

revista trimestral gratuita-doako hiru hileko aldizkaria

ALDE ZAHARRA

por verano

2. zka

junio 2014



makusi.tv
amestu, grabatu, banatu

bideoaren komunitate irekia - la comunidad de vídeo abierta
www.makusi.tv

EGUZKI BIDEAK NODO

el redin
bar restaurante

c/ Mercado, 5
Telf.: 948 22 21-82
31001 Pamplona

CENTRO ALMEDA

ALICIA C. BARGUILLA MORENO

**TAROT - CURSOS DE TAROT
PSICOLOGÍA - PSICOTERAPIA**

C/ San Nicolás 15 - 17, 1º Dcha
Pamplona - Iruña 948 229 886

BIAK

LE PONEMOS COLOR A SUS IDEAS

WWW.GRAFICASBIAK.COM

Pol. Ind. Tallurbe II, C/A - nº 52 31110 NOAIN - NAVARRA • Telfs. 948 23 43 12 - 948 23 43 16 - Fax: 948 24 98 50 • E-mail: biak@graficasbiak.com

NO HAY PERFECCIÓN SIN PERSONALIZACIÓN.

Construimos colchones atendiendo criterios médicos y ergonómicos, que garantizan la estabilidad total y simétrica de los discos intervertebrales de tu columna.

GORRICH

SISTEMAS DE DESCANSO
www.gorricho.com

YANGUAS Y MIRANDA, 19
Tfno.: 948 247 963
31000 PAMPLONA

AVDA. VILLAVA, 2
Tfno.: 948 124 663
31015 PAMPLONA

SANCHO EL FUERTE, 32
Tfno.: 948 171 024
31008 PAMPLONA

POL. IND. MUTILVA C/ A, 17
Tfno.: 948 290 952
31192 MUTILVA BAJA

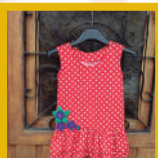
SECCIONES: De paseo por el barrio 5-15 Hoy hablamos con... 16-17 El rincón saludable 18-19 Especial primavera 20-24 Algo se cuece 25 dRutas 26-27 Agenda Kulturala 28-29 Jolasean 30

Sumario



Hesi, hasi auzoan; Soñando una escuela para el barrio

Un proyecto que trata de acortar distancias entre la Escuela de San Francisco y el barrio, busca la implicación entre Escuela y Barrio, Barrio y Escuela.



Abotonarte

El próximo sábado 14 de junio a las 19:00h tendrá lugar en Katakarak la primera muestra textil independiente de Pamplona. En ella participarán siete marcas locales.



El comercio Bicicletas Goi-Contini y la Asociación de Comerciantes de San Juan abren sus puertas al barrio



Los gigantes, los amigos de los niños y las niñas

Monográfico sobre los gigantes de Pamplona



Potxas con codornices

Una buena receta de temporada para comer este verano.



Juegos para el verano

30

25

20-22

16-17

15

5-6

EDICIÓN

Ikuspuntu

REDACCIÓN

Igor Zabalza Gaztelu

FOTOGRAFÍA

Albertomas, Auzoenea, El Barrio de los Artistas, Internazionalistak Auzolanean, Iñaki Basterra e Igor Zabalza Gaztelu

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Igor Zabalza Gaztelu

IMPRESIÓN

Gráficas Biak

DEPÓSITO LEGAL

NA 372-2014

de
paseo
por el
barrio

La solidaridad con Palestina desbordó el Muthiko

El pasado 28 de marzo se celebró una intensa y completa jornada de solidaridad con Palestina en la peña Muthiko Alaiak. Las entidades organizadoras (la plataforma Internazionalistak Auzolanean y la propia peña) dieron la bienvenida a cerca de 60 personas que, en primer lugar, fueron informadas del contexto de la jornada y de la situación actual del pueblo palestino visto que la ocupación y el proceso colonizador no solo continúan sino que se intensifican.

Acto seguido se proyectó el documental "Qalbi-Mi corazón", en el que la internacionalista Antzine Biain narra en imágenes sus vivencias en un viaje al territorio ocupado de Cisjordania. Posteriormente el periodista y escritor pamplonés Bingen Amadoz presentó su libro "Palestina. Piedra y olivos. Harria eta olibondoak", editado por SODEPAZ y



cuya lectura recomendaron las entidades organizadoras.

Esta parte de la jornada terminó con una excepcional actuación de danza y música del grupo Al Qamar, cuya disposición a participar en actividades como estas es tan grande como su calidad.

La jornada finalizó con el colofón de una cálida y calurosa cena para más de 50 personas.

Desde Internazionalistak Auzolanean valoran muy positivamente esta jornada que se inscri-

be dentro de una línea de trabajo compartida a nivel internacional nacida del propio pueblo palestino y cuyo eje es la campaña BDS (Boicot, Desinversiones y Sanciones).

Estas y otras actividades (como el ciclo de cine en Sanduzelai durante mayo) se sitúan también en el camino hacia formas renovadas de internacionalismo, en las que no solo se trata de estrechar lazos entre colectivos de diversa índole, sino de tejer una solidaridad integral.



euskalerriairratia.com

fm 91.4

- Iruñerriko irratia euskaldun eta independentea
- Gobernuaren traben gainetik aurrera, zuen baimenarekin

Bazkidetu!

euskalerriairratia.com - 948 17 01 51

Peñas sanfermineras, un reflejo histórico de Pamplona



A finales de marzo, la Federación de Peñas de Pamplona presentó en la plaza de toros un libro que recoge su historia con una visión lo más global y objetiva posible.

Este documento, cuya elaboración arrancó en 2010, contiene textos y más de 400 fotografías e imágenes de 800 pancartas de San Fermín, aproximadamente desde los años 30.

Se trata de una obra de 574 páginas en la que ha destacado las colaboraciones desinteresadas; uno de los valores fundamentales.

A través de este documento gráfico y textual pretenden dar una visión lo más global y objetiva posible, no sólo de la historia de las peñas y de las fiestas de San Fermín, sino también de la historia de Pamplona.

El libro, con una tirada de 1.200 ejemplares en castellano y 300 en euskera, estará a la ven-

ta en las peñas con un precio de 40€ y 45€ en las librerías.

DISEÑO. El libro se compone de cuatro bloques. El primero trata sobre las primeras cuadrillas de mozos de principios del siglo XX, germen de las actuales peñas. El segundo está dedicado a la historia de cada Peña. El tercer bloque, seguramente el más importante, contiene la mayoría de las pancartas que han desfilado por Pamplona en los casi últimos 100 años. Y el cuarto se centra en las relaciones de las peñas entre sí.



“Hezi, hasi auzoan” - Soñando una



Más de 200 personas del Casco Viejo se han inmerso en un nuevo proceso participativo. Un proyecto que trata de acortar distancias entre la Escuela de San Francisco y el barrio; busca la implicación mutua. El objetivo es crear una comunidad educativa idearia.

“Hazi, Hezi Auzoan” es una iniciativa que surgió en el mes de septiembre en Auzoenea, con la idea de hacer reflexionar al vecindario del Casco Viejo sobre el modelo de comunidad educativa que tiene actualmente y que desearía para el futuro.

La educación que queremos para nuestros txikis es un tema que siempre está en boca de todos pero en el que nunca se profundiza, y el hecho de que haya una nueva reforma educativa en ciernes, y que la escuela se encuentre en un momento especial-

mente receptivo para nuevas propuestas, invitaban a elaborar una reflexión conjunta sobre el tema.

El objetivo principal era que cuando el barrio hablase de escuela no se refiera al edificio que hay en la plaza San Francisco, sino que se sintiera parte de la misma, que el barrio sea escuela y que la escuela sea barrio.

Con el fin de que fuera un proyecto global y participado por el mayor número de personas posibles, la idea se compartió con la Escuela San Francisco, la Apyma, la Escuela de Educadores, Asociación Vecinal, Burgo de San Cernin a fin de crear un grupo motor que impulsara este



Alfa Asesores y Consultores, S.L.

