



Seguridad privada para Iruña de Oca

Iruñakoko

REVISTA MUNICIPAL DE IRUÑA DE OCA - NÚMERO 119 - OCTUBRE 2022



SANTA CATALINA
El Conservatorio de Danza y la Escuela de Artes y Oficios llenaron de arte el Jardín Botánico



HALLOWEEN
Una celebración muy especial gracias al espectáculo 'Gau Beltza, Sorginkeria Desegin'



berriak

Kontratazio Segurtasun pribatuko zerbitzu batek zaintza indartzen du Iruña Okako instalazio publikoetan.

4-5 Orr.

berriak

Kultura Gasteizko Arte eta Lanbide Eskolako eta Jose Uruñuela Dantza Kontserbatorioko ikasleek artez betetzen dute Santa Katalina.

14-15 Orr.

berriak

Berdintasuna Zine-forum batek, antzerki batek eta martxa batek Emakumearen Aurkako Indarkeria Ezabatzeke Nazioarteko Eguna ospatuko dute Iruña Okan.

12 Orr.

1 1 9 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 119, octubre de 2022 • 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

Fue en el pleno del pasado mes de abril cuando el Pleno del Ayuntamiento de Iruña de Oca confirmó la aprobación inicial de un presupuesto de 4.437.000 euros para el año 2022. Comentábamos entonces que el equipo de gobierno apostaba un año más por el equilibrio presupuestario, sin acometer grandes inversiones, pero buscando impulsar la sostenibilidad y la mejora de los servicios municipales.

Unos Presupuestos que nos comprometían a dirigir nuestros esfuerzos hacia actuaciones útiles para los vecinos y vecinas; necesarias en momentos complicados para la economía de las Administraciones y de las familias.

A día de hoy estamos trabajando ya en el presupuesto para 2023, que será el último de esta Legislatura antes de las elecciones del próximo mes de mayo, y dando los pasos para el cierre del 2022. No han sido unos meses ociosos. Tal y como nos comprometimos, en breve se publicará el pliego para la compra de un vehículo eléctrico municipal que sustituye a uno de los actuales más antiguo y menos ecológico. Al mismo tiempo estamos acabando la elaboración del mapa de ruidos del municipio, y en pocos días dispondremos del estudio de la accesibilidad municipal. También figuraba entre nuestros compromisos, y estamos inmersos en la labor, realizar el estudio de eficiencia energética de los edificios municipales; estamos redactando ya el proyecto de ejecución para la reforma de la parte más cercana a las vías en la zona deportiva de Arrate, mejorando las instalaciones allí existentes incluyendo la creación de nuevas pistas de pádel. Damos los últimos pa-



e ditorial

sos para adjudicar el proyecto de ejecución de la reforma, con los fondos europeos Next Generation, del Jardín Botánico de Santa Catalina para que, el próximo año, reabra sus puertas y vuelva a ser uno de los referentes turísticos de nuestro entorno. Tal y como anunciamos está en marcha la compra de nuevo material deportivo para las instala-

ciones de Arrate que acoge y acogerá nuevas actividades. Y, en fin, se siguen preparando nuevas actividades culturales, deportivas y de promoción de Iruña de Oca. Por último, y recogiendo el sentir manifestado en muchas ocasiones por nuestros vecinos, hemos contratado los servicios de una empresa de Seguridad Privada para que, en la medida de sus atribuciones, pueda evitar actuaciones indebidamente contra bienes públicos y complementamente de alguna forma la actuación de la Ertzaintza que, una vez más, agradezco sinceramente.

Está en mi ánimo que, antes de que acabe el año, Iruña de Oca disponga de Presupuestos para 2023. Mi intención y la del equipo de gobierno es presentar lo antes posible a todos los partidos políticos, en los órganos municipales de reunión y decisión existentes, un proyecto de Cuentas para su conocimiento, debate y, si procede, definitiva aprobación.

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

Miguel Angel Montes
Alcalde de Iruña de Oca

Un servicio de seguridad refuerza la vigilancia en Iruña de Oca

Desde el pasado mes de octubre, el Ayuntamiento de Iruña de Oca ha reforzado la seguridad en el municipio con la contratación de un servicio de seguridad privada que vigila en horario nocturno tanto las instalaciones municipales como las sedes de las Juntas Administrativas. Además, el personal de la empresa avisará a la Ertzaintza si observa cualquier anomalía en su recorrido por las calles del municipio.

Por población, el municipio de Iruña de Oca no está autorizado a disponer de policía local (servicio permitido para municipios de más de 5.000 habitantes) y, aunque la Policía Autónoma Vasca realiza una buena labor de prevención y protección, en los últimos meses han aumentado actuaciones que han deteriorado mobiliario urbano y han provocado diversos destrozos en instalaciones municipales como el Centro Deportivo de Arrate.

Ante estos sucesos, desde el Consistorio se ha optado por la contratación de este servicio de seguridad que, en determinados días y a ciertas horas, en función de sus competencias, vele por la seguridad de las instalaciones públicas de los cinco pueblos del municipio. De este modo, un agente recorre en un vehículo rotulado todos



los edificios e instalaciones de propiedad municipal, así como las sedes de las Juntas Administrativas. En su ronda, el agente comprueba que las dependencias estén correctamente cerradas, que no haya luces encendidas y que no se registre ningún desperfecto.

Aviso a la Ertzaintza

La Ley 5/2014, de regulación del ejercicio de la seguridad privada en la Comunidad Autónoma del País Vasco, deja muy claras las competencias de este tipo de empresas, que en caso de detectar algún acto delictivo o infracción administrativa, no pueden actuar por su cuenta, sino que informan a la Ertzaintza, con la que mantienen un contacto permanente, para que sea la Policía Autónoma la que realice la intervención.



ZAINZA

Kontrataturako enpresako langileek Ertzaintzari jakinaraziko diote delituzko edo administrazioko edozein arau-bauste atzematen badute

Sabico, la empresa contratada para llevar a cabo el servicio, cuenta con más de 25 años de experiencia en servicios integrales de seguridad y está especializada en protección de bienes y personas.

El Ayuntamiento ha realizado una contratación inicial del servicio por tres meses y después evaluará el resultado ofrecido por el mismo para prorrogarlo durante todo el año.



Miguel A. Montes, alcalde de Iruña de Oca

“El nuevo servicio nos permite mejorar la seguridad y evitar actos contra las instalaciones municipales”

El alcalde de Iruña de Oca, Miguel Angel Montes, espera que el nuevo servicio mejore la seguridad en el municipio y evite actos contra las instalaciones municipales.

-¿En que va a consistir el nuevo servicio de seguridad?

