue “alucinando” que vaya tan poca gente del pueblo y llega a calificar las instalaciones como de “piscina privada”.



Adrián García

Adrián es de Nanclares y tiene 12 años. Ha empezado a ir con sus amigos a las piscinas este verano solo y por eso se ha hecho el carnet. Él y las otras 4 personas de su cuadrilla, aprovechan a ir a Arrate aunque no haga del todo bueno para “aprovechar la tarde”.

Casi siempre se colocan en la misma zona y usan el césped para extender sus toallas, charlar, jugar a las cartas y, cuando el tiempo lo permite, darse un baño y jugar en el agua. Le parece que las piscinas están muy bien, aunque lo que menos gracia le hace es “tener que ponerse el gorro” para bañarse.

mantiene una ventilación constante en las zonas cubiertas.

Al igual que el año pasado, este año no estará disponible para su uso la zona de barbacoas, se han indicado recorridos de entrada y salida en los lugares de paso habitual para evitar en lo posible cruces en-

tre usuarios y se han clausurado todas las fuentes de agua. Además, se lleva a cabo un control de los aforos de las instalaciones que impide que cada día se vendan más de veinte entradas de día para, de este modo, garantizar en todo momento el cumplimiento de la normativa dispuesta por el Gobierno Vasco.

PERSONA



Leire Gordo

Sentada en un lateral de la piscina, Leire Gordo aprovecha para tomar el sol. Es socia durante todo el año y acude las piscinas con sus dos hijos. Poder estar tranquila es algo que valora, aunque le llama mucho la atención la poca gente que acude normalmente. “Es que ni los sábados ni los domingos hay aglomeraciones”, asegura mientras recalca que es fantástico que no haya agobios, pero que le apena que se haga tan poco uso de las instalaciones. Cuestionada por alguna mejora, tiene claro que arreglaría las pistas deportivas y buscaría una manera de que se usaran durante todo el año.



Aritz Mateos e Iván Gómez

En el frontón, una cuadrilla de chavales juegan un partidillo de frontenis. Este año, esta es su ocupación durante varias horas cuando acuden a las piscinas. Aritz es socio todo el año e Iván saca entrada de día cuando va. Se van turnando y gestionando entre los que quieren jugar para ir rotándose y no suelen tener malos rollos. De vez en cuando se pegan un chapuzón y ocupan sus toallas, que colocan en una esquina del césped alejados de la miradas del resto de personas que acuden a Arrate. Ambos coinciden que les gustaría que se mejorara el campo de futbito para poder aprovecharlo al máximo.



Familia Rodríguez-Domínguez

Javier y Ana Belén han decidido llevar a su hijo Mikel a las piscinas de Nanclares siguiendo la recomendación de unos amigos. Viven en Zabalzana y les comentaron que estaban muy bien, por lo que se han hecho socios para el verano. Es el primer día que acuden y se han dado cuenta que el frío que ha hecho en días anteriores se deja notar en el agua, pero el txiki quiere agua, y todos van al agua. Tienen intención de aprovechar las instalaciones todos los días que haga bueno y estén por Vitoria y, aunque echan de menos un bar, les ponen un notable y consideran que “tienen de todo”.

Amaierarik onena denboraldi zail baterako

Udalerriko bi klubek, CD Nanclares eta Ascentium Ansares, denboraldia amaitu berri dute eta hasieran ezarritako helburu guztiak lortu dituzte.

Arabako Preferentean, Ansaresek kanpaina bikaina egin du, eta Hirugarren Mailara igotzeko faserako sailkatu da. Mikel Ranero arduradunak oso positibotzat jo du arrakasta hori. “Denboraldi bikaina egin dugu, Preferenterako maila dugula erakutsiz eta maila bikainean jokatu”, azaldu du.

Bestalde, Ansareseko neskek ere maila ona eman dute, mailaz igotzeko faserako sailkatu dira eta maila lehiakor handia erakutsi dute.

Bestalde, CD Nanclaresko lehen taldeak Preferentera igotzea lortu du, urte osoan zehar erregional mailan nagusi izan eta azken play off bikaina egin ondoren; emakumezkoen taldeak Federazio txapelketa irabazi du eta ohorezko gazteak Kopako finalerdiak lortu



ditu. Emaitza horiek baikorrak dira Lauren Torvisco kirol arduradunarentzat, datorren denboraldiari begira; izan ere, bere ustez, Langraizek “oso nota onarekin” salbatu du denboraldi hau, eta espero du hurrengo denboraldian, dagoeneko lanean ari direntan, talde urdinen “sendotzea”.

Arrateko zelaiak errotulazio berria izango du

Irantzu Lekue artista grafiko gasteiztarra ari da Arrate futbol-zelaiaren kanpoaldeko errotulazioa erabat berritzen. Ekainean, Lekuek diseinu berria margotu du harmailetan, eta Iruña Okako udal-zelaia identifikatzen du, euskaraz zein gaztelaniaz.

Gainera, instalazioaren barruan, CD Nanclares eta Ascentium Ansares armarririk margotuko dituzte.



Unai Soto, jugador del Deportivo Alavés

Un sueño en azul y blanco

PSV Eindhoven, Real Madrid, Sevilla, Oporto, FC Barcelona... A sus 13 años, Unai Soto Martínez ya se ha enfrentado a algunos de los mejores equipos del continente europeo. Enrolado en el Deportivo Alavés, este joven de Nanclares sueña con llegar algún día al primer equipo, pero mantiene los pies en el suelo y sabe que mientras tanto, tiene que centrarse en sus estudios y compaginarlos con el exigente régimen de entrenamientos del conjunto albiazul.

Pero todo comenzó mucho más cerca de casa. Defendiendo los colores del Prebenjamín del CD Nanclares, Unai dio sus primeros pasos en las canchas de Arrate. Sin embargo, unas jornadas de tecnificación del Alavés hicieron que los técnicos del conjunto albiazul se fijaran en él y durante dos años, cada domingo, las 9 de la mañana, fue asistiendo a las tecnificaciones que desembocaron con su llegada al equipo alevín alavesista en marzo de 2018. Esa misma temporada, ya llegaron algunos de los torneos más importantes de las categorías inferiores como la Iscar Cup, en la que el Alavés se midió a equipos como Barcelona, Villarreal o Valencia.

Este año, ya como infantil de primer año, acaba de disputar la Liga Promesas, en la que el Alavés alcanzó los octavos de final compitiendo ante Cádiz, Eibar, Español, Real Madrid y Granada.