**Asesoría
laboral,
contable
y fiscal**

c/Nueva, 81 bajo
Telf.: 948 211 934
31001 Pamplona-Iruña

Iñaki Basterra
fotografía - argazkigintza

retrato
conciertos
ensayos y teatro
decoración
erótica
documentación de proyectos
y otras pedradas

665 90 78 12
blissful@biotive.net



escuela para el barrio



proyecto. Además, a lo largo del proceso diferentes personas particulares han ido mostrando su interés y sumándose al mismo.

A partir de entonces elaboraron un pequeño diagnóstico sobre la situación actual. Prepararon unos cuestionarios para que los niños y las niñas los rellenaran con dibujos explicando qué era lo que más les gustaba de la escuela y cómo les gustaría, siempre desde la ilusión del sueño. Al mismo tiempo desarrollaron este planteamiento a través de grupos de discusión con padres y madres del modelo A-G, con el modelo D, con el profesorado y con el equipo directivo.

“Todo el Casco Viejo forma la Comunidad Educativa, porque nos implicamos con nuestra Escuela y, por eso, ahora tenemos la oportunidad de soñarla”

El 29 de abril tuvo lugar un “World Coffe” en el que participaron 30 personas de diferentes colectivos y grupos del barrio. Este encuentro sirvió para poder desarrollar el concepto actual de comunidad educativa así como el ideal.

El 16 de mayo hicieron una breve presentación del proyecto en la que se encarnó el pasado, presente y futuro de la escuela. En junio, elaborarán un documento en el que se recoja la información acumulada durante todo este tiempo de cara a que a partir de Septiembre se retome esta iniciativa.



Especialidad en fritos de huevo

c/ San Nicolás 13 - 31001 PAMPLONA - Telf.: 948 225 104



venta de prensa, revistas, artículos de papelería, libros y reserva de libros de texto

c/ San Francisco, 34 · PAMPLONA · Telf.: 948 223 348



LUQUIN
LIBRERÍA
PAPELERÍA

vuelta al curso!
reserva tus libros de texto

c/ San Francisco, 34 · PAMPLONA · Telf.: 948 223 348

Txalaparta eguna

Maiatzaren bigarrenko larunbatan Iruñeko alde zahareña X. Txalaparta topaketa burutu zen. Eta asteburu berdinean beste hainbat ekitaldi ezberdin antolatutak egon arren, sekulako arrakasta eduki zuen jardunaldi honek antolatzaileen arabera.



Goizeko hamar t'erdietan herriko tabernan elkartu ziren egunari hasiera emateko. Bertan, txalaparta librea montatu zuten jendeak jo zitzaiz. Bitartean, eguna indarrez asteko, hamaiketako burutu zuten.

Trikiritxan abestiez baliatuz nabarrieriako enparantzara abiatu ziren. Bertan, bi orduko saioa eskeini zuten hiru talde: Hutsun txalaparta taldea, Sestaoko txalaparta eskola eta Oreka TXeko Harkaitz eta Mikelek.

Hemendik Arrano elkartera joan ziren bertan prestatu baizen

bazkaria. Aurten, barazkijaleek ere jateko aukera eduki zuten.

Arratsaldeko bostak aldera Aldapa kalera mugitu ziren Faltesko txalapartariak saio bat eskeintzen baitzuten. Hortik Katu tabernara joan ziren Garesko Txala Hard Kore taldearen emanaldia ikustera. Eta, azkenik, eguna Su berri tabernan antolatutako txalaparta elektronikoko emanaldiaz disfrutatzen abiatu ziren.

HAMAR URTE TXALAPARTA ZABALTZEN. Beste herri batzuetan egiten den bezala, topaketa hauen helburua txalapartaren jai izaera berrezkura-

tzea zuen helburu; 2004 lehena izan zen. Aurten, X. Urteurrena izan zela eta, zerbait berezia egin nahi zuten. Horregatik, aurreko ostegunean Kaktakraken mahai inguru-hitzaldi bat prestatu zuten. Juan Mari Beltran (hernani), Joseba Ozkoidi (Ortzadar) eta Xabi Torres (Jo ala jo) parte hartu zuten txalapartaren eta kirikoketaren iragana, oraina eta geroari buruz hitzegitera.

Larunbata ere nabarmentzeko izan zen jasotako laguntzagatik eta inoiz baino talde gehiago ekarri zituztelako; baita ere txalaparta karretilla bat prestatu zutelako.



Akui Garagardoa, una cerveza que promete

Akui, vecino del barrio, ha resultado campeón del estado en la categoría "Russian Imperial Stout" en el 2º concurso de cerveceros caseros organizado por el *Bier Club navarro* con sede en "La Vinoteca". Mireia Tarradell y Andrés Jimeno, vecinos de Zizur, quedaron segundos; y Antonio Martos Moreno, de La Palma, Murcia, obtuvo el 3º premio.



¿Qué te impulsó a meterte en el mundo de la cerveza?

Comencé hace dos años cuando un amigo me propuso comprar un kit básico para elaborarla. Paradójicamente, él lo dejó mientras que a mí me apasionó.

Soy autodidacta. Hay una carrera universitaria para ser maestro cervecero; algunos de los libros que se emplean son los que estoy estudiando para formarme. ¿Qué ha supuesto este galardón?

Bueno, me imagino que es un indicativo de que voy por el buen camino. Además, este estilo de cerveza es la primera vez que lo hice, con lo cual ahora sólo queda matizarlo.

Por cierto, ¿qué es una Russian imperial Stout?

Es la cerveza negra más fuerte que haya. Bien pastosa y densa, como tiene que ser.

Me imagino que esta receta es de cosecha propia, ¿lo son también todas las que has elabo-

borado hasta ahora?

En efecto. Desde el primer momento me negué rotundamente a reproducir recetas existentes. Hasta el momento he realizado 70 elaboraciones sin repetir nunca la misma.

¿Que opinan tus amistades al tenerte como amigo?

Están encantados: desde que consumen mis brebajes consiguen los efectos anhelados mucho antes que con las cervezas industriales (*ríe mientras habla*).



Tu tienda de vino en Chapitela 15

Pamplona - Iruñea



www.vinotecanavarra.com · www.elvinico.com · Telf.: 948 221 092

20 urte eta gero...



Joan den maiatzaren 10ean, Euskal Jai gaztetxearen okupazioaren 20. urteurrena ospatzeko hainbat ekitaldi antolatu ziren Kaldereria eta San Agustin karriketan. Umorea, aldarrikapena eta batez ere giro ona nabarmendu ziren egun honetan.

Eguerdiko hamabietan haurrendako antzerkia izan zen. Bukatu bezain agudo, orenbata inguruan, udal segizio bat atera zen Iruñeko Udaletxetik. Hiriko egoera politikoari buruzko kalejira-parodia izan zen. Martxa Aquavoxen parean amaitu zen. Bertan, hainbat umek ibilaldian zehar eramandako "Santa Barcina" estatua bota eta pilotari batek plaka oroigarri bat jarri zuen. Hiruak inguruan 250 lagun elkartu ziren San Agustin karrikan egin zen bazkari herrikoian. "Rafa" eta "la Baldosa"koak izan ziren mahai ondorena alaitu zutenak. Ondoren, "Maya, Maya, queremos playa" oihukatuz batukadaren erritmoak lagundurik, jendeak Aquavoxera bertaratu zen honen uretan murgiltzeko. Eguna Terminal tabernan egindako kontzertuekin amaitu zen.



Euskal Jai bizirik



“Maya, Maya, queremos playa”; zergatik lelo hau?:

Euskal Jai Iruñerriko herri mugimenduarentzat oasis moduko bat zen. Orain oasis hartatik harago jartzen dugu geure jomuga: hondartza nahi dugu. Oasis batekin ez gara konformatzen, orain dena nahi dugulako.

Lelo horrek ere beste esanahi izkutu bat zeukan: Euskal Jairen tokian dagoen aquavox hori okupatu eta bainu bat hartu nahi genuen txalupa eta guzti, ordaindu gabe, bistan dena. Hori pentsatu eta egin genuen.

Ze balorapen daukazue jardunaldi honen inguruan?

Balorazio ezin hobea. Apostu desobeditzaile itzela izan zen, baimenik eskatu gabeko egitarau mardula genuelako eta azkenean den dena burutzen lortu genuen, udaltxungoekin tirabira batzuk izan arren. Bestaldekik jendearen erantzuna aparta izan zen eta egunean zehar giro ikaragarria lortu genuen. Urteak ikusi gabeko pertsona batzuk elkartzekoan une zirraragarriak ere sortu ziren. Oro har, festa eta desobedientzia egun borobila atera zen.