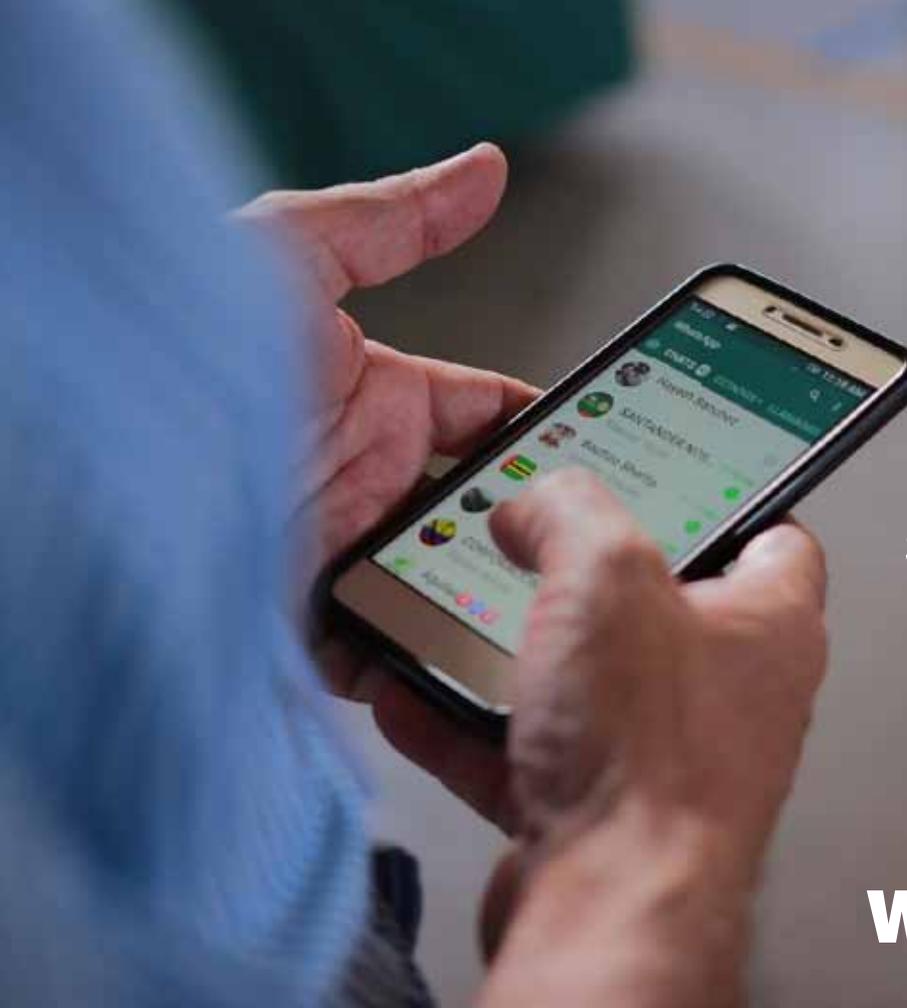
-Consiste en disponer de una vigilancia más exhaustiva los diferentes edificios municipales (Ayuntamiento, frontón, Centro Deportivo de Arrate, Juzgado de Paz, Centro Sociocultural, Centro Cívico...) y tener un control para que no se ocasionen daños, así como asegurar el cierre de las instalaciones, el control de alarmas y el apagado de todas las luces cuando están cerradas. Si verifican que hay cualquier problema, lo comunican a la Ertzaintza y será ella la que tome las medidas oportunas.

-¿Cuál es el motivo por el que se contrata el servicio?

-Hace años ya comunicamos al departamento de interior del Gobierno Vasco nuestro deseo de contar con una policía local, pero al contar con menos de 5.000 habitantes no podemos disponer de este servicio, así que hemos optado por esta alternativa.

-¿Qué finalidad esperan conseguir con el mismo?

-Con este servicio esperamos dar un apoyo a la Ertzaintza, que solo cuenta con una patrulla para la Cuadrilla de Añana, mejorar la seguridad del municipio y evitar actos contra las instalaciones municipales que suponen un importante coste económico para el Ayuntamiento y para los vecinos y vecinas del municipio.



Sexoka, sexualitateari buruzko informazioa eta laguntza Whatsapp bidez

Iruña Okako Udalak doako zerbitzu konfidentzial berri bat eskaintzen du 14 urtetik gorako pertsonei sexualitateari buruzko zalantzak bideratzeko eta argitzeko

El Ayuntamiento de Iruña de Oca, en colaboración con la Cuadrilla de Añana, acaba de poner en marcha Sexoka, un servicio para personas mayores de 14 años en el que pone a su disposición profesionales de la sexología que orientan, ayudan a aclarar dudas y facilitan información contrastada sobre sexualidad.

Este servicio está disponible los lunes de 18:00 a 19:00 horas y permite realizar consultas por teléfono, whatsapp o videollamada a través del número 690 091 922. Al otro lado de la línea se encuentra Miren, una profesional de la empresa Emaize con amplia

experiencia en el trabajo con jóvenes, agentes educativos como familias y profesorado. “Todos los lunes, durante esa hora, se puede contactar conmigo en ese teléfono para plantear las dudas en el momento, pero durante el resto de la semana se pueden enviar por whatsapp y las respondo”, asegura Miren.

Gune honetan landu daitezkeen gaiak askotarikoak dira. Sexualitatea sexu-ekintzarekin lotu ohi da, baina gaia askoz zabalagoa da, Mirenen ustez. Horrela, bikotekidearekin, maitasunarekin, harreman erotikoeekin, sexubizipenekin, identitateekin, antisorgailuekin, desioaren orientazioarekin, plazerekin,

intimitatearekin eta gorputzekin lotutako gaiak lekua dute Sexokan. Ez dago galdera absurdorik, denak du hutsunea. Agian badira sexu-transmisiozko gaixotasunek kezkatzen dutenak, sexu-ekintza bati aurre egiteko esperientziarik ez badute nola jokatu behar duten... beste pertsona batzuek antisorgailu edo kondoi bat nola erabiltzen den galdetzen dute, bikotekidearekin eztabaidatu ohi den, komunikazioa hobetzeko zer egin behar den, telebistan edo interneten ikusi dugun zerbait egiazkoa den ala ez, deseroso egiten gaituen zerbait egin nahi ez dugula ikusarazteko baliabideak izatea bilatzen duten, norberaren edo beste pertsona batzuen gorputzari buruzko zalantzak planteatzen dituzten, profesionalaren zerrenda egiten duten.

