

Ardui

**UDAL ARGIBIDEA-INFORMACIÓN MUNICIPAL /2-6/ TOKI- GARAPENA-DESARROLLO LOCAL /7/
BERDINTASUNA-IGUALDAD /8-9/ GIZARTE ZERBITZUAK-SERVICIOS SOCIALES /10-11/ EUSKARA /12-13/
KULTURA-CULTURA /14-16/ DEPORTES-KIROLAK /18-19/ GAZTEAK/HAURRAK-JÓVENES/NIÑOS/AS /20-21/
HEZKUNTZA-EDUCACIÓN /22-23/ OSASUN-SALUD /23/**





I Gala del Deporte

Zizur homenajea por primera vez a sus deportistas en la 1ª Gala del Deporte.

En esta primera edición, celebrada el 5 de junio en la Casa de Cultura, Zizur reconoció el esfuerzo y los logros de los y las deportistas, clubes y entidades, y premió a aquellos u aquellas que han destacado por su dedicación y esfuerzo en la última temporada. Los premiados fueron **Andoni Acebedo** (Mejor Deportista Masculino) y **Mariana Cerro** (Mejor Deportista Femenina); **Aimar Gómez** y **Sandra Dávila** (categoría Jóvenes Promesas); **Juan Cruz Izura** (Mejor Técnico Masculino) e **Iruñe Madariaga** (Mejor Técnica Femenina); los equipos senior masculino **Ardoi A de 2ª Nacional** y **Megacalzado Junior Ardoi (femenino)**. También fueron premiados la empresa **Iparla** (Mejor Empresa Patrocinadora), el **Club Natación Ardoi** (Premio Valores del Deporte), **Arturo Barriola** (Premio Ciudadano Deportivo) y **María Ángeles Urmeneta** (Reconocimiento a la Trayectoria Deportiva).

>> Kirolaren I. Gala

Lehen edizioa Zizurko Kultur Etxean egin da ekainaren 5ean eta, ekitaldiaren bidez, herriko kirola hartu nahi izan da aintzat, bai eta klub eta entitateen ahalegina eta lorpenak ere. Galan, halaber, azken denboraldian gogoz eta ahaleginez nabarmendutakoak saritu dira. Honatx sarituak: Andoni Acebedo, Mariana Cerro, Aimar Gómez, Sandra Dávila, Juan Cruz Izura, Iruñe Madariaga, 2. nazionalako Ardoi A eta Megacalzado Junior Ardoi (neskak) taldeak, Iparla enpresa, Igeriketa Kluba, Arturo Barriola eta María Ángeles Urmeneta.



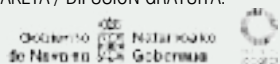
Zizur Nagusirako Informazio Aldizkaria. Zizur Nagusiko Udala
Revista de Información para Zizur Mayor. Ayuntamiento de Zizur Mayor

ARGITARATZAILEA / EDITA:

Zizur Nagusiko Udala / Ayuntamiento de Zizur Mayor /

ERREDAKZIOA, KOORDINAZIOA, DISEINUA, MAKETAZIOA ETA PUBLIZITATEA / REDACCIÓN, COORDINACIÓN, DISEÑO, MAQUETACIÓN Y PUBLICIDAD: HEDA-Comunicación. Tel: 948 13 67 66 (677 453 317, publicidad). ARGAZKIA / FOTOGRAFÍA: Jon Urriza, Ane Arguñariz **EUSKARAZKO ITZULPENAK / TRADUCCIONES A EUSKERA**: Kike Diez de Ulzurrun. **INPRIMAKETA / IMPRESIÓN**: Gráficas Alzate. Impreso en papel ecológico. **ALE KOPURUA / TIRADA**: 6.500 ejemplares. **L.G. / D.L.**: NA-0180/2005. DOAKO BANAKETA / DIFUSIÓN GRATUITA.

LAGUNTZAILEA / SUBVENCIÓN:



132

Ekaina
2025
Junio

IÑAKI AYERRA

CONCEJAL DE DEPORTES Y ACTIVIDAD FÍSICA

“La gente asocia Zizur al deporte, es nuestra marca”

¿Cuáles son los proyectos más importantes emprendidos en Zizur durante esta legislatura?