TERMINAL

musika zuzenean!!

Kaldereria 19, Iruñea

2. eguna

birzikleta denda

MEKANIKA · SALMENTA · ALOKAERA · BERTZERIK

K/ Karmen, 17 - Telf.: 948 213 668 - IRUÑEA

Curia curiosa, sintiendo la calle

El 17 de mayo se desarrolló la 5º edición de Curia Curiosa; una iniciativa promovida desde 2012 por las comerciantes de esta

calle con el fin de potenciar el comercio local. A continuación, Arantxa Martinena, una de las organizadoras de esta día.

¿Cuál es el objetivo de esta iniciativa?

La idea surgió de las comerciantes de la calle con el propósito de revivirla. A pesar de haber quedado muy bonita con las obras de rehabilitación, nunca ha llegado a ser una zona muy comercial. Además, hay que añadir que el Ayuntamiento nunca ha hecho nada por darle vida.

Sobre todo, desde el primer momento el objetivo fue que la gente se enterara de qué clase de negocios hay. Si algo caracteriza a esta calle, aparte de que todas somos mujeres emprendedoras, es que los establecimientos tienen cierto encanto desde el punto de vista que la gente es artesana, los productos son originales, y destaca que no hay franquicias. Esta calle recoge sin querer un montón de comercios que son difíciles de encontrar en Pamplona, o por lo menos aglutinados de esta forma.

¿Cuándo fue la primera edición?

La primera edición fue en 2012. Fuimos pocas las que participamos. Sacamos nuestros productos a la calle e invitamos a otras personas para que también pudieran exponer, y a pesar de no tener grandes pretensiones el éxito fue rotundo.

Tampoco sabíamos cuantas hacer al año y, al final, optamos

por dos, una en primavera y otra en Navidades. Aunque es cierto que el primer año organizamos una en Sanfermín txikito. Sin embargo, decidimos no repetir porque estas fiestas ya tienen una entidad por sí solas y nuestro objetivo quedaba desvirtuado.



Comenzó siendo una cosa muy modesta y, a día de hoy, tenemos que realizar una selección porque no hay espacio físico para todas las personas interesadas en participar. Para que os hagáis una idea, para esta edición recibimos 100 solicitudes de las que sólo pudimos aceptar 54.

Comentas que tenéis que hacer una selección, ¿en qué criterios os basáis?

Intentamos aunar lo que está hecho a mano o, como mínimo esté customizado. Sobre todo, valoramos la originalidad, los materiales y el buen acabado.

Hemos conseguido que la mayoría de gente que viene tenga productos muy interesantes. Puede participar cualquier clase de producto exceptuando la comida.

¿Destacarías algo de este día?

También se puede destacar que desde la segunda edición abrimos el espacio de la plaza de la catedral a artistas que ofrecen cosas pequeñas a precios asequibles. Se trata de una especie de mercadillo de arte local.

¿Quisieras añadir alguna cosa más?

Pamplona necesita esta clase de iniciativas para fomentar el comercio local. Las franquicias sólo consiguen la uniformización, convirtiendo iguales todos los centros históricos. Por eso, el ayuntamiento debería darse cuenta que si se sigue así no habrá comercios con "encanto", con alma. Hoy por hoy, lo único que sostiene el casco viejo son los bancos, las franquicias y la hostelería, y si alguien no hace algo esto se irá a pique.

Día del barrio

El último fin de semana de mayo, como viene siendo habitual, se celebró el día del barrio. El viernes se realizó la tercera edición del Cabaret en el frontón de la mañueta. Hubo una gran variedad de espectáculos como danza, contorsionismo y malabares; todos ellos de gran calidad artística, los cuales fueron calurosamente acogidos por el público.

Al día siguiente el buen tiempo acompañó la jornada. Las calles se llenaron de música y buen ambiente. A la mañana destacó la feria de artesanos, aunque este año la ubicación no fue muy buena debido a que era poco visible. Al mediodía la plaza Santa Ana acogió la caldereta popular. A la tarde pudimos pasar un buen rato con las actuaciones de la Auzogala organizado en la calle Aldapa. Y por la tarde noche, hubo varios conciertos tanto en la calle como en distintos locales del barrio.

El día del barrio es una de las festividades mejor acogidas por el vecindario del casco viejo pero, ¿de dónde viene este día?

Hace años se llamaba el día del vecino. La iniciativa surgió en 1992 a raíz de la asociación vecinal cuyo objetivo era organizar una comida para conocerse mejor entre todas las personas que participaban a lo largo del año en los cursos y talleres.



En 1997 adoptó el nombre del día del barrio. La imagen del casco viejo estaba completamente deteriorada; no había contenedores, la basura se sacaba a la calle, todas las semanas había broncas, la droga,... Por eso, entre distintas asociaciones preocupadas por la situación organizaron unas jornadas para revitalizarlo: "El viejo casco antiguo: un lugar para vivir". Se sacaron 50 propósitos para el 2005, y de ahí partió la iniciativa de demostrar que este lugar no era tan marginal y deteriorado como lo vendían los medios de comunicación. Otro objetivo importante también fue que los coches no circularan y las calles sirvieran solo para pasear, encontrarse y disfrutar.

Poco a poco, las distintas asociaciones y colectivos han ido organizando más eventos hasta llegar a un programa tan completo como del que pudimos disfrutar el pasado 31 de mayo.

auzoenea

alde zaharreko komunitate gunea
centro comunitario del casco viejo



El Barrio de los Artistas, espacios para artistas y viceversa

El pasado sábado 7 de junio tuvo lugar la sexta edición del Barrio de los Artistas. Por este motivo, entrevistamos a uno de los impulsores de esta iniciativa.

¿De dónde surge?

Surge de la idea de unos cuantos amigos inquietos y además creativos o viceversa participantes de El Vértigo de la Trapecista, cuya acción principal es la organización de este gran evento que por sexto año consecutivo ha contado con la participación de toda persona que ha querido colaborar para hacer vibrar al casco viejo de Pamplona.

¿Cuál es el objetivo?

Es un proyecto que permite a la gente caminar por la parte vieja de Pamplona y visitar casas particulares o cualquier otro espacio donde pintores, escultores, videocreadores, escritores, trapecistas, fotógrafos, músicos... elaboran y vivencian sus obras artísticas o participan en sus talleres. Quiere crear un diálogo entre las personas y espacios a través del arte, esto es, facilitar a los artistas espacios, a los espacios artistas, y a la ciudadanía el aprender y experimentar el arte en sus calles.

El Barrio de los Artistas es un punto en común para todo el mundo, por eso la participación sigue siendo altruista, gratuita y generosa.



¿Cuándo fue la primera vez?

Hace 6 años, el 14 de febrero de 2009.

Qué habéis programado para este año?

Nosotros no somos los que programamos en cuanto a elegir actividades o eventos. Nosotros abrimos la puerta y alzamos la voz para hacer un llamamiento a todo el que le apetezca participar. Y todo el que viene es bien acogido.

Preguntamos a los artistas, que son la pieza fundamental, dónde y a qué hora les gustaría actuar, y en función de sus opciones y las posibilidades, hacemos un mapa y tratamos de encajarlo todo.



En el programa hay desde música sudamericana en una biblioteca hasta un tatuador en directo, sin olvidarnos de otras 99 actividades como la magia, cuadros pintados con lejía y con música, esculturas en escape rates, txalaparta callejera, micrometrajés, percusión africana, exposiciones fotográficas, pinchada popular con vinilos, raperos y grafiteros, improvisación de danza...

Como gran novedad hemos tenido un fin de fiesta para reunirnos por fin todo el mundo y poder bailar.

¿Qué aceptación creéis que tiene en la población?

La gente está encantada, a todo el mundo le gusta que se llene su ciudad de actividades curiosas y que quizá de otra manera nunca hubiera visto. Da mucha vida a la ciudad, la verdad. El Barrio de los Artistas es ya un evento fuerte y reconocido.