Sexokan aholkuak, informazioa eta orientazioa ematen dira. Gainera, erantzuna nahikoa ez bada, espezialista bat bilatzen edo behar den baliabidearekin harremanetan jartzen laguntzen dute. Hori guztia konfidentziaz osatzen da. Argi geratu behar du zalantzak planteatzen dituzten pertsonen identitatea, baita zalantza bera ere, ez dela espazio horretatik aterako, zerbait pribatua

“

Sexualitateari buruzko informazio egokia izateak aukera ematen digu geure bizitzari buruz hobeto erabakitzekeo”

dela eta, beraz, espazio horretan geratzen dela, nabarmendu du Mirenek, eta zalantzak norberarenak edo beste pertsona batenak izan daitezkeela azpimarratu du. Baliteke seme-alabei buruz zerbait galdetu nahi duten gurasoak egotea, edo beste pertsona bat ausartzen ez den gaiak planteatzen dituzten lagunak. Garrantzitsuena baliabidea erabiltzea da, jendea bertara naturaltasunetik hurbiltzea, gaur egun sexualitatearekin lotutako gaiak tabuak baitira jende askorentzat, eta ez da horrela izan behar. Gure esparru intimokoak dira, bai, baina informazio egokia izateak ahalbidetzen du, geure bizitzari buruz erabakitzekeo.

SexOka

Asesoría de sexualidad
Ayuntamiento Iruña de Oca

Sexualitate-aholkularitza
Iruña Okako udala

CONSULTAS / KONTSULTAK
lunes 18:00-19:00 astelehenetan

690 091 922

telefono-whatsapp-bideodeia

Colaboran/Laguntzaileak

Ahaztu ezazu Irúnako Espirituak
araba-álava
Laia
Ayuntamiento Iruña de Oca
Iruña Okako Udala



Pilates y Ciclo Indoor refuerzan la oferta deportiva de Arrate

Los expertos en salud recomiendan a los adultos un mínimo de dos horas y media semanales de actividad física aeróbica de intensidad moderada o en su lugar 75 minutos a la semana de ejercicio aeróbico de alta intensidad. El Centro Deportivo de Arrate ha incorporado esta temporada dos actividades que ofrecen a los socios la posibilidad de elegir entre un ejercicio de alta intensidad como el Ciclo Indoor y otro de actividad más moderada pero igual de beneficiosa para sus practicantes. Todo ello

dirigido a dar respuesta a quienes buscan ponerse en forma, mejorar su calidad de vida, disminuir el estrés o simplemente divertirse.

Daniel Trejo es el monitor encargado de dirigir la actividad de Ciclo Indoor. En él, se trabajan la piernas y el corazón sobre una bicicleta estática. “Es un ejercicio aeróbico sobre la bicicleta estática. Vas al ritmo de la música y ella es un poco la que te va marcando la cadencia que tienes que llevar.

Para aumentar o bajar la intensidad vamos jugando con la resistencia de las bicicletas”. Daniel ajusta el tipo de música a las preferencias de los practicantes. “Intento poner la música que le gusta a la gente que viene. Aquí gusta mucho el rock y suelo meter más rock, pero utilizamos todo tipo de música”, explica.

Ejercicio controlado

Por el contrario, el Pilates, la otra novedad introducida este año en el Centro Deportivo municipal, es mucho más relajado. Su monitora, Maite Elordi señala que “es una disciplina en la que se trabaja todo el cuerpo y sin impactos. La base es el control. Controlar cómo hacemos el movimiento, no hacerlo muy brusco y sin compensar un movimiento con otra parte del cuerpo. Trabajamos la flexibilidad, el movimiento, la coordinación...”.

En sus clases, Maite intenta que, durante los 50 minutos de duración, “se realicen movimientos en todas las posiciones (tumbados, de lado, boca abajo, de pie, de rodillas, en cuadrupedia...). También intento meter un poco el juego, retornos, ir un poco más allá en cada ejercicio. Se trata de estimular un poco el cuerpo para ir más allá de lo que estamos acostumbrados. Me gusta que las clases sean variadas y entretenidas”.

Y es que ambos insisten en que las sesiones son aptas para todo el mundo. “Esto es para todos los públicos -detalla Maite-. A mi me ha sorprendido que la edad de las participantes es bastante baja, pero el Pilates es para gente de todas las edades”.

En Ciclo Indoor, Daniel explica que “viene gente de todo tipo. Personas que se ve que les gusta mucho la bici y otros que no practican al aire libre y hacen sólo indoor”.

En lo que los dos coinciden es en animar a los chicos a apuntarse en las clases. “Aproximadamente el 90% de las personas que toman parte en las sesiones dirigidas

“

Pilates gorputz osoa estimulatzen saiatzen da, ohituta gaudenetik haratago joateko”

Maite Elordi, monitora de Pilates

“

Zikloetara era guztietako jendea etortzen da. Bizikleta asko gustatzen zaienetatik indoor bakarrik praktikatzen dutenetara”

Daniel Trejo, monitor de Ciclo Indoor

son mujeres mayores de treinta años”, confirma Daniel, que también dirige los cursos de Gap, Funcional o Aqua Gym. “Cuesta que los chicos se apunten, aunque en Ciclo Indoor sí que hay alguno más”, ratifica.

Y es que los chicos suelen preferir practicar deporte en las salas de fitness y musculación. Daniel también se encarga de estar en la sala de aparatos. “Estoy de lunes a viernes en la sala ayudando, corrigiendo la técnica o resolviendo dudas de quien lo necesite. Es otra forma de practicar deporte, pero las sesiones dirigidas también están muy bien, concluye.



Disfraces y danzas vascas para una celebración de Halloween muy especial

La esperada noche de Halloween llegó y los vecinos y vecinas de Iruña de Oca pudieron disfrutar de una celebración muy especial gracias al espectáculo 'Gau Beltza, Sorginkeria Desegin', en el que más de cincuenta bailarines hicieron las delicias de un abarrotado frontón municipal de Nanclares. La representación consistió en una fusión de danzas vascas y baile contemporáneo con la vida en un caserío tradicional como hilo conductor. Antes, la disco-zombie infantil, el desfile de disfraces y unos terroríficos concursos de Halloween llenaron de color y diversión una jornada tan especial.

Por otro lado, el pasado 22 de octubre, la asociación Amal celebró el Día de la Unidad Nacional Saharai, un fecha en la que este pueblo beduino del norte de África busca reafirmar su identidad y su vocación de unidad.







Udalbatzak onartu egin du Jubilatuen Elkarteari lokala lagatzeko hitzarmena

Urriko ohiko osoko bilkurak aho batez onartu zuen Udalak gaur egun okupatzen duen lokalaren erabilera San Roke eta San Pedro Jubilatuen Elkarteari lagatzeko hitzarmena. Horrela, Elkarteak batzar edo bilera gela zein jolasgunea erabili ahal izango ditu bere bazkideek erabiltzeko. Bestalde, Udalak, instalazioen mantentze-lanez gain, instalazio horietan sortutako argi-, ur-, berokuntza- eta telefono-gastuak bere gain hartzen ditu.

Gainera, Udala une honetan beharrezko izapideak egiten ari da instalazioetan dauden tabernaren kudeaketa lizitatzeko, elkarteko kideak jarduera horietatik askatzeko.