Nos presentamos con un programa bastante ambicioso y estoy muy satisfecho porque cerca del 80% ya está desarrollado. Destacamos tres proyectos como hitos importantes: hemos creado una zona de pump track en El Pinar, que está recibiendo muy buenas valoraciones; tenemos unas nuevas pistas de pádel en fase de licitación en Ardoi; y un gimnasio urbano al aire libre en la zona del parque Luis Ibero. Fomentar el deporte al aire libre era una de las cosas que queríamos hacer. También hemos abierto una nueva entrada a las piscinas, y las actividades de las instalaciones deportivas han ido aumentando en número de plazas. Además, hemos actualizado el convenio de colaboración con los clubes. Subvencionamos las escuelas infantiles de 7 a 17 años, que son responsabilidad municipal, y las delegamos a los clubes. Hasta los 7 tenemos actividades programadas, y a partir de ahí la mayor parte se delegan a los clubes.

¿Cuál es la situación del deporte en Zizur?

Si por algo se caracteriza Zizur, es por el deporte; la ciudadanía lo practica mucho. Somos 16.000 habitantes y 8.500 son abonados y abonadas a las instalaciones deportivas. Casi 2.500 vecinas y vecinos están apuntados al gimnasio y 2.900 hacen diferentes actividades. Los clubes deportivos mueven 1.900 deportistas. Respecto al deporte infantil, hay un pico entre los 7 y 17, pero a partir de los 18 sigue habiendo mucha práctica deportiva. Es un reto abarcar esta cantidad de gente y sus necesidades, pero creo que lo estamos cumpliendo. Siempre vamos ampliando, porque la gente asocia Zizur al deporte, es nuestra marca.

¿Qué iniciativas se trabajan de cara al futuro?

Este año hemos hecho por primera vez la Gala del Deporte, con la que estamos muy ilusionados. Queríamos visibilizar el deporte y a los y las deportistas que trabajan todos los días por mejorarlo. Todos sabemos que en Zizur la gente está haciendo las cosas bien por el deporte, se nota en el nivel que hay, y queremos agradecer a las personas que trabajan para esto. Ahora estamos trabajando en una nueva normativa para el uso de las instalaciones deportivas, ya que la actual data de 2006 y urgía una actualización. También tenemos otro proyecto que queremos desarrollar en esta segunda parte de la legislatura: la digitalización de las instalaciones con el uso de las nuevas tecnologías, para facilitar las gestiones del día a día (accesos con el móvil, inscripciones, entradas...). Creo que tenemos que hincarle el diente a eso. ■

Policía Municipal imparte educación vial con un parque nuevo

Zizur Mayor, haciendo una apuesta clara por una policía de cercanía, estrenó el pasado abril un nuevo parque de educación vial. La inversión ha supuesto un coste de 9.000 € y se han impartido jornadas formativas al alumnado del IP Erreniega y al Colegio Catalina de Foix. Desde el Ayuntamiento invitan a todos los centros educativos de Zizur a realizar esta formación con el cuerpo de policía municipal. Por su parte, continuará realizando inversiones para mejorar este servicio. Las jornadas han tenido una buena acogida tanto por parte del equipo docente como del alumnado de ambos centros.



>> Bide hezkuntza

Hurbiltasuneko poliziaren aldeko apustu garbia eginez, bide hezkuntza lantzeko parke berria dugu Zizurren, joan den apirilaz geroztik. Inbertsioak 9.000 euroko kostua eragin du, eta prestakuntza jardunaldiak antolatu dira Erreniega eta Catalina de Foix ikastetxe publikoetako ikasleentzat. ■

EXTINIRUÑA

SISTEMAS CONTRA INCENDIOS Y SEGURIDAD

- Alarmas
- CCTV - Cámaras de vigilancia
- CCAA - Control de Accesos
- Plan de emergencia - autoprotección
- Formación - Extinción de incendios
- Material contra incendios y seguridad



D.G.P. Nº 2364

Polígono Industrial Mutilva Baja, C/P - 14 Mutilva (Navarra) - Tel. 948 236 485 - info@extiniruna.com

Arridia, 18. 31180 ZIZUR-ARDOI
948 181554 • 627 461 262
mikarelectromecanica@gmail.com
www.mikarelectromecanica.es



¿TE GUSTARÍA FORMAR PARTE DEL CORO?

Si te gusta cantar y buscas un espacio para disfrutar de la música en buena compañía, la nueva agrupación coral te invita a que te unas a ella. Los ensayos se celebran los miércoles de 19:00 a 21:00 en el Anfiteatro de la Casa de Cultura. Se necesitan, principalmente, voces masculinas. Infórmate a través del correo electrónico corozizurmayor@gmail.com

El coro de Zizur Mayor presenta su nuevo logo

Tras presentar un concurso abierto de diseño de logotipo para crear una identidad visual que represente al grupo, el nuevo coro de Zizur Mayor presentó el 28 de mayo su logo salido de concurso. El diseño ganador recibirá un premio de 300 euros.