Unai juega por toda la banda derecha y, aunque asegura que su jugador favorito es Leo Messi, reconoce que al que más le gustaría parecerse es a Ousmane Dembélé. Rápido y habilidoso, este joven del municipio destaca por su capacidad de sacrificio ya que, como sus propios padres señalan, “ha llegado hasta aquí gracias a su esfuerzo y dedicación, ya que ha tenido que dejar de



estar tiempo con sus amigos para ir a entrenar o a jugar partidos”.

La próxima temporada, la tercera en la escuadra vitoriana, Unai tendrá que aumentar el volumen de entrenamientos a cuatro a la semana, por lo que ya sabe que tendrá que hacer un importante esfuerzo para mantener un sueño en el que imperan dos colores: el azul y el blanco.





Guztientzako Lorategia

Yosu Vazquez, 'Senderos Accesibles' en arduradunak Santa Katalinako Lorategi Botanikora egindako lehen bisita inklusiboen berri eman du

Durante muchos años, el Jardín Botánico de Santa Catalina ha sido un espacio prácticamente inaccesible para personas con problemas de movilidad. Pese a los esfuerzos hechos por el Ayuntamiento de Iruña de Oca para intentar minimizar los obstáculos naturales que incluso llevaron a la adquisición de un buggy destinado a transportar a los visitantes con di-

ficultades motoras, el Jardín permanecía vedado a algunas personas.

Yosu Vázquez, guía de montaña afincado en la cercana localidad de Mendoza, se dio cuenta de estas dificultades y presentó un informe al Consistorio para tratar de mejorar la accesibilidad a Santa Catalina.

Hoy, casi dos años después de aquel estudio, las visitas inclusivas son una realidad y Yosu Vázquez no puede estar más satisfecho. “La verdad -relata- es que la respuesta que hemos encontrado en el Ayuntamiento y en especial de la concejala Loida Blanco ha sido inmejorable. Ha sido mucho trabajo pero se nos han dado todas las facilidades posibles y estamos muy contentos con la respuesta que estamos recibiendo”.

En el mes de junio, Yosu ha acompañado a dos personas ciegas en su visita por el Jardín y miembros de Senderos Accesibles han desplazado en su silla Jolette a otras dos personas con problemas de movilidad. “Los visitantes han alucinado -explica Yosu Vázquez-, tenemos que tener en cuenta que son personas que su vida termina cuando se termina el asfalto y para ellos poder moverse por el Jardín y disfrutar de todo lo que ofrece ha sido toda una aventura”.

También para quienes guían estas nuevas visitas inclusivas, que están sufragadas al 100% por el Ayuntamiento, la experiencia ha sido muy enriquecedora. “Para nosotros también es una gozada. Ver cómo disfrutaban estas personas y disfrutar nosotros a la vez del Jardín es algo excepcional”, señala.

Y ello pese a que Santa Catalina presenta muchas complicaciones para este tipo de traslados. “Es muy diferente -considera Vázquez- a lo que hacemos habitualmente en el monte. Ahí, cuando vamos con personas con movilidad reducida no paramos, aquí hay que hacer paradas constantemente para que vean los rincones, las plantas, las ruinas... También aquí tenemos escaleras, rampas, zonas que resbalan,... es complicado, pero de verdad que compensa”.

También las personas con problemas de visión descubren nuevas sensaciones en las laderas de Badaia. “Yo les voy explicando todo -expresa- pero además pueden ir tocando las pie-

“Oso garrantzitsua da erakundeek inklusioaren alde egitea, horrek pertsona askoren bizitza hobetzea baitakar”

dras, el musgo, las plantas... para ellos es algo muy estimulante y que no esperan”.

La puesta en marcha de este programa está teniendo una buena acogida, que Vázquez espera que vaya a más a medida que se va dando a conocer el servicio entre los posibles visitantes del Jardín. “Para julio tenemos ya varias reservas y en agosto también hay algunas. Pienso que la respuesta está siendo muy buena, teniendo en cuenta la situación en la que nos encontramos”, aseverará Vázquez, quien no quiere finalizar sin destacar que “es superimportante que una institución como el Ayuntamiento de Iruña de Oca apueste por la inclusión. A raíz de este programa, otros ayuntamientos se han puesto en contacto con nosotros para llevar a cabo acciones similares y esto supone una gran mejora para la vida de muchas personas”.



El Ayuntamiento subvenciona obras en Trespuentes y Montevite

El Ayuntamiento ha aprobado durante el mes de junio sendas subvenciones a las Juntas Administrativas de Trespuentes y Montevite para que realicen obras de acondicionamiento en sus núcleos urbanos. En concreto, el Consistorio ha concedido 35.000 euros al concejo de Trespuentes para colocar nuevos puntos de luz que mejoren la visibilidad y garanticen la seguridad de sus vecinos, mientras que a la Junta de Montevite se han otorgado 20.000 euros para mejorar el acceso peatonal y de vehículos a la calle Arcilleros, así como ajardinar la zona e instalar un dispositivo de recogida de aguas pluviales.



Estas dos subvenciones fueron presentadas para su debate en la sesión ordinaria del mes de junio, pero quedaron sobre la mesa tras la petición del PNV de que se firmase un convenio con cada una de las Juntas para su tramitación. Una vez subsanado este trámite, las ayudas quedaron aprobadas en un pleno extraordinario celebrado el día 24 del pasado mes.

El pleno ordinario sí que sirvió para aprobar una declaración en la que se condena la agresión sufrida el pasado 29 de mayo por un exconcejal del Partido Popular en Vitoria. El texto aprobado con el voto a favor de todos los grupos excepto la abstención de los representantes de EH Bildu, señala que “el Ayuntamiento de Iruña de Oca muestra su repulsa y condena más enérgica ante la agresión sufrida el pasado sábado 29 de mayo por el exconcejal del PP en Vitoria-Gasteiz, Iñaki García Calvo, por su ideología política, y las personas que le acompañaban. Son unos hechos que para nada representan a un territorio cuyas señas de identidad son la convivencia, la tolerancia y el respeto a la pluralidad”.

Asimismo, el Ayuntamiento de Iruña de Oca señala que “traslada igualmente su cercanía y apoyo a los cuatro jóvenes agredidos y a todas sus compañeras y compañeros de partido”.

Reprobación

De igual modo, en la sesión de junio se aprobó la reprobación del concejal del PNV Jesús María Guinea. La decisión del pleno llegó tras las palabras del edil nacionalista en el pleno del mes de mayo en las que acusó a Davide Di Paola, representante de EH Bildu, de mantener una obra realizada irregularmente en su domicilio.