Bestalde, osoko bilkurak onartu egin zuen Sitelec enpresak iraileko osoko bilkuraren erabakiaren aurka jarritako berraztertze errekurtsoa ezestea. Erabaki horrek amaiera eman zion Iruña Okako kanpoko argiteria publikoa hobetzeko eta berritzeko kontratua behar bezala ez betetzeagatik hasitako espedienteari.



Horrela, ezetsi egingo da enpresaren erre-kurtsoa, eta udalerrian argiztapen-sistema berriaren instalazioan aurkitutako akatsak konpontzeko enpresak jarritako bermeak gauzatuko dira.

Azkenik, bilkurari esker, bake-epaile orde-zko berria izendatu zen. Kargu hori lanpostu hori betetzeko ezarritako oinarrietan zehaztutako baldintzak betetzen zituen hautagai bakarrari egokitu zitzaion.

Actos para conmemorar el Día para Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Un Cine-Fórum, teatro y la ya tradicional marcha del día 25 de noviembre por las calles de Nanclares conmemorarán en Iruña de Oca el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer.

El jueves, 24 de noviembre, el Centro Cívico Ramiro Fernández será escenario de un Cine-Fórum en el que se tratará el tema de

la violencia de género y las claves para su erradicación, mientras que el viernes 25, a las 18:30 horas, se llevará a cabo una concentración en la Plaza Lehendakari Agirre seguida de un marcha hacia el lugar en el que se encuentra la placa y árbol en memoria de las víctimas de los malos tratos.

Finalmente, el sábado 26, la actriz Belén Nevado interpretará la obra "Sofoclos", a las 18:00 horas, en el salón de actos del Centro Cívico. Tanto para el video-fórum del día 24 como para el teatro habrá servicio de custodia para niños a partir de 3 años. Los interesados/as deberán inscribirse hasta el 22 de noviembre en el Centro Socio-Cultural.

Danza y pintura se dan la mano en el Jardín de Santa Catalina

El Jardín Botánico de Santa Catalina vivió el pasado 27 de octubre una jornada muy especial. Alumnos y alumnas de la Escuela de Artes y Oficios y estudiantes del Conservatorio de Danza José Uruñuela de Vitoria-Gasteiz se dieron cita en el precioso marco del parque de Trespuentes para combinar su arte y dar lugar a un mágico espectáculo de expresión artística.

Durante toda la tarde, cerca de 40 alumnos y alumnas del Conservatorio de Danza interpretaron algunas piezas en varias zonas del Jardín, que abrió sus puertas exclusivamente para este evento, e hicieron de improvisados modelos para los participantes en el curso de dibujo de la Escuela de Artes y Oficios. El color del otoño que ya tiñe los árboles y plantas de Santa Catalina y las evoluciones de los bailarines, fueron los motivos perfectos para unos dibujantes que se mostraron «encantados» con el proyecto. La actividad se enmarca dentro del convenio firmado por el Ayuntamiento de Iruña de Oca con la Escuela de Artes y Oficios de Vitoria en octubre del pasado año.

Dantza Kontserbatorioko ikasleek, ibilbide profesionaleko bigarren mailatik seigarrenera bitartekoak, lau proposamen ezberdin egin zituzten (dantza klasikoa, izaera dant-



DANTZA

Gasteizko José Uruñuela Kontserbatorioko ikasleek lau proposamen ezberdin garatu zituzten Arte eta Lanbide Eskolako marrazketa ikasleentzat

za, dantza garaikidea eta hainbat koreografia) Lorategiko eta monasterioaren hondakin-tako hainbat espaziotan, eta Iruña Okako parkeak eskaintzen duen ingurune naturalean dantza egin ahal izateko gogotsu agertu ziren. Guztiak bat etorri ziren «eszenatoki basatia» dela esatean, eta nabarmendu zuten Kontserbatorioa bezalako espazio itxi batean dantza praktikatzetik Lorategi Botanikoko landarediaren artean aire zabalean egitera aldatu zela. Esperientzia hori berdintzea zaila da, eta ziur asko etorkizunean errepikatu egingo da.





Un grupo muy especial

El primer martes de cada mes, el grupo de mayores de Cáritas se reúne para jugar, recordar y disfrutar de la convivencia entre múltiples generaciones

El primer martes de cada mes, el Centro Sociocultural acoge la reunión de un grupo muy especial de vecinos y vecinas del municipio. Se trata del grupo de mayores de Cáritas Diocesanas, una iniciativa nacida ya hace más de tres décadas y que reúne a voluntarios y personas mayores de 75 años.

De octubre a junio, este grupo, cuyos responsables reconocen que ha mermado sensiblemente tras la pandemia, se reúne para llevar a cabo juegos de memoria, recordar cómo eran las festividades de otras épocas, compartir recetas de sus lugares de origen, vivencias... y disfrutar, en definitiva, de una jornada de convivencia en la que se mezclan pasado, presente y futuro.

Las sesiones empiezan a las cinco de la tarde y se prolongan durante más de dos horas, aunque están abiertas a que cada uno

la abandone cuando considere. Una chocolatada pone fin a las actividades, organizadas por un grupo de ocho voluntarios que reconocen disfrutar “tanto o más” que los mayores. Además, una vez al año organizan un divertido bingo y una salida que se en anteriores ocasiones les ha llevado a lugares como Angosto, Antezana de Foronda, Estíbaliz o el Puente Colgante de Portugalete.

Actividad gratuita

El grupo no solo está abierto a personas de más de 75 años, si no también a viudos y viudas o a cualquier mayor que necesite compañía y quiera pasar una tarde de convivencia. La actividad es gratuita y no es necesaria inscripción previa, simplemente presentarse el primer martes de mes, a las cinco de la tarde en el Centro Sociocultural con ganas de pasar un rato agradable.



Kaixo familiak,

Hemen gaude J.M. Barandiaran eskolako kideak proposamen berri batekin.

Azken urte hauetan konturatu gara euskararen erabilera gero eta eskasago dela eta, aldi berean, ikasleek eskolan ikasitakoa praktikan jartzeko aukera handirik ez daukatela. Hori dela eta, herriko aldizkaria izango da horretarako erabiliko dugun tresnetariko bat.

Hilabetero eskolako ikasleek egindako produkzio desberdinak atal honetan ikusgai izango dituzue. Honen helburua ikasleak motibatzea, dakitena era praktikoa batean erakustea, euskarari garrantzia ematea, eskolan egiten duguna herrira zabaltzea eta ikasleen inguru hurbilean parte hartzea izango dira besteak beste.

Beraz, zuen etxeetara aldizkaria heltzen denean, denbora tarte bat hartu atal honetan idatzita dagoena familian gozatzeko.

Guzti hau irakurtzeko gai bazara, animatu eta zure ingurukoei kontatu!