Por otro lado, para los artistas es una manera estupenda de darse a conocer a su público más cercano y quizá más complicado por lo que comentábamos de que si no fuera así mucha gente no iría nunca a ver una galería de arte o un concierto de un grupo de cámara.

Es un punto común que funciona genial y la verdad es que agradecemos muchísimo el apoyo y la participación que existe. Este día es para todos ellos y ellas.

Abotonarte, muestra textil independiente

El próximo sábado 14 de junio a las 19:00h tendrá lugar en Katakarak la primera muestra textil independiente de Pamplona. En ella desfilarán las creaciones de las siete diseñadoras y diseñadores, organizadores y participantes del evento.



Abotonarte, así es como han decidido nombrar a esta primera muestra textil independiente de Pamplona. En ella participarán las siguientes marcas: Adabaki, Chonbag, Erabili, Hari & ari, Korapilo, Mustroak y Trimmer.

A las 19:00h se abrirán al público las puertas de la sala de usos múltiples de Katakarak situada en la calle Mayor 54. Media

hora más tarde, a las 19:30h, se dará comienzo a la pasarela en la que se realizarán siete desfiles. En ellos se podrá contemplar las creaciones textiles propuestas para este verano tanto de moda infantil como de mujer y hombre.

Una vez finalizado el acto se habilitará un espacio para los stands de las marcas presentadas con el fin de ofrecer a las



personas asistentes la posibilidad de comprar las prendas que se han mostrado en la pasarela.

El objetivo de este acontecimiento es potenciar las creaciones textiles propias recuperando así el concepto de manufacturación y alejándose de las tendencias mayoritarias de consumo como de lo que ello conlleva.

PISCIS

Belleza y Peluqueria
Coro Mirenchu

Mercaderes 10, 1º
31001 Pamplona

TEL 948 223272

PETATXO

TEJIDOS OHIALAK

C/ Campana, 16 - Tel. 948 229 224 - PAMPLONA-IRUÑA

hoy
hablamos
con...

BICICLETAS GOI-CONTINI S.L.

Bicicletas Goi-Contini S.L. está presente en San Juan dispuestos a ofrecernos el servicio de venta y reparación integral de todo tipo de bicicletas. Cuentan con una dilatada experiencia en los procesos de fabricación de bicicletas así como de montaje y reparación. Lo avala sus técnicos, Antonio y Rufino, que llevan más de 36 años de actividad en una carrera familiar de 68 años en el sector.

¿Qué os ha empujado a abrir esta tienda?

Nuestra clientela siempre ha tenido el problema del desplazamiento porque estábamos en el polígono industrial de Mutilva. Sin embargo, al cesar ciclos Albero su actividad vimos la oportunidad de ampliar nuestros centros de venta y reparación de bicicletas adentrándonos en este barrio. Ahora podemos ofrecer un mejor servicio postventa en San Juan y los barrios adyacentes.

¿Qué os identifica?

Nuestro lema es ofrecer soluciones al alcance de todas las personas y necesidades con un trato amable y agradable. Ofertamos aquello que buscas, y si no existe, lo fabricamos; y sin cita previa. **No es la primera vez que coges**

una bici, ¿no?!

Llevamos 36 años fabricando bicicletas utilizando cuantos medios y maquinarias fueran necesarias para ofrecer a la clientela aquello que busca. Por eso, podemos decir que nuestra dilatada experiencia se convierte en un valor seguro cuando necesites el mejor servicio de reparación, consejo y asesoramiento para la compra de bicicletas, así como para favorecer la movilidad de personas con discapacidad.

¿Cómo veis el futuro?

Apostamos por que esta nueva andadura en San Juan sirva para ampliar nuestra larga cartera de clientes-amigos de cara a los próximos años. Como dice el refrán "camino hacen amigos", y por ellos no va a fallar.



PAMPLONA
Monasterio de Urdax, 23
31011 Pamplona
Tel.: 948 067 722

MUTILVA BAJA
Pol. Ind. Mutilva Baja, calle B -nave 1
31192 Mutilva
Tel.: 948 249 573



Nuestra experiencia a tu servicio
reparamos todas las marcas

www.goicontini.com

En Martín de Azpilcueta queremos celebrar contigo los Sanfermines

La Asociación de Comerciantes de la Zona de Martín de Azpilcueta celebra los Sanfermines con vecinos y clientes y una batería de actividades para todos los

públicos y la posibilidad de conseguir 4 cenas dobles en el Restaurante *El Mosquito*, 2 almuerzos sanfermineros en el Bar *Etxebe* y otros 2 en el Bar *Ganuja*.

Se acercan los Sanfermines. Esto no es nuevo para nadie. Todos celebramos las fiestas en honor de San Fermín, y en la Asociación de Comerciantes de la Zona Martín de Azpilcueta también.

Pero, ¿cómo lo hacemos? Nuestros comerciantes tienen un ánimo especial, y así lo freflejan sus establecimientos. Además, desde la Asociación os proponemos una serie de actividades como en anteriores ocasiones.

Por un lado, os planteamos celebrar el 7 de julio con una cena doble en el Restaurante *El Mosquito*, puesto que sorteamos 4 cenas dobles entre los clientes, 2 almuerzos sanfermineros en el Bar *Etxebe* y otros 2 en el Bar *Ganuja*. Para poder participar lo único que hay que hacer es acercarse a los establecimientos aso-

ciados y llevar a cabo las compras habituales u ocasionales que tengamos que realizar esos días. Por esas compras nos darán boletos que tendremos que rellenar con nuestros datos y los depositaremos en las urnas. Con todos ellos la Asociación realizará un sorteo el 27 de junio a las 20:15 horas en la zona comercial y localizará telefónicamente a los ganadores.

Por otro lado, los días 26 y 27 de junio tendremos toda una serie de actividades para todos los públicos en la zona comercial. Los más pequeños podrán disfrutar de un tren turístico y de los castillos hinchables; también habrá talleres para que aprendan a hacer manualidades divertidas. Organizaremos exhibiciones para todas las personas, y ten-

dremos una chistorrada animada con música en los bares de la Asociación.

Y, ¿dónde nos vais a encontrar? En el corazón del barrio de San Juan, en las calles Martín de Azpilcueta, San Alberto Magno, y las zonas próximas de la Avenida de Bayona y Monasterio de la Oliva.

Encontrarás más de 50 establecimientos comerciales: alimentación en general y especializada; ropa y complementos para niños, jóvenes, hombre y mujer, mercería y lencería, además de regalos; establecimientos para tu casa y tu oficina; prensa diaria, literatura, material escolar y de oficina e imprenta rápida, además de estancos, farmacia, parafarmacia y administración de lotería; y hostelería.

¡Comienza con nosotros los Sanfermines!

Te invitamos a cenar en el Restaurante *El Mosquito* el día 7 de julio.

Y los días 26 y 27 de junio te esperamos en nuestra zona comercial para disfrutar con un montón de actividades para todos, castillos hinchables, tren turístico, exhibiciones, chistorrada...

¿Te lo vas a perder?

Más información en: www.comerciantesmartindeazpilcueta.es



**el rincón
saludable**

Premiados en el 1º concurso de Ideas de Investigación en Atención Primaria

Nicolás Pilart y Maite Morteruel, enfermeros del centro de salud del Casco Viejo de Pamplona, resultaron ganadores en la categoría sobre población adulta del primer concurso de ideas de investigación en atención primaria promovido por el Servicio navarro de salud junto con Inbidea.



El título del proyecto que presentaron es: *“cómo utilizar la motivación del personal para la eficiencia del sistema de atención primaria de salud”*. Se trata de una propuesta liderada por enfermería. Consideran que este gremio es un punto importante para el buen desarrollo de la atención primaria y para el desarrollo de la investigación en salud.

El objetivo sería la aplicación entre los profesionales de las ideas expuestas para mejorar la eficacia en el trabajo de forma que las necesidades básicas estén cubiertas.

El premio que obtuvieron fue de 1000 euros para ser gestionados por la Fundación Miguel Servet a propuesta de los ganadores con el fin de desarrollar la idea

premiada. También les dieron un diploma acreditativo.

A este certamen se presentaron 138 profesionales con 27 propuestas. El concurso incluía dos categorías, una que premiaba la mejor idea de investigación sobre población adulta y otra que galardonaba la mejor idea sobre población pediátrica.