Mejoras en la convocatoria de subvención al alquiler joven “Zizurren bizi – Vive en Zizur”

Al igual que el año pasado, desde el área de Juventud del Ayuntamiento de Zizur se está trabajando en la convocatoria de subvención de ayuda al alquiler joven “Zizurren bizi – Vive en Zizur” 2025. En esta ocasión se pretenden introducir ciertos cambios que mejoren la accesibilidad de la ayuda como, por ejemplo, incluir las viviendas protegidas como subvencionables o añadir criterios de renta en los procesos de valoración. La información sobre plazos de solicitud, requisitos y bases se hará pública próximamente por los medios habituales del Ayuntamiento.

>> Hobekuntzak gazte alokairurako dirulaguntza deialdian

Aurtengo deialdian, hainbat aldaketa sartuko dira laguntzaren irisgarritasuna hobetzeko; adibidez, etxebizitza babestuek ere dirulaguntza jaso ahalko dute edota balorazio prozesuetan errenta irizpideak hartuko dira kontuan. ■

El Gaztetxe municipal expedirá el Carnet Joven Europeo

El Ayuntamiento suscribirá un convenio con el Instituto Navarro de Juventud para formar parte de la red de entidades colaboradoras en la emisión del Carnet Joven Europeo. Se estima que a partir de septiembre el Gaztetxe municipal expedirá el carné en formato digital. Podrán acceder a él aquellas personas con edades comprendidas entre los 14 y 30 años, ambos inclusive, para tener ventajas en actividades deportivas, culturales, formativas y de ocio.

>> Udal gaztetxeak Europako Gazte Txartela egingen du

Udalak hitzarmena sinatuko du Nafarroako Gazteria Institutuarekin, Europako Gazte Txartela egiten duten erakunde laguntzaileen sarean parte hartzeko. Aurreikusten denez, Udalaren Gaztetxeak irailetik aitzina egingen du txartela formatu digitalean. ■



Una nueva sala de estudios en las instalaciones deportivas

El pasado 7 de abril el Ayuntamiento inauguró una nueva sala de estudios con 90 plazas con el objetivo de ofrecer un espacio adecuado para el estudio. Ubicada en la 1ª planta de las instalaciones deportivas, abre de 09:00 a 21:00 y está equipada con mesas que incluyen enchufes para dispositivos electrónicos y ofrece Wi-Fi gratuita. Responde a la creciente demanda de lugares para estudiar en el municipio.

>> **IKASKETA GELA BAT KIROL INSTALAZIOETAN. Ikasketa gelak 90 leku ditu eta 1. solairuan dago. 09:00etatik 21:00etara dago zabalik. ■**



Arranca el proceso de construcción de la nueva escuela infantil

La futura Escuela Infantil Sarastigorri Haur Eskola se ubicará en el Parque Luis Ibero (Ardoi). Estará lista para el inicio del curso 2026-2027. Ofertará 72 plazas repartidas en líneas tanto en castellano como en euskera.

El Ayuntamiento licitará en breve las obras para la construcción de esta nueva dotación, que ocupará una superficie de 1.100 m² con acceso peatonal desde el parque Luis Ibero. Contará con espacios adaptables, zonas verdes, comedor, sala polivalente y luz natural en todas las aulas. También con una plaza interior cubierta de casi 300 m², que conectará con todos los espacios del centro. Todas las aulas tendrán, además de acceso directo a este patio cubierto, salida a zona verde. El estudio Orbaiceta Aldaba Arquitectos + Larraz Arquitectos ha sido el encargado de la redacción del proyecto.

El presupuesto de licitación de las obras de construcción asciende a 3.072.355,54 € más IVA.

>> Haur eskola berria Ardoin

Sarastigorri Haur Eskola Luis Ibero parkean eraikiko da, Ardoi auzoberrian. 2026-2027 ikasturterako egonen da prest eta 72 ikaspostu eskainiko ditu euskarazko eta gaztelaniazko lerroen artean. ■



>> Adinekoen Zentroa, berriz ere zabalik

Sakon birmoldatu eta gero, berriz ere zabalik da Erretiratuen Zentroa. Aurrekoaren aldean, 250 metro karratu gehiago ditu; beraz, aunitzez ere handiagoa da. Jantokia eta taberna zentro soziosanitarioko berberak dira.