Ante esta insinuación, Di Paola presentó un informe técnico avalando su posición y reclamó a Jesús Mari Guinea que se retractase, cosa a la que se negó el edil del PNV. Tras esta negativa, el concejal de Bildu presentó una propuesta de reprobación que fue secundada por el resto de grupos políticos presentes en la sesión a excepción de los concejales del PNV.



Kultura indartsu itzuli da

Ekainean, pandemiaren aurka borrokatzeko ezarritako osasun murrizketen erlaxazioari esker, kultur jarduera indartsu itzuli da Iruña Okako udalerrira. Joan den maiatzaren 29an 'Tomax Abenturak' taldeak kale antzerki emanaldi bat egin zuen eta ekainean zehar 'Good Sex Maritxu' antzezlanarekin eta 'La Pulga', 'La Polaca' edo 'Tango en el Jardín Botánico de Santa Catalina' kontzertuarekin antzeztu zen.



actividades culturales

Actividad	Edad	Fechas y horarios	Cuota	Lugar
Manualidades: Pintura, "goma eva" álbumes de fotos, marcos, "scrap", restauración de muebles... Imparte: Leire Sagardui Ugalde. 13 años de experiencia en la enseñanza de diversas técnicas de trabajos manuales.	+ 16 años	Martes y jueves: 10:00 a 12:00 15:30 a 17:30 17:45 a 19:45 Lunes y miércoles: 18:30 a 20:30 Viernes: 16:00 a 20:00 Sábado: 10:00 a 14:00 Empieza en Septiembre	35,44 € trimestre	Centro Socio-Cultural
Taller "Aprende a crear con tus manos": Pintura, modelado, manualidades ... Imparte: Leire Sagardui Ugalde.	De 8 a 12 años	Lunes o miércoles de 17:00 a 18:30	13,30 € trimestre	Centro Socio-Cultural
Curso de costura con máquina de coser	+ 15 años	Lunes de 10:00 a 12:00 y de 17:30 a 19:30 Jueves de 18:00 a 20:00	20,80 € trimestre	Centro Socio-Cultural
Música: Iniciación, solfeo, instrumento: guitarra, guitarra eléctrica, piano, órgano, saxofón, trikitixa, acordeón, canto moderno, combo. Imparten: Livia Minuzzi y Enrique Loyola Profesor/a de música con amplia experiencia en la enseñanza musical de diferentes instrumentos.	+ 4 años	Lunes a viernes, tardes Clases individuales y en grupos reducidos	Clases en grupo: 23,62 € trimestre (1h/semana) Clases individuales: 209,40 € curso (1h/semana)	Centro Cívico
Educación Personas Adultas (EPA): Enseñanza reglada, cursos formativos de inglés básico, castellano para extranjeros, graduado ESO. Dependiente del Departamento de Educación del Gobierno Vasco.	+ 18 años	Lunes a jueves		Centro Socio-Cultural
Coro Imparte: Profesora de música con experiencia como integrante de varios coros y directora coral. Diplomada en Magisterio Musical.	+ 16 años	Lunes y jueves de 18:30 a 20:00	26,83 € trimestre	Centro Cívico
Batucada	+ 12 años +16 años	Iniciación. Horario por concretar Intermedio. Lunes de 19:00 a 21:00h.	15 € / mes	Frontón
Taller de silencio	+16 años	Lunes de 20:00 a 21:00	Gratuito	Centro Socio-Cultural

- * En caso de que las inscripciones superen el nº de plazas, se realizará sorteo.
- * Las cuotas se domiciliarán al comienzo de cada trimestre a través del nº de cuenta bancario que se facilite al hacer la inscripción.
- * Las clases individuales de música y las clases de inglés de adultos y de euskera se cobrarán en 2 cuotas; en octubre el 50% y en enero el 50% restante.
- * Se necesitará un mínimo de inscripciones para llevar a cabo las actividades.
- * Las cuotas para las personas no empadronadas en Iruña de Oca se incrementarán un 50% sobre la cuota establecida.
- * En el caso de las clases individuales de música, las personas no empadronadas deberán abonar el 100% del coste de la actividad.
- * El Ayuntamiento de Iruña de Oca no se hace responsable de los daños que puedan sufrir los/as personas inscritas en las actividades como consecuencia de caídas o golpes fortuitos ajenos a las condiciones de las instalaciones municipales en las que se lleven a cabo.
- * Comienzo del curso: 5 de octubre, excepto el taller de manualidades que comienza el 1 de septiembre.

curso 2021/22

Actividad	Edad	Fechas y horarios	Cuota	Lugar
Euskera	+ 16 años	4h/semanales, 2 días/semana. Horario de mañana o tarde	114,38 € curso	Centro SocioCultural
Inglés infantil	1º a 6º primaria	Lunes o miércoles a partir de las 16:30 1h/semanal o 1 ½ h/semanal (según curso)	21,47 € trim./1h 32,22 € trim./1 ½ h	Colegio J.M. Barandiaran
Taller Teatro	+ 16 años	Martes de 20:00 a 22:00	26,00 € mes	Centro SocioCultural
Danzas Vascas	+ 6 años	Iniciación: Martes de 17:00 a 18:00	Gratuito	Centro Cívico
Sevillanas	+16 años	Nivel medio: Viernes de 19:00 a 20:00 Nivel medio: Viernes de 20:00 a 21:30 Nivel avanzado: Martes de 20:00 a 21:30	27,77 € trimestre 41,66 € trimestre 41,66 € trimestre	Centro Cívico
Flamenco	+16 años	Nivel medio: Martes de 19:00 a 20:00 Iniciación: Viernes de 18:00 a 19:00	27,77 € trimestre	Centro Cívico
Ludoteca	2 a 7 años	Lunes a viernes, tardes 1 o 2 sesiones/semana De 17:00 a 19:30	1 sesión: 15,47 €/trim. 2 sesiones: 20,62€/trim.	Centro SocioCultural
Ludoclub	8-12 años	Viernes de 17:15 a 18:45h y 18:45 a 20:15	21,47 € trimestre	Centro SocioCultural
Club Joven	+13 años	Viernes y sábado de 18:00 a 22:00h	Gratuito	Centro Cívico
Patínaje ruedas infantil	+4 años	Nivel de iniciación: Lunes de 16:45 a 18:15 Nivel avanzado: Lunes de 18:15 a 19:45	18,24 € trimestre	Colegio J. M. Barandiaran
Hockey línea infantil iniciación	+5 años	Lunes de 17:00 a 18:30	18,24 € trimestre	Colegio J. M. Barandiaran
Patínaje línea familiar iniciación	+4 años	Sábado de 11:00 a 12:30	18,24 € trimestre	Centro SocioCultural

* Se estudiarán sugerencias y propuestas de nuevas actividades a realizar a lo largo del curso.