**comisión
ciudadana
ANTI
SIDA
de Navarra**

**HIESaren
AURKAKO
Nafarroako
Batzorde
Hiritarra**

C/Del Carmen 11, bajo
Pamplona/Iruña
Telf: 948 21 22 57
ccasn.formacion@hotmail.com

¿Quieres anunciarte en esta revista?

Envía un mail a:

ikuspuntudg@gmail.com

Aldizkari honetan iragarri nahi duzu?

Ondorengo helbidera maila bidali:

ikuspuntudg@gmail.com

Lo mejor del sol, la sombra

Con la llegada del verano todo el mundo sale a tomar el sol, y con razón, ya que es beneficioso y necesario para la vida humana; estimula la síntesis de vitamina D, favorece la circulación sanguínea y actúa en el tratamiento de algunas

dermatosis. Sin embargo, una excesiva exposición conlleva factores negativos como el cáncer de piel. Por eso, desde la sección de pediatría del Casco Viejo de Pamplona ofrecen la siguiente serie de recomendaciones y consejos.



1. No exponer directamente al sol a los niños y niñas antes de los 6 meses de edad. Hay que tener en cuenta que a pesar de protegerlos a la sombra reciben hasta un 50% de radiación indirecta o reflejada. Tampoco deben usarse fotoprotectores en menores de 6 meses.
2. El uso de cremas nunca debe ser la única medida.
3. La ropa es la forma más útil de fotoprotección; por eso, es recomendable usar prendas de manga y pantalones largos.
4. Evitar las quemaduras solares; la radiación se acumula a lo largo de la vida. La sobreexposición solar en los primeros 18-20 años de vida aumenta el riesgo de cáncer de piel.
5. Evitar la exposición en las horas de máxima intensidad solar (de 10h a 16h).
6. Las actividades acuáticas al aire libre incrementan la exposición.
7. En los días nublados hay un 20-40% de radiación ultravioleta, y a mayor altitud aumenta la intensidad de la radiación.
8. Cubrir la cabeza con gorras de visera ancha para proteger la cara y los ojos. Se recomienda que la visera sea de 7 cms.
9. Usar gafas con filtros para rayos UVA y UVB por encima de 400nm. Nos protegerá de lesiones oculares y cataratas.
10. Se debe tener en cuenta el efecto multiplicador de las superficies reflectantes como la arena, el agua o los muros blancos.
11. Hay que ser conscientes de los riesgos del bronceado artificial. Las salas comerciales pueden llegar a ser peligrosas.
12. En espacios interiores con cristalerías no hay protección frente a los rayos UVA.
13. Hacer un correcto uso de las cremas fotoprotectoras:
 - aplicar sobre la piel seca, en casa, media hora antes de la exposición.
 - aplicar la crema sobre toda la superficie que vaya a estar expuesta.
 - volver a aplicarla cada dos horas e inmediatamente después de un baño prolongado.
14. Es importante usar leche hidratante para la piel tras la exposición.

Los gigantes, los amigos

Los Gigantes de Pamplona, con sus 154 años de historia, son uno de los símbolos más emblemáticos de la fiesta. Son unas figuras de madera, cartón piedra y tela con porte altivo que van con su cohorte de kilikis, cabezudos y zaldikos. Juntos forman la Comparsa,

comitiva que no falta una sola mañana a su cita sanferminera y que, por otro lado, sale a la calle para otras grandes ocasiones puntuales. Detrás de cada pareja de gigantes están los comparseros, gaiteros y txistularis que marcan su paso.

Historia. No es la única zona del mundo donde los gigantes completaron cortejos y procesiones, pero sí que son unos de los más antiguos que se conservan. Las crónicas ya recogen su existencia en el s. XVIII como lo prueba el hecho de que el rey Carlos III prohibió que danzaran durante actos religiosos, aunque, precisamente, estas figuras eran propiedad de la Catedral. Allí permanecieron abandonados hasta que Tadeo Amorena, en el s. XIX, propuso recuperarlos.

Los gigantes actuales fueron realizados por Tadeo Amorena

por encargo del Ayuntamiento de Pamplona en marzo de 1860. Cuatro parejas que representaban a los reyes de la Tierra, dos por continente, aunque no hay pareja que represente a Oceanía: la blanca, la pareja de reyes de Europa, la amarilla la pareja de reyes de Asia, la mora-negro-africana, la pareja de reyes de África (caracterizados por tez morena, pero no negra) y la indio-americana, la pareja de reyes de América (estos últimos son los caracterizados como negros). Su peso oscila entre los 59 kilos de la reina europea y los 66,5 del rey africano, y la altura alcanza

los 3,9 metros.

La comparsa. Todas las mañanas recorre las calles del centro de Pamplona para animar a niños y adultos creando un ambiente festivo lleno de color, música y espectáculo. El baile de los gigantes en momentos destacados de la ciudad es ciertamente una costumbre secular de gran arraigo popular.

Los gigantes van acompañados de una comparsa compuesta por cinco cabezudos confeccionados por Félix Flores (según relata Valentín Redín) en 1890. Entre ellos incluyó una pareja de japoneses que luego resultaron

gora San Fermín!
¡Felices fiestas!

los burgos de Iruña

TABERNA

c/ Navarrería 14, bajo · Telf.: 948 211 638

regalos - souvenirs

Echeve

Camisetas • Botas
Pañuelos • Artesanía

Mercaderes, 29 - 31001 PAMPLONA/IRUÑA
Tfno. y Fax: 948 224 215 www.echevesouvenirs.com

s de los niños y las niñas

proféticos al firmarse un hermanamiento entre Pamplona y Yamaguchi. Cada figura, no obstante, está inspirada en rostros populares del momento y venían a hacer las funciones de los concejales (el alcalde, el concejal, la abuela, el japonés y la japonesa) en una comitiva presidida por los reyes.

Enseguida se sumaron los kilikis —cabezudos con verga blanda para perseguir a niños y mayores— conocidos por los nombres de Verrugas, Napoleón, Barbas, Coletas, Patata y Caravina-gre. Valentín Redín los interpreta como el brazo armado (aunque incruento) de la comparsa. Estas últimas figuras junto a los seis zaldikos —caballos de cartón piedra— fabricadas a principios del s. XX, completan el trabajo que hace ya siglo y medio comenzó Tadeo Amorena.



Los chupetes

Desde hace varios años, bastantes niños y niñas que quieren dejar de usar el chupete porque ya se han hecho mozos optan por regalárselo a su gigante favorito colgándoselo de la mano o la espada. Cuando llega el 14 de julio los gigantes acaban con decenas de ellos ya que no se los retiran hasta que finalizan las fiestas.



Principios de siglo. Un kiliki y un zaldiko se retratan con un grupo de curiosos en el centro de la Plaza del Castillo, cuando el quiosco de la música estaba ladeado frente al Iruña.



1928. Los gigantes desfilan por la Plaza del Castillo rodeados de niños y... coches.



1965. Los gigantes, precedidos de danzaris y chistularis, desfilan por la 5ª Avenida de Nueva York durante la Feria Mundial.



1999. Los gigantes bailan en la Estación de Autobuses el 14 de julio de 1999, en la despedida de la comparsa.



2007. Los gigantes bailando el día del niño en la plaza del Ayuntamiento de Pamplona.



www.fotomenapamplona.com

Foto Mena

C/Mayor,36
948 226336

Todas las fotos del
encierro 2014

¿Cómo es un gigante?

Armazón de cartón piedra. Con este material se cubre la estructura de madera dándole así forma humana.

Correas de cuero. Se utilizan para atar los brazos entre sí y al armazón.

Estructura de madera. Es la base sobre la que se construye el gigante.

Muñequeras. No sólo son un elemento decorativo, sino que cubren las correas que atan los brazos a la estructura. Así, los brazos no se elevan al girar el gigante.

Correas acolchadas. Dos correas acolchadas para los hombros y una cabecera de cuero sujetas a la estructura de madera permiten al comparsero elevar el gigante para bailar.

Patas delanteras. Además de mantener el gigante en pie, la persona que lo baila las agarra con las manos para sujetarlo y poder dirigirlo.