Hola familias,

Los miembros del colegio José Miguel de Barandiaran tenemos una nueva propuesta para vosotros.

En los últimos años nos hemos dado cuenta de que el uso del euskera es cada vez más escaso y que, al mismo tiempo, los alumnos no tienen muchas posibilidades de poner en práctica lo aprendido en la escuela. Por ello, la revista municipal Iruñako será una de las herramientas que utilizaremos para ello.

Cada mes, los alumnos y alumnas realizan un trabajo que se publicará en esta revista. El objetivo es motivar a los alumnos, mostrar de forma práctica lo que saben, dar importancia al euskera, difundir al pueblo lo que hacemos en el colegio y participar en el entorno cercano de los alumnos.

Así que cuando llegue la revista a sus casas, os pedimos que os toméis por favor un tiempo para disfrutar en familia de lo que está escrito en esta sección.

HIZKUNTZA BAT EZ DA GALTZEN EZ DAKITENEK IKASTEN EZ DUTELAKO, BAIZIK ETA DAKITENEK ERABILTZEN EZ DUTELAKO!



Sorpresas

El último Pleno Municipal, el correspondiente al mes de octubre, nos ha demostrado que es posible intentar hacer oposición hablando de oídas. Algo así como que: según lo que me han dicho que se dijo. No dejamos de sorprendernos. No nos sorprende ya que el PNV siga utilizando sin recato las acusaciones de ilegalidad contra el equipo de gobierno sin ninguna justificación. Que siga lanzando sin ningún pudor dudas sobre la rectitud de las actuaciones municipales. Es bien recibida la crítica incluso la que no construye. Pero el PNV, en su gris actuación municipal durante estos años, ni aporta, ni construye.

También nos ha sorprendido que, después de dos años de esperar una respuesta por escrito del Colegio de Arquitectos sobre el mural interactivo realizado en el Centro Cívico de Nanclares, nos encontremos con una denuncia ante los Tribunales, convenientemente aireada ante los medios de comunicación y las redes sociales. Puestas así las cosas, los Tribunales decidirán. No nos cabe ninguna duda de que, al margen de todas las cuestiones que la Justicia deberá analizar, esta “polémica” va a ser utilizada como instrumento de confrontación política y como argumento electoral. Los Tribunales deberán ahora analizar las diferentes cuestiones, todos y cada uno de los diversos matices que rodean a la actuación que el Ayuntamiento de Iruña de Oca, junto a instituciones como Tecnalia, llevó a cabo en el Centro Cívico, de propiedad Municipal, y que además, gracias a las nuevas tecnologías, permite a los espectadores interactuar con la obra y que tiene una vertiente social y colaborativa, ya que fueron los propios vecinos y vecinas de Iruña de Oca los que colaboraron en su ejecución. El Ayuntamiento, a través de sus servicios jurídicos, ha aportado y razonado sus argumentos. Poco más que decir por el momento. Tiempo habrá.

Una reflexión final: El pasado 28 de octubre celebramos el 40 aniversario de la primera victoria electoral del PSOE de la mano de Felipe González. Una efeméride que los y las socialistas recordamos con orgullo, pues marcaron el inicio del mayor proceso de transformación de nuestro país.

Azken Udaltzatzak, urrikoak, erakutsi digu posible dela oposizioa egiten saiatzea entzunaldiei buruz hitz eginez. Hone-lako zerbait: esan didatenaren arabera. Ez gara harritzen. Ez gaitu harritzen EAJk gobernu taldearen aurkako legez

kanpoko salaketak inolako justifikaziorik gabe erabiltzen jarraitzeak. Jarrai dezala inolako lotsarik gabe udal-jarduketan zuzentasunari buruzko zalantzak zabaltzen. Kritika ongi hartzen da, baita eraikitzen ez duena ere. Baina EAJk, urte hauetan izan duen udal-jarduera grisean, ez du ekarpenik egiten, ez eraikitzen.

Harritu egin gaitu, halaber, Arkitektoen Elkargoak Langraizko Gizarte Etxean mural interaktiboari buruz idatziz erantzuteko bi urte itxaron ondoren, auzitegietan salaketa bat jartzeak, komunikabideen eta sare sozialen aurrean behar bezala aireztatua. Gauzak horrela, auzitegiek erabakiko dute. Zalantzarik gabe, Justiziak aztertu beharreko gai guztiak alde batera utzita, eztabaida hori borroka politikorako eta hauteskundeetarako argudio gisa erabiliko da.

Orain, epaimahaiek aztertu egin beharko dituzte Iruña Okako Udalak, Tecnalia bezalako erakundeekin batera, Udaltzatzako Gizarte Etxean egin zuen jardunaren inguruko ñabardura guztiak, eta, gainera, teknologia berriei esker, ikusleei obrarekin elkarreraginean aritzeko aukera ematen die, alderdi soziala eta kolaboratiboa baitu, Iruña Okako bizilagunak izan baitziren obra gauzatzen lagundu zutenak. Udalak, bere zerbitzu juridikoen bitartez, bere argudioak eman eta arrazoitu ditu. Zer esanik ez oraingoz. Denbora egongo da.

Azken hausnarketa: Joan den urriaren 28an ospatu genuen PSOEren lehen hauteskunde garaipenaren 40. urteurrena, Felipe Gonzalezen eskutik. Efeméride hori harro gogoratzen dugu sozialistok, gure herrialdeko eraldaketa-prozesu handienaren hasiera izan baitzen.



Las 8 estaciones

Antes de demostrar una vez más que el Equipo de Gobierno no es de fiar, hablaremos de la música, indispensable para el día a día y para leer este artículo. Podéis disfrutar de las “Cuatro Estaciones” de Vivaldi, por ejemplo; con la alegría del sonido de los pájaros, en primavera, o los días calientes y soleados, en verano. Seguido llega el otoño, que nos permite pasear y disfrutar de la naturaleza. Por último, el invierno, que nos paraliza, nos deja helados, pero podemos gozar del calor de la leña.

Si habéis disfrutado alguna vez de la música comprobareis que reduce el estrés, favorece el descanso e incluso influye en nuestro propio estado de ánimo. Llegado a este punto, lo hemos visto necesario: y es que, el Equipo del Desgobierno, que comparte

siempre un mismo tono, lleva el sentido inverso a la música. Hace pocos días lo demostró una vez más con una noticia que te deja petrificado o petrificada, y nos referimos a publicaciones como ésta: “El colegio de arquitectos denuncia al Ayuntamiento de Iruña de Oca por un mural”. Tal vez estéis pensando que es una sorpresa, pero era algo que se veía venir. Desde nuestra agrupación, cuando apenas estaba iniciado el mural, se advirtió de la necesidad de pedir permiso, un aviso que fue repudiado e incluso se ignoró al propio colegio de arquitectos que hizo declaraciones públicas al respecto. Dos años después tenemos una demanda sobre la mesa contra el Ayuntamiento.