INSCRIPCIONES: del 1 al 17 de septiembre
Centro S.-Cultural de 10:00 a 14:00 h.
Tlf.: 945 361 536
E-mail: pilar@irunaoca.eus





VIVIR ES URGENTE

por BegoVi

Vivir es Urgente... —decía Pau Donés—. Urgente, pero ¿cuánto de Urgente?

La Vida es una “Impermanencia constante”. De repente un día te cambia de la noche a la mañana y te preguntas...: ¿por qué?

He optado por pensar lo que oí en cierta ocasión: “Dios da sus peores batallas a sus mejores guerreros”.

22 de septiembre de 2020

Pasaron 8 días sin verte, 7 semanas sin oírte y 2 meses para lograr estabilizarte.

Hasta en 3 ocasiones casi nos dejas. A esta etapa vivida solo alcanzo a expresar: “estamos preparados para ver morir a nuestros padres, pero nunca para ver morir a nuestros hij@s.”

Cuando ocurre algo semejante, hacer leña del árbol caído, hablar sin conocer, sin saber, remover la sangre más allá del propio suceso o pensar que a mi hij@ nunca le pasaría... Tan sólo diré: los que somos padres, por suerte o por desgracia, no estamos libres de nada.

¿Qué opciones tenemos?

Luchar y Avanzar para mejorar hasta donde se alcance. Por esta y otras experiencias vividas, me atrevo a decir que

en esta vida no somos otra cosa que “saltadores de piedras en el camino”, piedras grandes y pequeñas, pedruscos, gravilla; siempre saltando, esquivando, sorteando... para avanzar por el camino de la vida. Cada obstáculo que se supera te prepara y hace más fuerte para el siguiente.

La vida no es otra cosa que un largo, bonito y duro caminar con sus vivencias y aprendizajes.

También diré que la fuerza de unos padres en estas situaciones está ahí, intrínseca, inherente, dentro de un@mism@, y sale cuando se necesita con un coraje y fuerza que nace. Difícil de explicar, pero ahí está, hibernando, siempre latente para cuando se necesite.

La Sanidad Pública

Gracias a la Sanidad Pública y todo el personal que la conforman por salvar la vida de nuestro hijo y darle calidez.

No tengo palabras para expresar mi agradecimiento a tod@s l@s profesionales de este sector, personal directo e indirecto, que ha estado al pie del cañón en primera línea de batalla y durante la tercera ola de Covid. Terrible y larga soledad la vivida en el hospital en estas circunstancias, pero con cuánto valor y vocación he convivido.

Gracias al excelente equipo en la UCI, Cirugía, Especialistas, Pediatría y Servicios Sociales del hospital de Cruces por su coordinación con el ambulatorio de Nanclares y San Martín de Vitoria. Gran equipo de profesionales. Sin palabras a médic@s y enfermer@s de dichos centros con el tránsito a etapa de adulto del niño, por su compromiso, seguimiento y apoyo en todo momento.

Un día pregunté: ¿cuál es el precio real de una cama de hospital en UCI?

1.500 € —me respondió la enfermera—. ¿Y toda la medicalización y atención del equipo médico las 24 h.? Otros 1.500 € —me confirmó—. Total 3.000 €/día. Rehabilitación y traslados ascienden a 200 €/día.

¿Cuál es el coste de una consulta de especialista?, ¿un análisis de sangre?, ¿una radiografía?, ...

Lo cierto es que de lo que tenemos por derecho se presume y se cuestiona menos “cuál es su valor” pues es un derecho adquirido sobre el cual no se reflexiona lo suficiente. En nuestro caso habríamos tenido que vender 2 veces nuestra casa para pagar todos estos gastos y recuperar y mejorar la salud de nuestro hijo. Y así lo habríamos hecho sin dudar.

Los recortes en sanidad van en detrimento de nuestra salud. Tod@s somos conscientes de ello, pero no la protegemos lo suficiente. La Sanidad pública somos tod@s.

Agradecimientos

En estas complicadas situaciones, tan sostenidas en el tiempo, es curioso cómo la empatía humana se manifiesta en todas sus formas y colores..

Gracias

A ti..., por ofrecerte desinteresadamente a llevarme aquella noche a Cruces.

A ti..., por recibir un Wasap de apoyo y ánimo cada mañana durante 12 semanas.

A ti..., por tantos paseos a Mendoza durante aquellos 2 meses, y tú siempre escuchando.

¡A esa pedazo familia de ahí arriba! Hermanas, abuela... que tanto cuidaron de mi hija para poder conciliar la situación.

A ti y a tu hijo..., por los valores que le estáis inculcando y vuestro apoyo constante.

A ti..., tantos años en casa, siempre dispuesta a ayudar.

A mi Riojanita... que tanto me ha enseñado de su dura experiencia vivida.

A mis vecinitas... ¡¡que han sido como unas amatxus!!

¡A mis sevillanit@s! Volveremos a organizar otra feria.

Al IES Badaia, Zuzendaritza y profesorado por su colaboración y coordinación junto con el dpto. de Asistencia pedagógica del Gobierno Vasco.

Al CEP Barandiarán por el apoyo en la operación de nuestra hija en esos meses.

Al Ayuntamiento de Iruña de Oca por su interés en la evolución de su salud.

A madres de la eskola por tanta empatía recibida... Aquella llamada, esos abrazos, ese acompañamiento...

A mis dos chicas del bus escolar por tanta predisposición y tanta ayuda recibida durante todo el año, ¡y siempre con una sonrisa!

A mi preciosa roquita que cuidaba de mí cada mañana y al bastión de esta familia: nunca te tembló la mano ni para avanzar ni en la toma de decisiones para ir cubriendo etapas y seguir progresando. Tu actitud ha sido la clave del éxito. “Eso que tú me das es mucho más...”.

A ti, hijo mío...

Qué difícil es hacer de madre, enfermera y perro policía a la vez, y no siempre en este orden. Soy consciente de que a veces no lo he hecho bien.

Esta etapa vivida y compartida contigo es uno de mis mayores logros personales/profesionales y sin duda del que más orgullosa estaré siempre... Insuperables momentos duros, pero también preciosos vividos junto a ti.