Turbante. El gorro se adecua dependiendo del lugar que represente el gigante. Éste se encaja con velcro a la cabeza de cartón piedra.

Parches dorados. Junto con varias tiras de velcro pegadas al armazón estos parches ayudan a la sujeción de la capa.

Chaqueta. Viste la parte superior.

Cinturón. Cubre la unión entre la falda y la chaqueta. También se suele aprovechar para colocar ramos de flores.

Espada

Tela sedosa blanca. Permite que el comparsero pueda ver a través de la tela.

Falda. Cubre las patas del gigante. Resulta muy vistosa cuando el gigante baila..

Comparsero. Es quien baila el gigante. Cada día salen tres por cada figura para poder turnarse.



En Sanfermines,
Dú's
todos los días

c/Aldapa, 2
31001 Pamplona-Iruña

en estos Sanfermines

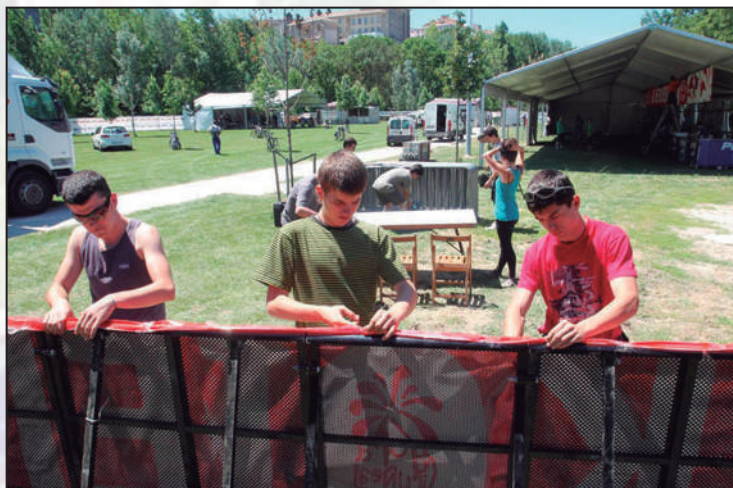
Rica variedad en:

- cazuelas
- raciones
- bocatas

... y por la noche,
toma tu copa con
el mejor ambiente

Mesón de la Tortilla

2014ko SanFerminetan ere Jai Gunea izanen dugu



Gora Iruñeak azkeneko urteetan burututako lanaren emaitz arrakastatsua azaleratzea lortu zuten iaz. Hori dela eta, aurtengo Sanferminetako proposamena berriz ere La Runa parkean Jai gunea burutzea dute helburu. 2013an herritarrok adierazi zuten halako esparruen beharra. Horregatik, azken hilabeteetan ilusioz landu dute 2014ko jaietako egitaraua.

Uztailaren 6tik aurrera Jai Gune berritua izanen da La Runa. Azpiegiturak berritu, Txiki gunea sortu, jantokia antolatu eta horren guztiaren bueltan 204 orduko egitarau oparo.

Goizero umeak izanen dira protagonista Txiki gunean non gaztelu puzgarriak, rokodromoa, jolasak... izanen diren.

Eguerditik aurrera jantokia zabalik izanen da. Bazkari herrikoia antolatzeko aukera izanen da, eguneroko menua es-

kainiko dute eta arratsaldeetan kafea hartzeko aukera izanen duzue gaueko bokatak eta pizzak jaten hasi baino lehenago.

Arratsaldeetan bestelako jai eredu bat indartu nahian iruindarrok aukera ezberdinak izanen dituzte; bertsolariak, kontzertuak, jolasak, txiki gunea arratsalde-
ro ere irekita, ekimen gastronomikoak, bakarrizketak...

Eta gauetan Esne Beltza, Betagarri, Kashbad edota Berri Txarrak bezalako musika talde-

kin gozatzeko aukera izanen duzue. Eta horiekin guztiekin batera Iruñeko hamaika musika talde izanen dira eszenatoki gainean: Las Valium, On, Nx, Ipar Folk, Trikitiens...

Hau da aurtengo Sanferminetarako auzolanean prestatutako Jai Gunea. Herritarren gozamenarako eta parte hartze zuzenerako Jai Gunea, euskalduna eta eraso sexistarik onartuko ez duena.

regalos - souvenirs
ESTAFETA

más de 50 años
a su servicio

gigantes de goma de diferentes pueblos

Camisetas
Opariak
Artesanía
Botas de vino

C/ Estafeta, 47
Telf.: 948 223 046
31001 Pamplona-Iruña
www.estafetasouvenirs.com

la carta
BARBACOA

todos los días
de San Fermín

DJ's
Fritos caseros
Bokatas
Hamburguesas
...

y, sobre todo,
buen ambiente

Por unas fiestas libres de agresiones sexistas

Las fiestas son expresiones sociales y culturales, repletas de contenido simbólico, que acercan la persona al colectivo mediante un proceso de sensaciones y emociones. Son una parte importante de nuestras vidas ya que están muy unidas con el mundo de los valores, las identidades y la estructura de la sociedad. Por tanto, son un marco donde se reproduce el orden social del sistema capitalista heteropatriarcal: jerarquías, relaciones de poder, división de roles,...

Si a esta situación le añadimos la euforia propia de las mismas, la convicción de que en fiestas "todo vale" y el detonante de un consumo no responsable de diferentes drogas, la consecuencia directa es que se producen todo tipo de agresiones sexistas. Estas agresiones pueden adoptar muchas formas e intensidades: insultos, comentarios sexistas, menosprecio, celos, control, acoso, tocamientos, golpes, palizas, violaciones, ase-

sinato,...

Las agresiones de menor intensidad como el acoso o los insultos sexistas se dan en cualquier lugar y momento de las fiestas. De alguna manera parece que actitudes que en un ambiente normal no podemos llevar a cabo (porque están mal vistas,...) en fiestas podemos adoptarlas libremente. Y algo más preocupante, muchas veces se utiliza el consumo de cualquier droga como excusa para justificarlas.

No estamos dispuestas a aguantar esta situación y por eso consideramos que es imprescindible hacer un análisis feminista del modelo festivo. Las fiestas populares deben ser un modelo referente a seguir en el camino hacia una sociedad más libre e igualitaria. Tienen que ser un espacio seguro y una fuente de disfrute para toda persona que quiera participar en ellas.

La violencia sexista es una vulneración constante de los Derechos Humanos, basada en la

desigualdad, la discriminación y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres. Tiene carácter estructural, ya que la padecemos las mujeres en todos los ámbitos de nuestras vidas. Como tal, su solución requiere de una verdadera transformación social. Un problema estructural requiere una solución radical y es responsabilidad de toda la sociedad acabar con la violencia contra las mujeres, implicándose en el trabajo de prevención para evitarla y haciendo frente a todas las agresiones que se den.

Por ello nuestro objetivo principal es conseguir la implicación de todas las personas para hacer una reflexión profunda sobre esta violencia en fiestas y trabajar conjuntamente para conseguir que las fiestas populares de Iruñea sean un espacio libre de agresiones sexistas. No vamos a permitir ninguna expresión sexista en los espacios festivos y si la hay, nuestra respuesta será activa, firme y contundente.

www.katakrak.net



katakrak
liburuak

San Fermin

Almuerzo del 6,
comidas
del 7 al 13

Reserva por
teléfono o en
katakrak.net

6ko amaiketako,
7tik 13ra
bazkariak

Erreserba
telefonoz edo
katakrak.net-en

c/ Mayor 54 K Nagusia - Pamplona-Iruñea 31001 - 948225520 - info@katakrak.net

algo se
cuece

Alubias blancas con codornices

Ingredientes:

250grs de alubias blancas
4 zanahorias
1 puerro
1 cebolla
3 codornices
1 vaso de vino blanco
Caldo de carne
(receta para 3 personas)



Se trata de un plato de temporada que podremos elaborar este verano sin mucha dificultad.

Cortamos todas las verduras en brunoise (es una forma de cortar las verduras en pequeños dados, de 5 a 6 mm de lado; este corte se utiliza tanto para preparaciones en las que el corte estará visible así como en salsas o rellenos) y en un cuenco apartamos la mitad.