Reabierto el Centro de Personas Mayores tras una profunda remodelación

Tras su inauguración, el 13 de junio, el renovado Centro de personas mayores abrió sus puertas al público el lunes 16 de junio. Está situado junto al centro sociosanitario y gracias a la profunda reforma realizada, el local ha

ganado más de 250 metros cuadrados con respecto al anterior espacio. En total, 750 m² distribuidos en dos plantas. En la planta baja hay un salón social y una sala para cursos, que pueden unirse para eventos

especiales; peluquería y servicio de podología. En la primera planta hay dos salas de uso polivalente, un aula de informática y una sala de actividades. Comparte comedor y bar con el Centro Sociosanitario. ■



Zizur Mayor se suma a la lucha contra el Plumero de la Pampa

El 22 de mayo, coincidiendo con el Día Internacional de la Diversidad Biológica, Zizur acogió una intervención simbólica en la balsa de Ardoi para arrancar el Plumero de la Pampa (*Cortaderia selloana*), una de las especies invasoras más peligrosas del planeta.

La artista y arquitecta **Monika Aranda**, reconocida por su trabajo en la fusión del arte y la política medioambiental, ha impulsado la medida mediante su proyecto artístico y de sensibilización *Exotic*, que une la acción ecológica y la expresión artística. Ahora, el Departamento de Medio Ambiente del Gobierno de Navarra recoge el testigo, dando inicio a un plan de erradicación para el que Zizur ha sido una prueba piloto. Esta intervención abre también una campaña de sensibilización pública, en la que el arte de Aranda y la política medioambiental del Gobierno de Navarra unen fuerzas para concienciar y alertar también a otras comunidades autónomas antes de que la planta se convierta en un problema, ya que genera múltiples problemas sanitarios, económicos, sociales y ecológicos.



>> **ZIZUR, PANPA-LEZKA EZABATZEKO EKIMENARI ATXIKI ZAION LEHEN UDALA. Zizur Nagusia Nafarroako lehen udalerría izan da lurraldea zaintzeko akordioa sinatzen Nafarroako Gobernuarekin, panpa-lezka izeneko landarea atzematen eta ezabaten laguntzeko, bai eta prebentzio lana egiten eta herritarrak kontzientziatzen laguntzeko ere.**

Con *Exotic*, Aranda ha convertido la lucha contra el Plumero de la Pampa en una intervención artística de alto impacto social, que busca poner el foco en el avance de esta planta invasora en Navarra y generar una reflexión colectiva. En su línea de trabajo de los últimos años, Aranda ha explorado la relación entre arte, naturaleza y política medioambiental, ya que “todo acto del ser humano debe estar atravesado por la preocupación por el medio ambiente, y esto incluye también a la práctica artística”.

Por ello ha creado *Exotic*, una investigación presentada en el Museo de Navarra y desarrollada durante residencias artísticas en el Centro de Arte Contemporáneo de Huarte y el Festival Arbola. En él, Aranda utilizó tanto Plumero natural como artificial para crear una obra visual que denuncia y resignifica esta planta invasora. Y ahora, la muestra recorrerá distintas localidades de Navarra, acompañada de intervenciones directas para la eliminación del Plumero de la Pampa.

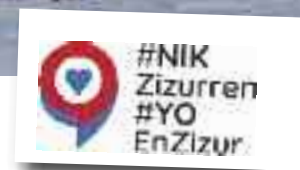
Zizur, primer municipio adherido al proyecto

Zizur Mayor ha sido el primer municipio de Navarra en firmar un acuerdo de custodia del territorio con el Gobierno de Navarra para colaborar activamente en la detección y erradicación de esta planta, así como en la prevención y concienciación ciudadana. Desde el Ayuntamiento se han lanzado unas directrices a seguir con el Plumero de la Pampa:

- No la plantes ni la compres.
- Si ya la tienes en tu jardín, te recomendamos retirarla (importante retirar las raíces).
- Si la detectas en zonas públicas, avisa al Ayuntamiento o al Gobierno de Navarra.
- Puedes consultar la web www.stopcortaderia.org para saber cómo identificarla y eliminarla correctamente. ■



Éxito de la feria local Parkea



Numerosas personas se dieron cita el pasado 24 de mayo en la segunda edición de la feria local Parkea, una iniciativa impulsada por el Ayuntamiento junto a la asociación **Vivir Zizur Bizi**. Un total de 20 comercios, en su mayoría liderados por mujeres, salió a la calle para visibilizar sus negocios y trabajo artesanal con el objetivo de dinamizar el municipio. La feria se celebró en el parque Erreniega y, además de los puestos, hubo talleres gratuitos de yoga, dibujo y pintura para todas las edades, una sesión de adiestra-

miento canino y una cata de vinos. La música corrió a cargo de la DJ Kbles, que ofreció una sesión en directo desde el propio parque. Como broche final, la asociación Vivir Zizur Bizi organizó un sorteo de una cesta con productos donados por los comercios participantes, abierta a todas las personas asistentes. Con esta segunda edición, Parkea se consolida como una cita anual que va más allá de la venta directa: una propuesta de comunidad, de encuentro y de apoyo mutuo para hacer barrio.