No se trata de si el mural es bonito o no. Se trata de otra metedura de pata del Ayuntamiento, o mejor dicho, del Equipo del Desgobierno, que ha invertido más de 7.000 € en ese mural y ahora está en el aire su futuro. Saldrán con excusas y pataletas con frases como que, “queda poco para las elecciones”, “tenemos mala suerte”, “hay alguien detrás”...

Lo que es evidente es que una cosa mal hecha. Por mucho que pase el tiempo seguirá estando mal hecha si no se ha solucionado. Una lástima el trabajo que se realizó, el tiempo y el dinero invertido. Lamentable que el Equipo de Gobierno necesite dos años, ocho estaciones y una demanda para tomar medidas sobre una acción que nunca se debió llevar a cabo sin autorización previa. Confiamos en que, para la próxima ocasión, el Equipo del Desgobierno acepte el manual de buenas prácticas que siempre le proporciona EAJ-PNV.

Contacta en pnviruna@gmail.com.
Síguenos en www.facebook.com/eajpnvIrunaOka.
EAJ-PNV IRUÑA OKA Beti zuekin

Gobernu Taldea fidatzekoa ez dela erakutsi aurretik, musikaz hitz egingo dugu, ezinbestekoa baita gure egunerokoan eta artikulua hau irakurtzeko. Eta zer hobeto Vivaldiren “Lau urtarok”, adibidez: txorien soinuaren alaitasunarekin udaberrian, edo egun bero eta eguzkitsuekin udan. Jarraian udazkena dator, paseatzeko eta naturaz gozatzeko aukera paregabea ematen diguna. Azkenik, negua dator, geldiarazten gaituenak, izozturik uzten diguna, baina egurraren beroaz gozatzeko aukera luzatzen digunak.

Inoiz musikaz gozatu baduzue, estresa murriztu, atsedena erraztu eta gure aldarrean eragina duela ikusiko duzue. Puntu horretara iritsita, beharrezkotzat jotzen dugu zerbait ezagutzera eman eta azaltzea: izan ere, Desgobinuaren taldeak, beti tonu bera duenak, musikaren alderantzizko zentzua darama. Duela egun gutxi, zur eta lur utzi gintuen albiste batekin: “Arkitektoen elkargoak Iruña Okako Udala salatu du horma-irudi batengatik”. Agian ustekabe bat dela pentsatuko duzue, baina zerbait bazetorrela argi genuen. Gure elkartetik, murala hasi orduko,

baimena eskatzeko beharraz ohartarazi genien, eta abisu hori gaitzetsi egin zen, eta arkitektoen elkargoari berari ere entzuzgor egin zitzaion, adierazpen publikoak egin ostean ere. Bi urte geroago, Udalaren aurkako salaketa bat dugu mahai gainean.

Ez da murala polita den ala ez. Udalaren beste hanka-sartze bat da, edo, hobeto esanda, Desgobinu Taldearena, 7.000 € baino gehiago inbertitu baititu mural horretan, eta orain airean dago bere etorkizuna. Aitzakiak eta amorrualdiak erabiliko dituzte, eta esaldi hauek erabiliko dituzte: “hauteskundeetarako gutxi geratzen da”, “zorte txarra dugu”, “norbaiz dago atzean”...

Argi dago gaizki egindako gauza bat dela. Denbora asko igaroren arren, gaizki eginda jarraitzen du oraindik, konponbiderik aurkitzen eza zaion neurrian. Pena ematen du ez bakarrik egindako lanak, baita bertan inbertitutako denbora eta diruak. Tamalgarria da Gobernu Taldeak bi urte, -zortzi urtaro-eta demanda bat behar izatea, aurretiazko baimenik gabe inoiz egin behar ez zen ekintza bati buruzko neurriak har ditzan.

Espero dugu, hurrengo baterako, Desgobinuaren Taldeak EAJ-PNVk beti eskaintzen dion jardunbide egokien eskuliburua onartzea.

Kontaktatu gurekin pnviruna@gmail.com helbidean.
Jarrai iezaguzu www.facebook.com/eajpnvIrunaOka helbidean.
EAJ-PNV IRUÑA OKA Beti zuekin



Niño, deja ya de joder con la pelota....

Están muy descaminados o engañan, los señoritos del PNV, al decir públicamente que los de EHBildu somos los que gobernamos en la sombra en Iruña Oka. Si esto fuera verdad, no duden que mucho de los problemas de este municipio ya se habrían resueltos. Algo de seriedad, señores de la derecha nacionalista y tengan la valentía de reconocer que desde que hemos aparecido en la vida política de Iruña Oka, además de un constante ascenso, hemos logrado transitar de un régimen absolutista y mayoritario PSOE-PP, donde muchas cosas se hacían mal y a golpe de rodillo, a un escenario completamente distinto, donde la junta de portavoces, compuesta por todos los grupos políticos, tiene acceso a cualquier información y tiene la posibilidad de debatir y decidir sobre cada aspecto de la gestión municipal. El problema, es que a ustedes

no parece interesarles ni el debate ni la socialización o democratización del consistorio, lo que pretenden es sólo alcanzar el anhelado control político, hacerse con los sillones, con el propósito de defender y potenciar los “negocios” de sus afines y de sus patrones.

EHBildu, sin contraprestaciones ni cargos, apostó por proponer, sugerir y consensuar. Lo ha hecho constantemente y no siempre ha resultado tarea fácil. Propusimos, por ejemplo, una gestión mixta de Arrate y aunque no se haya logrado implantar todas nuestras tesis, se consiguió evitar el camino a la privatización, lo que profesan ustedes, que sólo beneficia a algún devoto sin mejorar ni abaratar los servicios. Quedan muchos flecos para resolver y decisiones valientes para tomar, pero estamos seguros que, a pesar de vuestra improductiva y destructiva crítica, las cosas en el futuro irán mucho mejor.

Los de EHBildu, hemos puesto encima de la mesa propuestas para la creación de bolsas de trabajo, borradores de ordenanzas, mejoras en la defensa medioambiental y la lucha contra las infracciones urbanísticas y siempre hemos consensuado y apoyado medidas que favorezcan a los más necesitados. ¿Qué han dejado ustedes sobre la mesa? ¿Dónde están sus propuestas, sus contribuciones para beneficiar a nuestros vecinos y vecinas? Desde el comienzo de esta legislatura no han hecho más que increpar, reprochar, sermonear y aburrir.

El chip debe cambiarse. Es necesario recuperar la confianza de la gente, la implicación de la juventud y no con palabrería sino con hechos. La política y especialmente la municipal, no puede ni debe profesionalizarse y debemos apostar cada día más, por una real y efectiva participación ciudadana.