Has demostrado ser un ejemplo de valentía, superación y constancia. Nos has dado una lección de vida. Verte estudiar el primer día ha quedado grabado en mis retinas para siempre.

Tengo claro que si sigues aquí es porque tienes aún mucho que decirle a la vida. Tienes mi admiración, pero, sobre todo, tienes mi respeto.

Cuando la vejez llame a mi puerta y los recuerdos se disipen en mi memoria, este es mi legado:

* Si te tropiezas, te enderezas.

* Si te caes, te levantas.

* Si no puedes levantarte, pides ayuda pues siempre encontrarás una mano a la que agarrarte para remontar; tal vez no quién tú esperes, pero el mundo está lleno de personas dispuestas a ayudar. Siempre hacia adelante y siempre avanzando por el camino de la vida.

¿Por qué? Pues porque no somos otra cosa que saltadores de piedras en el camino, y tú cariño ya eres profesional.

Qué bonita la vida, Pau... Si estuvieras aquí... Tan bonita que a veces se despista.



Preferimos el trabajo

Los Socialistas de Iruña de Oca, al frente del equipo de gobierno Municipal, hemos sido capaces de demostrar que es posible dirigir la gestión del Ayuntamiento desde la búsqueda del acuerdo; poniendo en común y compartiendo los problemas, la gestión de los asuntos que afectan a los vecinos y vecinas para, de esta forma, intentar adoptar conjuntamente las soluciones. Se han creado Comisiones Municipales de trabajo para que todos y todas las concejalas (todos los partidos) tengan la capacidad y la oportunidad de estar al tanto de la gestión del Municipio y, al mismo tiempo, participar en ella aportando sus diferentes planteamientos. Podríamos decir que nunca antes se habían abierto tantos cauces de participación a los grupos representados en el Consistorio. Sin hacer dejación en ningún momento de nuestras responsabilidades como grupo mayoritario, nuestros compañeros y compañeras en el equipo de gobierno han sabido buscar acuerdos más allá de las afinidades ideológicas.

No todos han elegido esa opción. Hay quien ha buscado, desgraciadamente, entorpecer de alguna manera la gestión diaria. Quien ha preferido el recurso a diferentes maniobras para dilatar en el tiempo la toma de decisiones que, en última instancia, buscaban el bien de los y las ciudadanas. Quien ha tensado la cuerda sin necesidad. El último Pleno, el del mes de mayo, aprobó mayoritariamente la reprobación del concejal de uno de los grupos representados en el Consistorio a raíz de unas acusaciones referidas a la vida privada de otro concejal que no fueron retiradas. Una reprobación que contó con un apoyo mayoritario y unánime del resto de partidos, incluido el nuestro. No es para estar satisfechos en todo caso. No es la forma de hacer política que propugnamos y que ha merecido un rechazo mayoritario de la Corporación.

Preferimos el trabajo. Como el que ha hecho posible que las piscinas de Arrate hayan abierto en verano con el respaldo de los usuarios. Una labor en la que nuestro compañero Michel Montes, nuestro Alcalde, se ha implicado en lo personal y en lo profesional volcándose en la tarea, compleja, de cambiar y asegurar la gestión del Complejo Deportivo. Con el mis-

mo espíritu que nuestros compañeros van a afrontar la tarea para que en Septiembre se ponga en marcha la actividad deportiva, para que las Juntas Administrativas reciban subvenciones o para satisfacer las demandas, las justas reivindicaciones, en educación o sanidad.

Iruña Okako sozialistak, udal gobernu-taldearen buru, gai izan gara erakusteko posible dela udalaren kudeaketa bideratzea akordioa bilatuz; arazoak eta auzotarrei eragiten dieten gaien kudeaketa partekatuz, horrela, irtenbideak elkarrekin hartzen saiatzeko. Udal lan-batzordeak sortu dira, zinegotziek (alderdi guztiek) udalerraren kudeaketaren berri izateko gaitasuna eta aukera izan dezaten eta, aldi berean, bertan parte har dezaten, beren planteamenduak emanez. Esan genezake inoiz ez zaiela hainbeste partaidetzabide ireki Udalean ordezkaturata dauden taldeei. Talde nagusi gisa ditugun erantzukizunak behin ere alde batera utzi gabe, gobernu-taldeko gure kideek kidetasun ideologikoez haraindiko akordioak bilatzen jakin dute.

Denek ez dute aukera hori aukeratu. Badira, zoritxarrez, eguneroko kudeaketa nolabait oztopatzea bilatu dutenek. Azken batean, badira herritarren onerako ziren erabakiak denboran luzatzeko maniobra desberdinak egitea nahiago izan dutenek. Soka beharrik gabe tenkatu dutenek. Azkeneko udalbatzarrean, maiatzekoan, gehiengoz onartu zen Udalean ordezkaturata dagoen talde bateko zinegotziaren gaitzespena, beste zinegotzi baten bizitza pribatuari buruzko akusazioak egin eta erretiratu ez zituelako. Gaitzespen horrek gainerako alderdien, gurea barne, gehiengoaren eta aho-batezko babesaren izan zuen. Nolanahi ere, ez da pozik egoteko modukoa. Ez da politika egiteko guk defendatzen dugun modua, eta Udalbatzaren gehiengoaren gaitzespena merezi izan du.

Lana nahiago dugu. Adibidez, Arrateko igerilekuak udan erabiltzaileen babesarekin irekitzea ahalbidetu duena. Lan horretan, gure lankide Michel Montese, gure alkateak, arlo pertsonalean eta profesionalean inplikatu da, eta Kirol Gunearen kudeaketa aldatu eta ziurtatzeko zeregin konplexuan murgildu da. Gure lankideek egingo duten lan bera egingo dute irailean kirol-jarduera abian jar dadin, Administrazio Batzarreko diru-laguntzak jaso ditzaten edo hezkuntzan edo osasunean egindako eskaerak, bidezko aldarrikapenak, asetzeko.



Cortina de humo

Este mes, os traemos un tema muy interesante, que no debemos dejar pasar y que tiene por finalidad: “Construir un municipio bien informado, donde florezca la autocrítica y se puedan tomar mejores decisiones”.

Alguna vez habéis pensado, ¿Por qué se cierran este año tan pronto las piscinas? ¿Cuánto hemos perdido en subvenciones? ¿Por qué no se construyen viviendas? ¿Qué nos ha llevado a perder un millón de €? ¿Para quién se gobierna en este municipio? que os vamos a decir; las piscinas cierran tan pronto por un copia y pega de hace 12 años, solo este año llevamos más de 400.000 € perdidos en subvenciones, no se construyen viviendas por una gestión urbanística ociosa durante 13 años, suma y sigue. . . .