>> II. Feria Parkea

Udalak eta Vivir Zizur Bizi elkarteak bultzaturik, Feria Parkea egin zen bigarrenaz joan den maiatzaren 24an Erreniega parkean, gure herriko merkataritza bultzatzeko. Guztira, 20 saltoki atera ziren plazara –gehienak emakumeek gidaturik– beren lana ikusarazteko. Gainera, yoga, marrazki eta pintura tailer doakoak egin ziren adin guztietarako, bai eta txakurrak hezteko saio bat eta ardo dastaketa ere. Musika, DJ Kbles-en eskutik. Vivir Zizur Bizi elkarteak, gainera, saski bat zozketatu zuen, denda parte-hartzaileek emandako produktuak banatzeko. ■



PROYECCION DE CORTOS ZINEGOAK

El día 12 de junio se celebró una proyección del Festival Internacional de Cine y Artes Escénicas LGBTIQ+ de Bilbao, que trajo a Zizur una sesión de seis cortos. Los filmes que pudieron verse fueron "¿Dónde estás?", de María Moreno; "Burning inside", de Enock Carvalho y Matheus Farias; "Azkena", de Ana Inés Landeta y Lorea Lyons; "Arrecife", de Angel Morales; "Three", de Amie Song; y "Judoka", de Ander Iriarte.

La proyección, gratuita y abierta a todo el público, tuvo lugar en la Casa de Cultura y posteriormente se llevó a cabo un coloquio con la directora María Moreno.

>> **ZINEGOAK JAIALDIKO FILM LABURRAK IKUSGAI.** Bilboko LGBTIQ+ Nazioarteko Zinema eta Arte Eszenikoen Jaialdian emandako sei film labur ekarri ziren Zizurko Kultur Etxera ekainaren 12an eta, ondoren, solasaldia egin zen María Moreno zuzendariarekin.



FIESTA CON MARIKAROA

El día 14 de junio, para conmemorar el Orgullo se celebró en la plaza de la Casa de Cultura una fiesta a modo de pequeño festival con actividades muy variadas. Por la mañana hubo un mercadillo de comercios *Marikakides* de Zizur, un espectáculo de Pole Dance de la mano de Drag King Faraonix y un concierto de Irainak. A las 13:00 se lanzó el txupinazo y a las 14:30 tuvo lugar la comida popular. Por la tarde hubo un bingo musical, las Bollolimpiadas, Marikarro con Ermitabike y, para terminar, el DJ Adarrak amenizó con su música la noche desde el quiosco de Santacruz.

Desde el colectivo animan a toda la población de Zizur a acudir a la manifestación del 28 de junio que se llevará a cabo en Pamplona, con el objetivo de "ocupar mucho sitio y hacer mucho ruido".

>> **MANIFESTAZIOA IRUNEAN.** Taldeak dei egin die herritarrei ekainaren 28ko manifestaziora joan daitezen Iruñera, "leku handia hartzeko eta zarata handia egiteko".

Zizur celebra el Orgullo

A lo largo del mes de junio el Ayuntamiento ha organizado varias actividades en colaboración con el colectivo Marikaroa para celebrar el Día Internacional del Orgullo LGBTIQ+.



>> **Zizur, Harrotasun egunarekin bat**

Udalak hainbat jarduera antolatu ditu ekainean zehar, Marikaroa taldearekin elkarlanean, LGBTIQ+ Harrotasunaren Nazioarteko Eguna ospatzeko. Hilaren 12an, adibidez, sei film labur eman ziren, seiak ere Bilboko LGBTIQ+ Nazioarteko Zinema eta Arte Eszenikoen Jaialdian aurkeztuak. Hilaren 14an, Marikaroa taldeak antolaturik, jai bat egin zen Kultur Etxeko plazan harrotasuna ospatzeko. Hura jaialdi txiki bat izan zen eta hainbat emanaldi eskaini ziren. ■

AXA
SEGUROS
En AXA Seguros tenemos una oficina muy cerca de usted

Automóviles • Hogar
Jubilación • Vida • Accidentes
Comercios...

Istizu Agencia de seguros
María Basarte • Carlos Armentariz
C/ Ereniega, 13 bajo • Zizur Mayor
Tel. 948 18 85 82
istizuseguros@agencia.axa.es

¡Ven y descubre por qué somos el taller de confianza de muchos conductores!