Por consiguiente, me atrevo a sugerirles a que dejen ya de valerse de malas artes, bulos y calumnias, como han hecho durante muchos años y que en la práctica no le han servido para conquistar la tan suspirada alcaldía y que empleen sus energías para facilitar las cosas al resto de mortales que ponemos todo nuestro empeño para que esto funcione.

Decía un proverbio judío que con una mentira suele irse muy lejos, pero sin esperanzas de volver...

Oso desbideratuak edo engainatuak daude, EAJko jauntxoak, publikoki esatean EHBildukoak garela itzalean gobernatzen dugunak Iruña Okan. Hori egia balitz, ez izan zalantzarik udalerrri honetako arazo asko konponduta egongo zirela. EHBilduk, ordainik eta kargurik gabe, proposatu, iradoki eta adostearen aldeko apustua egin zuen. Zer utzi duzue mahai gainean? Non daude zure proposamenak eta ekarpenak gure bizilagunei laguntzeko? Legealdi honen hasieratik, errieta,

gaitzespena, sermoia eta aspertzea besterik ez dute egin. Beraz, ausartu egiten naiz iradokitzera arte txar, bulo eta kalumniaz baliatzeari utz diezaioten, hamarkadetan zehar egin duten bezala, eta, egia esan, ez diotela balio izan hain hasperenka ari den alkatetza konkistatzeko, eta beren indarrak erabil ditatzela, hau hondoratu ez dadin gure ahalegin guztiak egiten ditugun gainerako hilkorrei gauzak errazteko.



Satisfacciones extraprocesales

Nos referimos a los Contenciosos Judiciales interpuestos por particulares, generalmente, contra liquidaciones de impuestos municipales, en los que en una especie de negociación se ha llegado a una “satisfacción extraprocesal” evitando así la intervención de un juez para que juzgue quién tiene la razón. Hasta la terminología empleada de “satisfacción extraprocesal” es ridículamente sospechosa.

El Ayuntamiento en algunos casos ha llegado a una “satisfacción extraprocesal”. Nosotros desconocemos quienes son los que han llegado en estos Contenciosos Judiciales a esta “satisfacción extraprocesal”, quién a “satisfecho” a quién, cómo le han “satisfecho” y de qué manera ha quedado “satisfacido”.

Generalmente en los acuerdos extraprocesales, negocian los abogados con la presencia, o al menos, con el consentimiento de las partes intentando llegar a un acuerdo para evitar la celebración de juicio y que sea un juez quien resuelva la cuestión. Esto es muy fácil en litigios privados. Pero en nuestro caso se trata de la defensa de un interés público y general, al haber sido desestimado el recurso previo, por el funcionario de turno, según su mejor leal saber y entender y siguiendo las reglas de la sana opinión y el principio de libre interpretación de las Ordenanzas Municipales. Entonces nos gustaría saber en estos procedimientos judiciales: ¿Quién ha negociado la “satisfacción extraprocesal”? ¿Ha sido de forma unilateral por el Abogado externo? ¿Ha sido con el conocimiento de los jefes del Ayuntamiento o con quién? Pues lo desconocemos.

Si ha sido decisión exclusiva del abogado externo del Ayuntamiento, nos preguntamos: ¿Qué atribuciones y capacidad se le han facultado para llegar a esas “satisfacciones”?

Si ha sido con conocimiento de los jefes, lo menos que deberían hacer es informar al pleno o comisión de la “satisfacción extra-

procesal” acordada, y por qué y cómo se ha llegado. Y cómo no, al menos al funcionario que tramita el expediente para dictar la correspondiente diligencia con el motivo de su archivo.

El Ayuntamiento en estos Contenciosos Judiciales en los que se ha llegado a una “satisfacción extraprocesal” en ninguno de ellos ha quedado satisfecho por ningún lado, puesto que en algún caso al final se ha anulado la liquidación y en otros ha habido que devolver lo ingresado. Nos ahorraríamos mucho tiempo, dinero y trabajo, y además evitar con ello la interposición de contenciosos judiciales, si se tuviera un mínimo de conocimiento de la gestión pública.

Estamos hartos de oír que el Ayuntamiento es como una empresa. Y no puede ser lo más distinto y lejano esa comparación. Todo lo que administra una empresa es privado, mientras que TODO lo que se administra y se gestiona en el consistorio es PÚBLICO financiado con el dinero de todos los contribuyentes, y no solo con el de los regidores y sus asesores. Esto requiere total transparencia y conocimiento de cuantas más personas mejor. El Alcalde dentro de sus competencias puede contratar obras o servicios por el importe establecido en la Ley. Pero nadie tiene competencia; ni alcalde, ni secretaria ni asesor externo para perdonar impuestos de forma arbitraria a ningún contribuyente.

Como vemos en el IRUÑAKO anterior, resulta que ahora vamos a coincidir todos en lo que venimos exigiendo nosotros: Una gestión y organización administración de los servicios públicos legal, objetiva y responsable; altruista dice el PNV. Pues cuando quiera la exigimos juntos.

Y control, objetividad e imparcialidad en la actividad urbanística; contundencia indica EH Bildu. Pues igualmente nos apuntamos para aplicar a todos los mismos protocolos. Podemos iniciar por la Cárcel vieja y los terrenos de EXPAL.

Puedes contactar en irunaoca@ppalava.com



Esta casa es una ruina

Como usuarios del Centro Médico de Iruña de Oca nos adherimos a la recogida de firmas de l@s vecin@s y de l@s trabajador@s ante el recorte de personal. Nuestro Gobierno Vasco nos sorprendió hace unas semanas con la grata noticia de que nuestros Parlamentarios van a tener móviles de última

generación (340.000 €) y a los pocos días nos sorprenden con recortes en Sanidad, en nuestro Municipio vamos a tener un administrativo menos, parece ser que pedir cita es fácil y que no lo necesitamos. ¿Tú qué opinas?. ¿Qué hace nuestro equipo de Gobierno al respecto?.....NADA!

Gracias a los usuarios, muestr@s abuel@s, muestr@s vecin@s, por dar un toque de alegría al Centro de Día. Su jardín es de lo mejor del edificio. Es un edificio mal conservado y totalmente inadecuado para muestr@s mayores. Si de algo puede presumir es de humedades y de peligro (las losas muy estables no están).

Volviendo al día del Orgullo 2022, por cierto ya estamos trabajando para el próximo, la única propuesta para ese día por parte del equipo de Gobierno fue que nos “regalaban” 5 sets para pintar 1 banco con los colores de la bandera LGTBIQ+ en cada pueblo del Municipio. Nos sorprende que un partido supuestamente Socialista y de Izquierdas apoye y trabaje tan poco por un colectivo tan maltratado por la derecha... en pleno siglo XXI. No estarán escorándose hacia la derecha?.