La pregunta principal ¿Qué pasa en este Ayuntamiento?

No es necesaria una elevada capacidad cognoscitiva para descifrarlo, si fuese un titular de un periódico sería: “En Iruña Oka, el PSE se enroca para mantener el poder olvidándose de lo mejor para el municipio”. Desgraciadamente esto es así y no están solos, sabemos lo fiel que es el PP y Podemos desde el primer día represento nulo criterio ideológico, objetivo o sensato.

¿Echáis de menos a alguien verdad?

Lo que viene a continuación hemos decidido segregarlo del párrafo anterior ya que nos acercamos al clímax del artículo y queremos expresarlo con luz y taquígrafo. Aquí está “el bombazo”, Bildu deja su matrimonio clandestino con el PSE para consagrarse al equipo de gobierno junto al PP. Como dirían en Italia, `Mamma Mia!`, `Come è possibile?`

El maquiavelismo que irradian pactando abiertamente con el PP les traerá graves consecuencias políticas y, como dice Yoda, “Bildu corrompido por el lado oscuro ha sido”. Esta renuncia ideológica de Bildu no deja de ser un intercambio cromos, no fiscalizo ni controlo al equipo de gobierno y a cambio obtenemos lo que veníamos buscando: Cerrar o limitar cantera de Trespuentes, paralizar el circuito de motos, ordenanzas de ruidos, . . .

Con el permiso del sarcasmo, “todo lo que piden es íntegro y sin ningún interés”.

Ahora diréis ¿Qué pasa con vosotros? EAJ-PNV y nuestros representantes, nos dedicamos a aplicar el sentido común

y cumplir con lo establecido; apoyamos lo positivo; rechazamos lo negativo; criticamos la mala gestión; proponemos iniciativas incluso sabiendo que las van a rechazar por ser quienes somos; exigimos cumplir con la legalidad, . . . Es decir, enfocamos en lo que debe ser un Ayuntamiento.

Como habéis comprobado lo que EAJ-PNV hace es algo extraordinario y, cuando alguien destaca por sus buenas cualidades, desgraciadamente se expone al rechazo de quienes desarrollan la envidia y que presentan una conducta mediocre. Se ve claramente en la revista, el PSE defendiendo lo que se hace sin decir lo que deja de hacer, y el resto a realizar el trabajo sucio para tratar de fagocitar la alternativa a gobernar, EAJ-PNV.

Atacar al rival sin argumentos verosímiles, ¿A que os suena? A una cortina de humo en toda regla; ocultar las irregularidades de 17 años de gobernanza; enmascarar el pacto antinatural; maquillar la gestión de luminarias a base de talonario; desviaros la atención en la revista de lo que realmente importa, echar balones fuera, . . .

En conclusión, este equipo de gobierno proporciona garantía negativa al municipio y no olvidemos que quien está de piloto ha sido copiloto durante 16 años. Con la premisa de la mala praxis hablamos de un problema estructural y no una coyuntura momentánea, por lo que deriva en el siguiente dictamen: “El gobierno ineficiente e ineficaz”.

¿Cómo parar esto? Con la única alternativa a gobernar es EAJ-PNV Iruña Oka. Estamos a vuestra disposición en pnviruna@gmail.com.

Síguenos en Facebook para estar al tanto de noticias del municipio y propuestas que realizamos www.facebook.com/eajpnvIrunaOka.

EAJ-PNV IRUÑA OKA Beti zuekin



Necesitamos aire nuevo

El pleno de junio de 2021 se recordará por el hecho de que todos los grupos políticos, exceptuando a los feligreses del PNV, refrendasen una severa reprobación contra el señor Guinea por su falta de decoro político. Por su negativa a

asumir que en caciquismo ya no cabe en nuestros pueblos. Que las sórdidas y maquiavélicas prácticas políticas a las que nos tiene acostumbrado desde hace años, hechas de búsqueda de trapos sucios, de pactos de poder y de control, son cosas del pasado. . .

Queremos girar página. Trabajar todos, sin renunciar a nuestro ideario político, para que podamos sentirnos orgullosos y satisfechos de vivir en este municipio. Para conseguirlo, es ineludible el diálogo, un elevado grado de colaboración, la implicación del mayor número posible de personas, de colectivos. Y creo que los de EHBildu estamos dando un ejemplo de este compromiso. Llevamos tiempo aportando desinteresadamente, en cada ámbito de la política municipal. Con la pandemia que tanto ha afectado al conjunto, hemos redoblado esfuerzos para facilitar la labor al equipo de gobierno, impulsando y apoyando cada una de las medidas de carácter social dirigidas a la mejora de las condiciones de nuestra gente. No hemos dejado en ningún momento de poner encima de la mesa propuestas que mejoren la calidad de vida de los pueblos y de sus habitantes, de la misma gestión municipal.

Y todo esto está dando sus frutos. No sólo hay una mayor empatía entre los miembros de la corporación, sino que nos estamos enfrentando con entusiasmo a unos retos colaborativos que hace poco parecían inalcanzables. Aunque el PNV, igual que hacen los de VOX, continúe utilizando la roñosa y falsa acusación de que somos herederos del impuesto revolucionario, nosotros no dejaremos de defender prácticas políticas que rechacen toda violencia, incluida la que suponen vuestras políticas de precariedad, de sustento de empresarios sin escrúpulos, su filosofía de que los intereses y la “pela” están por encima de las personas. Nos gustaría que los plenos dejen de ser un ejercicio de estorbo y de boicot, donde sacar a relucir que la secretaria o el alcalde se equivocan en un artículo o en una coma y que sean un espacio de debate limpio y constructivo donde cada uno aporte su grano de arena, sin que esto implique renunciar nunca a la disensión o a una sana crítica política.

Queremos finalmente responder públicamente a aquellas personas que a través de las redes reprochan, o les confunde, nuestra actitud de apoyo al “enemigo común” que en este caso debería ser el PSOE. Decía Umberto Eco, que tener un enemigo es importante para procurarnos un obstáculo con respecto al cual medir nuestro sistema de valores y mostrar, al encararlo, nuestro valor. Por lo tanto, cuando el enemigo no existe, es preciso construirlo. . . . Los de EHBildu no necesitamos construirnos enemigos señor Guinea, nosotros ya tenemos valores, el futuro es nuestro. . . .