HORARIO:
Lun-Jue: 8:00 a 17:00 horas
Vie: 8:00 a 14:30 horas

HERGOYEN

¡Solicita tu revisión periódica solo en JUNIO, con un 25% de descuento en descarbonización de motor.

948 18 22 52
608 753 444

C.Sta. Cruz de Ardoi, 7, Bajo,
Zizur Mayor

FOTO ULAZIA
fotoulazia@hotmail.com

- Fotos de carnet instantáneas
- Retoque de fotos antiguas
- Pasamos cintas de video a DVD y USB
- Regalos personalizados
- Álbumes digitales

Santa Cruz, 43
Urbanización Zizur
T. 948 18 33 01 Zizur Mayor

Nuevo protocolo contra las agresiones machistas en fiestas

Desde el Servicio de Igualdad del Ayuntamiento se está llevando a cabo un proceso de revisión del protocolo contra las agresiones machistas que se aplica en las fiestas, con el objetivo de crear un documento nuevo y mejorado que se difundirá a partir de septiembre. Se está realizando un proceso participativo con los diferentes colectivos y los grupos feministas para propo-

ner mejoras. Para ello, se ha enviado un cuestionario a los diferentes agentes que participan en las fiestas (hostelería, comité de fiestas, comité de txoznas, comparsa) con el fin de que realicen sus aportaciones y, con ellas, llevar a cabo la revisión. Se prevé que el proyecto esté terminado para finales de junio y se pueda aplicar de cara a las fiestas de este año.



Campamentos urbanos de verano

El 23 de junio comenzará la primera tanda semanal de campamentos urbanos, dirigidos a niñas y niños de primero de Infantil a sexto de Primaria. La actividad se desarrollará en la ludoteca municipal, situada en el polideportivo, de 9:00 a 14:00 con entrada flexible desde las 7:30, salida flexible hasta las 14:30 (sin comedor) y servicio de comedor hasta las 15:30 (única salida) a lo largo de 11 semanas.

Concluido el plazo de inscripción ordinario, pueden consultarse las plazas libres en el Servicio de Igualdad (948 18 18 96).

>> Udako hiri kanpaldiak

Hiri kanpaldien lehen txanda ekainaren 23an hasiko da. Astebeteko txandak izanen dira Haur Hezkuntzako lehen mailatik Lehen Hezkuntzako seigarren mailara bitarteko haurrentzat. Kanpaldiak udal ludotekan eginen dira (kiroldegian kokatua), 9:00etatik 14:00etara. Sarrera malgua izanen du 7:30etik aitzina eta, irteera malgua, 14:30era arte (jantokirik gabe); jantoki zerbitzua, berriz, 15:30era arte, 11 astetan zehar. Izena emateko epe arrunta bukatu denez, Berdintasun Zerbitzuan galdetu behar da lekurik gelditzen ote den (948 18 18 96). ■



>> Jaietako sexu erasoen aurkako protokolo berria

Udaleko Berdintasun Zerbitzua festetako eraso matxisten aurkako protokoloa berrikusteko prozesuan ari da, protokolo berri eta hobea sortzeko, irailetik aurrera aplikatze aldera. Prozesu irekia da bai kolektiboendako, bai talde feministendako, hobekuntzak proposa ditzaten. Horretarako, galdetegi bat bidali zaie jaietan diharduten eragileei (ostalaritza, jai batzordea, txosna batzordea, konpartsa), bakoitzak bere ekarpenak proposa ditzan eta, haien bidez, berrikuspena egiteko. Aurreikuspenen arabera, proiektua ekain bukaeran gauzatuko da eta espero da aurtengo jaietan aplikatzeko aukera izatea. ■

aluminios pamplona

Ventanas de aluminio y PVC
Tripe acristalamiento con Gas Argón

**AYUDA 40%
CAMBIO DE VENTANAS**

FINANCIACIÓN A INTERÉS 0%

☎ 948 312 233 📞 630 588 765

Pol. Talluntxe II, C/B - Nave 61, Noáin • www.aluminiospamplona.com

Clínica veterinaria Zizur

SERVICIOS ESPECIALIZADOS

- Otoendoscopia
- Anestesia inhalatoria
- Monitorización multiparamétrica
- Dermatología
- Cirugía de tejidos blandos
- Problemas de conducta
- Peluquería canina y felina

Radiología digital



Erreniega, 22 • Tfños 948 18 35 22 / 629 04 89 59 • 31180 Zizur Mayor



Zizur homenaja a María Eugenia Labiano

Tras más de dos décadas al frente de la Escuela Infantil Paquita Ansa, la comunidad educativa del centro y antiguo alumnado rindieron un homenaje a María Eugenia Labiano. “Fue una sorpresa fantástica –como recuerda la protagonista-, ya que formaron un gran ramo con flores aportadas por chicos y chicas de todas las promociones de la Escuela desde 2002”.