Iruña Okako Mediku Zentroko erabiltzaile garen aldetik, bat egiten dugu langileen murrizketen aurrean herritarren eta langileen sinadurak biltzearekin. Duela aste batzuk, Eusko Jaurlaritzak harritu egin gintuen albiste atsegin batekin: gure legebiltzarkideek azken belaunaldiko mugikorrek izango dituzte (340.000 €), eta, handik egun gutxira, harritu egiten gaituzte osasun-arloko murrizketekin. Gure udalerrian administrari bat gutxiago izango dugu, badirudi hitzordua eskatzea erraza dela eta ez dugula behar. Zer deritzozu? Zer egiten du gure gobernu-taldeak horri buruz?... EZER EZ!

Eskerrik asko erabiltzaileei, aitona-amonak direnei, Egune-ko Zentroari alaitasun ukitu bat emateagatik. Lorategia eraikinaren onena da. Gaizki kontserbatutako eraikina da eta guztiz desegokia adinekoentzat. Hezetasunaz eta arriskuaz harrapa daiteke zerbait (lauza oso egonkorak ez daude).

2022ko Harrotasunaren egunera itzuliz, bide batez, datorren urterako lanean ari gara. Gobernu taldeak egun horretarako egin zuen proposamen bakarra izan zen 5 set etiketatu zizki-gutela udalerriko herri bakoitzean LGTBIQ+ banderaren koloreekin banku bat margotzeko. Harritzen gaitu ustez sozialista eta ezkertiarra den alderdi batek hain gutxi babestea eta lan egitea eskuinak XXI. mendean hain gaizki tratatu zuen kolektiboaren alde. Ez dira eskuinerantz eskoratzegongo?

<https://www.facebook.com/podemosahaldugu.irunadeoca>

Mail: podemosirunadeoca@gmail.com



La caída del cabello y el otoño

El cabello tiene su propio ciclo vital y la caída forma parte de su proceso natural, tanto en mujeres como hombres. Sin embargo, cuando llega el otoño, la pérdida de cabello es más abundante, ya que es cuando se acelera la renovación del cabello.

Pero, ¿por qué ocurre esto?

- Nuestro cabello suele estar peor hidratado en esta época del año.
- Los cambios ambientales (nos hemos expuesto mucho al sol durante el verano, hace más frío, hay menos horas de luz...)
- El estrés causado por la vuelta a la rutina después de las vacaciones veraniegas.
- Los cambios de alimentación de las diferentes estaciones.
- Causas hormonales como alteraciones del tiroide o de hormonas sexuales.

Ante estas situaciones, el cabello recibe menos nutrientes y entra en fase de caída. Pero, tranquilos/as, que no cunda el pánico, en la mayoría de los casos es reversible y la ayuda de una profesional resultará de gran ayuda.

Una dieta rica en vitaminas y minerales, evitar el estrés y elegir champús y productos adecuados al tipo de cabello son cuestiones esenciales para hacer frente a la caí-



da capilar. Además, es importante tratar de reducir al mínimo la aplicación de calor en el pelo, puesto que lo debilitará aún más. También es buena idea sanear el cabello tras el verano con un buen corte y mantenerlo siempre limpio y correctamente cepillado.

Si ves que estás sufriendo una caída de cabello que consideras poco habitual o tienes dudas, acude a tu peluquero/a de confianza, que es el profesional del cabello y del cuero cabelludo y te aconsejará sobre el producto adecuado para frenar esa caída o que no sea tan abundante.

Además, sus recomendaciones servirán para mejorar el sistema de anclaje del cabello y ayudará al que esté por salir a que crezca más rápido y sano, aportándole las vitaminas y nutrientes necesarios.

lectura

**La puerta de los tres cerrojos**

Después de recibir un misterioso mensaje, Niko recorre un nuevo camino para ir al instituto y descubre una casa que no había visto nunca antes. La resolución de un enigma le permite entrar en un lugar donde nacen universos, hay un gato que aparece y desaparece, y es posible teleportarse. La Puerta de los Tres Cerrojos es la primera novela que explica la física cuántica de forma divertida y comprensible, una aventura cuántica que disfrutarán lectores de todas las edades.

Sonia Fernández-Vidal

**Con mi peli no te metas**

Denok ditugu behin eta berriz ikusi ezin ditugun filmak. Hainbat arrazoi-rengatik gure bihotzean leku bat irabazi duten zinta irainduak. Argumentuz, erreferentziaz eta umorez armaturik, Juan-Gómez Juradok, Rodrigo Cortése, Javier Cansadok eta Arturo González-Camposek horrelako filmak defendatzen dituzte. Bitxi ezezagunen, plazer errudunen eta bodri dibertigarrien bidez, zinemarekin berrironekonektatzera gonbidatzen gaituzte, puntuazio eta joera iragankorrez haratago.

Varios autores

**comer bien****Cazuelas de barro, el sabor de lo tradicional**

Tan antiguas como la propia civilización (existen vasijas con más de 12.000 años de antigüedad) e imprescindibles en la cocina tradicional, las ollas, marmitas o pucheros de barro siguen siendo uno de los utensilios más populares e indispensables en muchas cocinas.

Las ollas fabricadas en barro dan la posibilidad de cocinar alimentos que concentran todo su sabor. De hecho, hay chefs que aseguran que la naturaleza del barro mejora la preservación de las propiedades y la textura de los alimentos. Algo que hay que tener en cuenta es que el menaje de barro es necesario "curarlo" para cerrar los poros y evitar que se agrieten. Para hacerlo hay dos métodos:

- Curación con agua: Sumergimos completamente en agua durante 24 horas, después de ese tiempo lo sacamos y secamos con un paño y con un ajo grande frotamos por dentro y por fuera.
- Curación con leche: Frotar por fuera con ajo y dejarla secar durante toda la noche. Al día siguiente, untamos con una clara de huevo sobre el ajo ya seco y dejamos que se seque.

en el recuerdo



DICIEMBRE

31

ABENDUA

MARCHA FIN DE AÑO

URTE AMAIERAKO MARTXA

IRUÑA DE OCA



12
KILÓMETROS

10:00 h.

La Asociación de Amigos del Jardín Botánico de Santa Catalina, en colaboración con el Ayuntamiento de Iruña de Oca, organiza una marcha por algunas zonas naturales de nuestro entorno en la que atravesaremos los puentes de Villedas y Trespuentes, el yacimiento de Iruña-Veleia y el Jardín Botánico de Santa Catalina.

Además, todos los participantes recibirán una camiseta conmemorativa, habrá sorteo de regalos y pintxo pote popular.

Incripciones gratuitas en www.irunadeoca.com



Descarga aquí el recorrido
Deskargatu hemen ibilbidea

**El recorrido puede estar sujeto a modificaciones*



AYUNTAMIENTO DE IRUÑA DE OCA



IRUÑA ORARO USTALA