2021eko ekaineko osoko bilkura talde politiko guztiek, EAJko eliztarrak izan ezik, Guinea jaunaren aurkako gaitzespen zorrotza berretsi zutelako gogoratuko da. Gure herrietan jauntxokerian jada ez dagoela onartzeari uko egiteagatik. Aspaldiko ohitura politiko latz eta ma-kiavelikoak, trapu zikinen bilaketaz, botere-itunez eta kontrolez eginak, iraganeko gauzak direla.

Orrialdea biratu nahi dugu. Denok lan egitea, gure ideia politikoei uko egin gabe, udal-erri honetan, gure herrietan bizitzeaz harro eta pozik senti gaitzen. Hori lortzeko, baina, ezinbestekoa da elkarriketa, lankidetzama-illa handia, ahalik eta pertsona gehien inplikazioa, kolektiboak. Eta uste dut EHBildukook konpromiso horren adibide bat ematen ari garela. Aspalditik ari gara ekarpen desinteresatuak egiten udal-politikaren esparru bakoitzean. Multzoari hainbeste eragin dion pandemia-rekin, ahaleginak areagotu ditugu gobernu-taldeari lana errazteko, gure jendearen baldintzak hobetzeko neurri sozial bakoitza bultzatuz eta babestuz. Behin ere ez diogu utzi mahai gainean herrien eta biztanleen bizi-kalitatea hobetuko duten proposamenak jartzeari, udal-kudeaketa berekoak, alegia.

Eta hori guztia fruituak ematen ari da. Korporazioko ki-deen artean enpatia handiagoa egoteaz gain, gogo biziz ari gara aurre egiten duela gutxi iritsezinak ziruditen lankidetz-erionkei. Nahiz eta EAJk, VOX enpresakoek egiten duten bezala, zerga iraultzailearen oinordekoak garelako salaketa faltsu eta zurruna erabiltzen jarraitu, guk ez diogu utziko indarkeria oro bazterten duten praktika politikoak defendatzeari, zuen prekariedade-politikak barne, eskrupulurik gabeko enpresarien sostengua, interesak eta “pela” pertsonen eta ingurunearen gainetik daudela dioen filosofia.

Udal osoko bilkurak traba eta boikot ariketa izateari uztea gustatuko litzaiguke, idazkariak edo alkateak artikulu edo koma batean huts egiten dutela eta eztabaida-gune garbi eta eraikitzailea izan daitezela, bakoitzak bere alea eman dezan, horrek inoiz ere disentsioari edo kritika politiko zintzoari uko egin gabe. Azkenik, foro hau aprobetxatu nahi dugu publikoki erantzuteko sareen bidez “etsai komuna” babesteko jarrera, kasu honetan PSOE izango litzatekeena, aurpegiatzen edo nahasten duten pertsonen. Umberto Ekok zioenez, etsai bat izatea garrantzitsua da gure balio-sistema neurtzeko eta, horri aurre egitean, gure balioa erakusteko oztupo bat lortzeko. Beraz, etsaia existitzen ez denean, eraiki egin behar da. EHBildukook ez dugu etsaiak eraiki beharrik Guinea jauna, guk baditugu balioak, etorkizuna da gurea...



Condena de la violencia

Ya estamos sumergidos en el verano, con mucha gente vacunada y con nuevas normas, entre ellas; la ampliación del horario en la hostelería, algo que necesitaban y que los populares tanto hemos reivindicado, el permiso de estar sin mascarillas en los exteriores, pero sin relajarse, con sentido común, algo que seguiremos teniendo en cuenta en nuestro municipio y aumenta el aforo en eventos, siempre con prudencia.

Por un lado, es el periodo del merecido descanso para todos y de manera especial para la gente que trabaja en los hospitales, centro de día, en residencias, supermercado, peluquerías... y también, como no, en el colegio e instituto, desde el equipo docente, monitoras del comedor, personal de limpieza, conserjes, cocineros, encargados del transporte escolar, AMPAs, familias, hasta los alumnos y alumnas, entre todos han hecho posible acabar con sobresaliente un curso muy difícil, marcado por el covid.

También, podemos, aliviados, celebrar el fin del curso escolar, ha sido un reto, en septiembre del año pasado, nadie confiaba que serían capaces de mantener la nueva organización en los centros educativos, imposible garantizar la distancia en las aulas, conseguir tener tantas horas la mascarilla puesta, renovar el aire teniendo las ventanas abiertas con el frío, la lluvia, la nieve y lo han logrado, día a día, semana a semana, mes a mes, con todos los medios, el esfuerzo y la responsabilidad se ha demostrado que las aulas son un espacio seguro.

Y por otro lado, es muy importante la labor de educar en casa y fuera de ella, a todos los niveles, para garantizar un futuro basado en la libertad, la equidad, la prosperidad y el pluralismo, es vergonzoso que en esta sociedad haya personas amenazadas y agredida, como sucedió el pasado 29 de mayo en el exterior de un bar de Vitoria, cuando un dirigente de PP Vasco fue agredido por alimañas radicales tras preguntarle si pertenecía a este partido, una cobarde agresión que refleja el odio y el sectarismo de una parte de la juventud vasca que quiere amedrentar a los que quieren ser libres, el pleno aprobó nuestra propuesta de condena por lo sucedido, mostrando el rechazo a la violencia y ensalzando el diálogo y el entendimiento, para concluir, creemos en el respeto y esperamos no vuelva a suceder.



El viaje a ninguna parte

A medida que pasan los días, nos encontramos con situaciones más surrealistas:

14-11-2018 – APROBACIÓN SUBVENCIÓN NOMINATIVA COSTA DE MARFIL

El Sr. Alcalde, a título personal, envía un contenedor de Ayuda Humanitaria a Costa de Marfil, pero lo subvenciona el Ayuntamiento (2500€).

10-03-2021 – APROBACIÓN COSTE ECONÓMICO ADICIONAL AYUDA COSTA DE MARFIL

El contenedor no ha llegado a destino, por causas desconocidas. La propuesta es asumir el coste de un envío particular a costa de las arcas municipales. Se supone que con esto llegaría a puerto. 1604,55€ más.

26-05-2021 – PETICIÓN AYUDA ECONÓMICA COSTA DE MARFIL (comisión).

El contenedor sigue sin llegar, el precio sigue subiendo y nadie garantiza que lo haga. El anterior alcalde pide ayuda para sufragar su gasto particular. Esta vez la cifra es muy superior.