La despedida fue el broche a una carrera enteramente vocacional. María Eugenia se formó en Pedagogía, Arte Dramático y Magisterio y, después de una etapa dedicada a promover la comunicación y la expresión artística en el ámbito escolar, asumió el reto de poner en marcha la Escuela Infantil Municipal de Zizur Mayor. “He tenido la suerte de tener un equipo con vocación y experiencia a mi lado. Les estoy muy agradecida, como también lo estoy a la empresa que confió en mí, a las técnicas y técnicos municipales y al pueblo de Zizur. Han sido años en los que he disfrutado trabajando mucho con los niños y niñas más pequeñas. El ciclo 0-3 es una etapa muy gratificante”.

Durante estos años, María Eugenia y su equipo han afrontado también dificultades: “Siempre intentas atender al alumnado en las mejores condiciones y a veces te das cuentas de que no llegas. Hemos conseguido

el apoyo para cada sector, pero es preciso bajar la ratio. De la misma forma, es necesario seguir trabajando para que se valore la labor de los centros de 0-3 años y sus profesionales, puesto que es la etapa educativa con menor reconocimiento”. A pesar de ello, María Eugenia se marcha tranquila porque deja la Escuela en manos de un equipo profesional que seguirá haciendo evolucionar el centro y trabajando por ofrecer una educación y atención de calidad. En su nuevo camino, sigue ligada a la educación, ya que ha comenzado a dar clase de castellano a jóvenes africanas que necesitan apoyo. ¡Buena suerte en tu nueva etapa!

>> Omenaldia María Eugenia Labianori

Paquita Ansa Haur Eskolak, ikastetxeko hezkuntza komunitateak eta ikasle ohiek omenaldia egin diote bi hamarkadatik gora zuzendari izan duten pertsonari. ■



PREMATRÍCULAS EN LA OFICINA DEL CENTRO DE PERSONAS MAYORES O EN EL 722 40 60 22

CENTRO DE PERSONAS MAYORES

Abierta la inscripción para las actividades del curso 2025-2026

Además de empezar a hacer uso de las renovadas instalaciones del Centro de personas mayores, las personas jubiladas de la localidad ya pueden ir pensando en las actividades que quieren hacer el curso que viene. Desde el 2 de junio pueden inscribirse en los talleres 2025-2026 que se desarrollarán entre octubre y mayo. La oferta es muy variada, desde actividades deportivas (yoga, espalda sana, sevillanas, movimientos y relajación, zumba o taichi) o cursos culturales (inglés, guitarra o historia del arte), hasta talleres de informática (uso del teléfono móvil, competencias digitales básicas) o talleres de cocina para hombres o taller de cerámica. Actividades del último trimestre

La Comida del día del Socio (5 de mayo) contó con 170 comensales. Previamente, la Casa de Cultura acogió una exposición de arcilla polimérica y otra de robótica, así como exhibiciones de Tai-Chi, guitarra, sevillanas y teatro.

Entre abril y mayo, visitaron El Sadar, la finca Peru Harri de Iñaki Perurena, Las Cuevas de Mendukilo, el Museo Santxotena y el Parlamento de Navarra. Ya de cara al verano, el 25 de junio visitarán la estación de Canfranc y realizarán salidas a playas. ■

Visita al Servicio Navarro de Empleo

El miércoles 28 de mayo, las personas participantes del Proyecto de Empleo Social Protegido de Zizur Mayor y Barañáin participaron en una jornada de Orientación en las instalaciones del Servicio Navarro de Empleo en el Centro

Iturrondo. Técnicas del Servicio Navarro de Empleo les mostraron los recursos del servicio y atendieron a las demandas de los participantes de manera individualizada, de acuerdo a cada itinerario de inserción formativo y laboral.