CODORNICES: Rehogamos la otra mitad de verduras. Mientras tanto, limpiamos las codornices, las salpimentamos, salteamos y las doramos con poco aceite. Añadimos las codornices a la verdura, mojamos con vino blanco y el caldo de carne y estofamos. A continuación, sacamos las codornices de la salsa y las cortamos por la mitad.

ALUBIAS: Poner las alubias a fuego suave procurando que tarden en hervir, al comenzar el primer hervor las asustamos con agua fría tres veces y las desespumamos.

Después, añadimos a las alubias las verduras que teníamos cortadas en el otro cuenco y las dejamos cocer.

Finalmente, añadimos el fondo de cocción de las codornices a las alubias y las dejamos cocer durante 5 ó 10 minutos.

Una buena forma de presentar las alubias podría ser en cazuelas de barro con una codorniz estofada sobre ellas.

Barazkiak eta frutak
Rakel y Nieves

reparto a domicilio

Mercado Sto. Domingo, Puesto 80 - Telf.: 948 221 970
31001 - PAMPLONA/IRUÑA

CARNICERIA-CHARCUTERIA
HARATEGI-URDAITEGI **JAVIER**

txistorra, quesos, patés, embutidos y gran
surtido de carne: ternera, cerdo, cordero y aves

SAN ANTON 27 PAMPLONA-IRUÑA 948 222700

Visita arqueológica a los



Recorrido: 1,5km
Desnivel: 62 m
Dificultad: fácil
Duración: 30min

Cómo llegar

Tomamos la carretera N-121 dirección Tafalla, salimos cuando marque Artajona, y antes de llegar al pueblo, nos desviamos a la derecha, hacia el Cerco, y a unos pocos metros volvemos a girar a la derecha. Seguiremos esa pista durante 3,5km hasta llegar a un pequeño parking.

En este número de verano os propongo una excursión circular corta pero de gran valor arqueológico. Una visita a los dólmenes funerarios de Artajona; son dos de los mejores conservados en Navarra. Además, podremos visitar también el Cerco, es el más importante y mejor conservado recinto amurallado de la Edad Media en Navarra.

Una vez hallamos aparcado el coche, tomamos la pista de la derecha pasando al lado de un panel informativo en mal estado y dejando un pinar a la izquierda. Continuamos unos 300m hasta encontrar a la izquierda unos pequeños peldaños que nos harán

continuar la marcha por un atajo que nos conducirá al dolmen La Mina.

El camino sube ligeramente dirección a un molino de viento. Después de haber andado alrededor de 250m encontraremos la construcción mortuoria.



Ikuspuntu
 área de diseño gráfico aplicado

Igor Zabalza Gaztelu
 diseñador gráfico

Tel.: 646 787 312
 ikuspuntudg@gmail.com

Cartelería/Kartelak - Identidad corporativa/Identitate korporatiboa - Logotipos/Logotipoak - Revistas/Aldizkariak - Trípticos/Triptikoak

dólmenes de Artajona



Continuamos la marcha por la senda hasta encontrarnos con un cruce de tres caminos donde podremos ver una roca vertical como si se tratara de un menhir. Deberemos tomar la senda de la derecha. A unos pocos metros, después de haber subido una pequeña cuesta, saldremos a otra pista. En este caso deberemos girar a la izquierda y caminar cuesta abajo.

400m más adelante encontraremos el segundo dolmen: El Portillo de Eneriz. Y andando 40m más, habremos llegado al punto de partida.

CONTEXTO. A lo largo del IV milenio y la primera mitad del III a.C., las poblaciones neolíticas adoptaron la costumbre de enterrar colectivamente a sus muertos en sepulcros contruidos con grandes losas de piedra. Este fenómeno de la Edad de Piedra es prácticamente idéntico en todo el Occidente europeo.

RITUAL FUNERARIO. Los megalitos parecen haber sido contruidos como cámaras sepulcrales colectivas, destinadas a albergar los cadáveres de hombres, mujeres y niños conforme iban muriendo, sin distinción de jerarquías, sexo o edad. Como parte del ritual, también enterraban objetos funcionales u ornamentales.



ARTAXOAKO ZERKO HARRESIDUNA

Erdi aroko harresi barrutia da, Frantziako Tolosako Saint Zerningo kalonjeek XI.-XIII. mendeetan egindakoa. Garai bateko Nafarroako Erresumako garrantzitsuena da, hobekien gorde dena.

Aizinan 14 dorre izan zituen, baina orain soilik 9 gelditzen dira. Hala Nola zeuden 3 atarietatik 2 ere, San Migel eta Remaguakoa hain zuzen ere. San Saturninoko eliza-gotorlekua, XIII. mendekoa, bere hartan mantentzen da.; gaur egun monumentu historiko artistikoa da. Bere garaian funtsezko elementua izan zen defentsarako.

Mendeetan zehar, erregeak, jauntxoak eta elizgizonak aritu dira lehan lekua eskuratzeko; horregatik, sortutako borroka eta setioen ondorioz maiz eraiki behar izan dira berriz bertako dorre eta harresiak, batez ere, Karlos II.a Gaiztoaren erreinaldian zehar (XIV. mendea).



BASATI KIROLAK
Recoletas, 8 (Pz. de los Ajos)
Tfno.: y Fax: 948 212 345
31001 PAMPLONA-IRUÑA



c/ Curia,3 - Telf.: 948 22 51 71 - 31001 Pamplona

Miércoles 11 asteazkena

- 18:30h Charla: "Decrecimiento" a cargo de Itziar Bardaji Goikoetxea, participante del colectivo decrecentista Buscant Llavors, en Zabaldi (c/ Nabarrería, 25)
- 19:00h Exposición y charla-proyección: "El precio de la vida" en Katakarak (c/ Mayor 54)

Jueves 12 osteguna

- 19:00 Proyección: "Ciutat morta" en Katakarak (c/ Mayor 54)
- 19:30h Zine pobre: "Gasland" en Zabaldi (c/ Nabarrería, 25)
- 20:00 Taller sobre eyacuación femenina en el Txoko feminista (c/ Descalzos 72, bajo)

Viernes 13 ostirala

- 19:00 Presentación de libro: "Alfonso Sastre: ideiak eta klase borroka" en Katakarak (c/ Mayor 54)

Lunes 16 astelehena

- 20:00h Charla "UEU: Leyendo la poesía desde el feminismo" en Katakarak (c/ Mayor 54)

Martes 17 asteartea

- 20:00 ¿Qué coño es Queer? en Subeltz (c/ Curia 29, bajo)

Jueves 19 osteguna

- 19:30h Zine pobre: "Fascismo S.A." en Zabaldi (c/ Nabarrería, 25)
- 20:00 charla sobre la glándula Anarcha en el Txoko feminista (c/ Descalzos 72, bajo)

Viernes 20 ostirala

- 19:00 Grupo de lectura: "Ian McEwan: Hoben-ordaina" en Katakarak (c/ Mayor 54)

Sábado 21 larunbata

- 19:00h Concierto: "Lou To-pet" en Katakarak (c/ Mayor 54)
- 20:00 Charla sobre alianzas tullido transfeminista a través de la sexualidad y la postpornografía en el Txoko feminista (c/ Descalzos 72, bajo)

Martes 24 asteartea

- 20:00 Teatro del oprimido: "Todo por amor" en Subeltz (c/ Curia 29, bajo)

Jueves 26 osteguna

- 20:00 Túnel de los sentidos en el Txoko feminista (c/ Descalzos 72, bajo)

**ALEGRIA
TABERNA**

C/SAN AGUSTIN 22 - IRUÑA
948 222 036

Subeltz
gune antiautoritaria

"haciendo de los
libros un arma
revolucionaria"

Kuria, 29

UztailaJulio

Sábado 5 larunbata

- 19:30h concierto: "Marianitoz Blai" en la Herriko (c/ Carmen, 34)

Domingo 6 igandea

- 13:00h Brindis en la Herriko (c/ Carmen, 34)
- 15:00h Dj Elepunto en la Herriko (c/ Carmen, 34)
- 00:00h Dj Beñat Alberro en la Herriko (c/ Carmen, 34)

Lunes 7 astelehena

- 19:00h Electrotzaranga: "Motxaila Band" en la Herriko (c/ Carmen, 34)
- 00:00h Dj Elepunto en la Herriko (c/ Carmen, 34)
- 00:00h Orkesta gizona Arranon (c/ Redin, 2)