Queremos felicitar a los vecin@s de la Avenida Langraitz porque por fin tienen sus plazas de aparcamiento delimitadas. Con tesón y unión todo se consigue.

Y vamos a ir acabando, para que no nos vuelvan a “censurar” el texto, no sin añadir lo que no apareció en la anterior revista:

Nos hemos encontrado a vecin@s que acuden andando al médico, desde diferentes lugares del Municipio, porque desconocen el TRANSPORTE A DEMANDA. Queremos recordaros que se puede utilizar para los desplazamientos entre los diferentes pueblos y dentro de Nanclares para acudir a los servicios sanitarios, de 07:30 a 12-16 a 18 horas. TFNO 619.41.23.45.

www.facebook.com/podemosahaldugu.irunadeoca

Mail: podemosirunadeoca@gmail.com



por Julen Ugarte

Tratamiento preventivo de lesiones en los tobillos

Pese a no pertenecer al selecto grupo de personas que no concebimos una vida sin la práctica deportiva con cierta frecuencia, pocos son los afortunados que pueden presumir de haberse librado de alguna torcedura o esguince en algún momento; sea porque el asfalto de la calle se cobra una nueva víctima, porque los juguetes de los “peques” de la casa se sitúan en lugares estratégicos o porque se nos complica la vuelta a casa de madrugada. Por ello, he querido dedicar mi escrito a las primeras actuaciones cuando esto suceda y a su posterior rehabilitación. Después de torcerme un tobillo y jurar en arameo... ¿Qué debo hacer?

Opción 1 (mi recomendación): El remedio de la abuela: los poderes curativos de la arcilla roja

- Tras haber contabilizado más de 20 esguinces hasta la fecha, puedo afirmar que me he convertido en un experto en esguinces sin quererlo y para paliarlos, mi fiel escudero siempre ha sido la arcilla roja.

- Al sufrir estas indeseables distensiones de los ligamentos, el cuerpo actúa produciendo una inflamación local de la zona y es en esa situación donde entran en juego los beneficios de la arcilla roja. Si aplicamos el emplastro de arcilla los siguientes 2-3 días durante 8-10 horas (recomendable aplicarlo a las noches por razones obvias), observaremos como la inflamación disminuye ostensiblemente hasta en los peores casos.

- Más información: www.fisioterapia-online.com/articulos/emplastro-de-arcilla-para-un-esguince-de-tobillo-un-remedio-infalible.

Opción 2: El método R.I.C.E: En el caso de que no se disponga de arcilla roja, el método R.I.C.E (reposo, hielo, compresión y elevación) resulta la alternativa más extendida entre la población:

- El hielo se deberá aplicar en intervalos de 15 minutos por cada hora cubriéndolo con un trapo o similar para que no contacte directamente con la piel, debido a su poder abrasivo. Este tratamiento lo deberemos mantener de 1 a 3 días.



- Otra buena opción es la de alternar agua caliente y fría para aliviar la inflamación de la zona afectada. Para ello, comenzamos introduciendo los pies en agua caliente de 3 a 5 minutos y tras esto, los introducimos en agua fría durante 1 o 2 minutos. Mantener este proceso durante 15 o 20 minutos

Fortalecimiento

Una vez la inflamación en la zona haya disminuido gracias al tratamiento de recuperación que hemos realizado, sería recomendable fortalecer aquellos ligamentos dañados:

- Para ello, se recomienda realizar series cortas andando sobre las punteras de los pies y posteriormente sobre los talones durante 10-15 minutos; este ejercicio resulta demasiado agresivo a partir de cierta edad, por lo que se deberían contemplar otras alternativas.

- Una buena opción para casi toda la población, independientemente de su tramo de edad, resulta la de los ejercicios de movilidad articular con bandas elásticas. Estos ejercicios se basan en extensiones, flexiones, eversiones e inversiones del tobillo superando la resistencia que nos presenta una banda elástica.

lectura

**Alguien tiene un secreto**

Alguien está mintiendo fue un libro en el que su autora fue capaz de crear una historia policíaca con personajes adolescentes, en la que todo ensamblaba sin dejar de ser adictiva. Gracias al éxito de esta gran historia, la autora ha podido publicar otra muestra de su talento, aunque no estamos ante una continuación.

Ellery es nueva en Echo Ridges, pero ya lo sabe todo sobre el pueblo.

Aquí, a veces, las chicas desaparecen... y sus asesinatos siguen sin resolverse.

Karen McManus

**La mecanógrafa**

La historia, en dos planos temporales, 1940 y diez años más tarde, cuenta cómo Juliet Armstrong tendrá que afrontar las consecuencias de haber tenido que estar involucrada en el espionaje de agentes británicos durante la II Guerra Mundial. La mecanógrafa es una obra de profundidad y textura insólitas, una novela moderna y audaz con extraordinarias dosis de fuerza, ingenio y empatía. Un verdadero triunfo literario de una de las mejores escritoras de nuestros tiempos.

Kate Atkinson



de temporada

Julio

Con la llegada del verano, nuestros bioritmos se ven afectados por las diferencias en las horas de sol o los cambios de temperatura. Tenemos menos

Os dejamos una serie de consejos de consejos en cuanto a alimentación para esta época: Hidratación: Incrementar la ingesta de agua y de frutas y hortalizas que podemos tomar en forma de gazpacho o sopa. Dieta Mediterránea: aceite de oliva; consumo diario de frutas y verduras; pan y otros alimentos procedentes de cereales (pasta, arroz) o legumbres; moderar el consumo de carnes rojas y procesadas sustituyéndolas por pescados y huevos.

Frutas y hortalizas de temporada: A media mañana y a media tarde son buenos momentos para tomar piezas de fruta o porciones de sandía o melón. Eliminar las bebidas calóricas como refrescos azucarados y bebidas alcohólicas.

Moderar el consumo de carne roja: Tomar más raciones de pescado que de carne a la semana.

Moderar las cantidades de comida y controlar las cantidades de alimentos que aportan más calorías para no tomar un exceso de los mismos (frutos secos, legumbres, pasta, arroz).

en el recuerdo





...eta ezagutzeko etortzen bazara...



Visitas libres

Personas con diversidad funcional previa reserva



Visita teatralizada

Primer domingo de mes
12:00 h.



Domingos musicales

11 de julio
18 de julio



Cine al aire libre

16 de julio
21:30 h.



Taller de mariposas

17 de julio
12:00 h.



Festival de cuentos

24 y 25 de julio
Todo el día

Consulta el programa completo de actividades en:

www.jardinbotanicosantacatalina.com