Martes 8 asteartea

- 19:00h Electrotzaranga: "Goitibera" en la Herriko (c/ Carmen, 34)
- 00:00h DJ Jo ta txo en la Herriko (c/ Carmen, 34)
- 00:00h Kontzertua: "Arkada sozial" Arranon (c/ Redin, 2)

Miércoles 9 asteazkena

- 19:00h Electrotzaranga: "3indarrok" en la Herriko (c/ Carmen, 34)
- 00:30h Concierto: "Las Tea party" en la Herriko (c/ Carmen, 34)
- 00:00h Kontzertua: "Lutziano" Arranon (c/ Redin, 2)

Jueves 10 osteguna

- 19:00h Electrotzaranga: "TTEK" en la Herriko (c/ Carmen, 34)

- 00:00h DJ Jo ta txo en la Herriko (c/ Carmen, 34)
- 00:00h Kontzertua: "Tximeleta" Arranon (c/ Redin, 2)
- 00:00h Bub steep gaua Arranon (c/ Redin, 2)

Viernes 11 ostirala

- 19:00h concierto: "Akodas Bozine" en la Herriko (c/ Carmen, 34)
- 00:00h DJ Bull en la Herriko (c/ Carmen, 34)

Sábado 12 larunbata

- 19:00h Electrotzaranga: "SKAndalue" en la Herriko (c/ Carmen, 34)
- 00:00h DJ Bull en la Herriko (c/ Carmen, 34)

Domingo 13 igandea

- 00:00h DJ Jo ta txo en la Herriko (c/ Carmen, 34)
- 00:00h Kontzertua Arranon (c/ Redin, 2)

Sábado 14 larunbata

- 00:00h Kontzertua: "F. Balentziaga" Arranon (c/ Redin, 2)

Centro de salud del Casco Viejo

Actividades de EPS que se realizan en el centro de salud del Casco Viejo con regularidad y cuya frecuencia depende de la demanda:

- Talleres para el control de la ansiedad
- Talleres sobre la espalda
- Talleres sobre conductas generadoras de salud (tabaquismo)

Atzo ta gaurko musika
música de ayer y hoy



duo de acordeones
Hauspo-K

Igor: 646 787 312 Noelia: 667 011 273

GARAZI



JAZZ
martes
a las 20:00h

ROCK
jueves y viernes
a las 20:00h

c/ Calderería, 36 - IRUÑA - 948 220 879

Experimentos para el verano

edad recomendada de 12 años

Materiales:

Agua y otros líquidos potables como por ejemplo zumos, un trozo de manguera y varios recipientes.

Objetivos:

Formular hipótesis y teorías sobre cómo suceden las cosas.

Realizar un acercamiento al método científico, los modelos.

Aprender sobre propiedades de la materia, los líquidos.

En esta ocasión traemos un experimento para desarrollar en los calurosos días del verano de Pamplona. Esta dinámica puede ser desarrollada en un parque con fuente, en la piscina o en río; incluso en la propia bañera de casa.

Planteamiento:

Empezaremos planteando una serie de preguntas ¿cómo lle-

ga el agua hasta nuestra casa? ¿por qué sale agua de una fuente? ¿Cómo hacemos para poder echar gasolina?

Escucharemos sus hipótesis y después les iremos orientándoles.

Para que entiendan cómo funcionan esos procesos les plantearemos el siguiente problema:

¿Cómo llevar el agua de una garrafa que está colocada sobre una silla a una que está en el suelo? Sin tocar las garrafas y solo ayudándonos de una manguera?, algo similar a la duda inicial.

Las sugerencias serán de lo más diversas, dejémosles que prueben y se mojen intentándolo.

La solución a este problema no es única:

1. Podemos sorber por la

manguera hasta llenarla de agua, tapar el agujero de arriba y así evitar que se salga por abajo mientras lo trasladamos hacia la otra garrafa.

- Podemos conectar las dos garrafas con la manguera, sorber por el extremo y esperar a que el agua fluya. (similar a lo que pasa en las situaciones anteriores).
- Podemos conectar las dos garrafas con la manguera, cubrir con la boca y las manos la salida de la que está llena y soplar hasta que el agua fluya continuamente de una de las garrafas a otra. (Al igual que la solución anterior, esta también explica los procesos que habrían la dinámica).

54 DORMITALERIA 54
espacio de creación de artistas/artisau en esparrua

HORARIO De lunes a sábado/Astelehenetik ostiralera
ORDUTEGIA 11:00-13:30 / 17:30-20:30



c/Dormitaleria, 54 · Telf.: 848 470 507 · dormitaleria54@gmail.com · 31001 Pamplona-Iruñea

eraso sexistarik ez!

• NO SEXUAL HARASSMENT • NON AUX AGRESSIONS SEXISTES

NO A LAS AGRESIONES SEXISTAS • NO SEXUAL HARASSMENT

Emakumeon kontrako indarkeriarekin amaitzea denon ardura da, edozein erasoren aurrean gure jarrerak aktiboa izan behar du.

Es responsabilidad de tod@s acabar con la violencia contra las mujeres, ante cualquier agresión nuestra actitud debe ser activa.

✓
GORA LIGOTEO SANO!!

Nahi ez duzuna inoiz ez egin

Zer edo zer egin nahi baduzu, saiatu baina bada-kizu, eskatu, entzun eta errespetatu

Eta ez ahaztu...gozatu!

✓
¡VIVA EL LIGOTEO SANO!

Nunca hagas lo que no quieras

Si quieres hacer algo intenta, pero ya sabes, pide, escucha y respeta

Y no te olvides...goza!!

✗
AKOSATZEA EZ DA LIGATZEA

Sobatzea ez da ligatzea

Jokoz kanpoko lizunkeriak erasoak dira

"Utzi" esaten denean uzteko da

Ezetz ezetz da

✗
ACOSAR NO ES LIGAR

Sobar no es ligar

Echar piropos no consentidos es una agresión

Cuando te dicen "déjame", es déjame

No es no



Eraso bat pairatu edota ikusi baduzu deitu edo idatzi

699 687 687

erasosexistarikez@gmail.com

Si has sido agredida o has visto una agresión, llama o escribe

699 687 687

erasosexistarikez@gmail.com

ETXERA
DENAK
ETXERA!

SANFERMINAK 2014

5 LARUNBATA

HERRIKO
19:30 MARIANITZ BLAI

6 IGANDEA

ARRANO
13:00 BRINDISA
HERRIKO
15:00 DJ ELEPUNTO
00:00 DJ BEÑAT ALBERRO

7 ASTELEHENA

ARRANO
00:00 ORKESTA GIZONA
HERRIKO
19:00 MOTXAILA BAND
ELEKTROTARANGA
00:00 DJ ELEPUNTO

8 ASTEARTEA

ARRANO
00:00 ARKADA SOZIAL
HERRIKO
19:00 GOITIBERA
ELEKTROTARANGA
00:00 DJ JO TA TXO

9 ASTEAZKENA

ARRANO
00:00 LUZIANO
HERRIKO
19:00 3INDARROK
ELEKTROTARANGA
00:30 LAS TEA PARTY

10 OSTEGUNA

ARRANO
00:00 TXIMELETA
02:00 DUB STEEP GAUA
HERRIKO
19:00 TTEK
ELEKTROTARANGA
00:00 DJ JO TA TXO

11 OSTIRALA

ARRANO
00:00 LUZIANO
HERRIKO
19:00 AKODAS BOZINE
ELEKTROTARANGA
00:00 DJ BULL

12 LARUNBATA

HERRIKO
19:00 SKANDALUE
ELEKTROTARANGA
00:00 DJ BULL

13 IGANDEA

ARRANO
00:00 KONTZERTUA
HERRIKO
00:00 DJ JO TA TXO

14 ASTELEHENA

ARRANO
00:00 F. BALENCIA

BAZKARIAK, AFARIAK, PINTXOAK, BOKATAK ETA JAI GIRO APARTA!!!

ERRESERBAK/RESERVAS SANFERMINAK BAINO LEHEN/ANTES DE SANFERMINES 948 222 828 SANFERMINETAN/EN SANFERMINES 948 220 597