>> Bisita Nafarroako Enplegu Zerbitzura

Zizur Nagusiko eta Barañaingo Gizarte Enplegu Babestuko proiektuan ari direnak Nafarroako Enplegu Zerbitzua ikustera joan ziren maiatzaren 28an. Iturrondo zentroan dago eta, bertan, orientabidea jaso zuten. ■

Curso de limpieza de interiores y espacios sociosanitarios

Nueve personas derivadas del Programa de Incorporación Social participaron los días 28, 29 y 30 de abril en el curso de limpieza de interiores y espacios sociosanitarios impartido por Limpiezas Ziur en las instalaciones municipales. ■

Taller para aplicar las TIC a la búsqueda activa de empleo

Siete personas asistieron al taller de Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) aplicadas de la búsqueda activa de empleo impartido en el Gaztetxe Municipal los días 20, 21, 22 y 30 de mayo con la colaboración del Equipo de Inserción Socio Laboral. En el taller se enseñaba a utilizar herramientas digitales, como redes sociales, plataformas de búsqueda de empleo y otros recursos en línea, para encontrar oportunidades laborales. ■

El 1 de agosto se abrirá el plazo para la solicitud de ayudas escolares

El Ayuntamiento, a través del Programa de Infancia y Familia, pone a disposición de las familias tres líneas de ayuda económica para acompañar el curso: la ayuda para material escolar, las becas de comedor y la ayuda para el transporte escolar. El plazo de solicitud comenzará el 1 de agosto y finalizará el 30 de septiembre de este año. Será necesaria cita previa con las profesionales del programa de infancia y familia, y, antes de la cita, se informará de la

documentación obligatoria. Además de la documentación general, en el caso de la ayuda de **material escolar**, será necesario presentar un presupuesto o factura del material facilitado por el colegio; para la **beca de comedor**, habrá que aportar la vida laboral de todas las personas adultas en edad laboral de la unidad familiar; y para la ayuda de **transporte escolar**, que se concede por trimestres, se debe presentar el justificante de pago de la fianza de reserva de plaza para

solicitar el primer trimestre y los recibos abonados del trimestre anterior en los trimestres siguientes. Pueden optar a la ayuda de **transporte escolar** las personas menores escolarizadas fuera del municipio o que requieren desplazamiento diario siempre que los ingresos familiares no sean superiores a 1,5 veces la renta garantizada. La solicitud de ayuda no garantiza la plaza en el transporte. Esta debe gestionarse con la apyma del centro escolar.

>> Eskola laguntzak

Abuztuaren 1ean eskola laguntzak eskatzeko epea irekiko da. Izan ere, Udalak, Haurrak eta Familia programaren bidez, hiru laguntza lerro jarri ditu Zizurko familien eskura ikasturtea hasteko eta garatzeko: eskola materiala erosteko laguntza, jantoki beak eta eskola garraiorako laguntza, hain zuzen ere. ■





11 egun, 11 proposamen eta euskaraz bizitzeko erronka

Maiatzaren 15etik 25era, ekitaldiz betetako agenda aurkeztu zuen Zizurko Udalak Euskaraldia ospatzeko asmoarekin. Hasiera ekitaldiaz aparte, film laburren proiektzioa, antzezlanak, eskubaloi partidua bertso-speakerrarekin, hainbat tailer (joaldunak, itzal-txotxongiloak, txapak, hika), irakurraldi bat, bisita gidatua, liburuen aurkezpena eta solasaldia, eta zunba herrikoia izan zituzten herritarrek eskura, beti ere euskararen erabilera sustatu eta ospatzeko. Gainera, etxean egiteko ekimenak ere zabaldu dira, bakoitzak bere aldetik euskara lantzeko. Euskaraldiaren girotze furgoneta ere bertan egon zen.

Programatutako ekitaldi guztietan, osotara, 1.000 lagun pasak parte hartu zuten, gehien bat familia tailerretan, herri argazkian, "Ninini" antzezlanean eta bertso-speakerra kirol jardueran.



>> 11 días, 11 propuestas y el reto de vivir en euskera

Del 15 al 25 de mayo Zizur celebró el Euskaraldia con actividades muy variadas: proyecciones, teatro, talleres, lecturas, visitas guiadas, presentación de libros y zumba popular. ■



Zizurko 11 lagunek aurpegia ematen dute euskaragatik

Euskaraldiari begira eta bideo baten bitartez, Zizurko 11 bizilagunek euskararekin duten harremana aztertu eta kontatu zuten, bere esperientzia eta egoera pertsonala aurkeztuz. Zizurren euskararen aldeko joera eta gogoia dagoela erakutsiz, Euskaraldian parte hartuzera bultzatu zuten haien hitzekin, erronkak proposatuz eta euskararen erabileraren inguruan gogoeta eginez. Zizurren gaztelania hizkuntza nagusia izan arren, euskararen presentzia areagotzea, hizkuntza honen aldeko hautua egitea eta bizitza euskaraz egitea errealitate bihurtzea dute xede Zizurko 11koek.

>> 11 zizurtarras dan la cara por el euskera

En el marco del Euskaraldia y mediante un vídeo, 11 vecinos y vecinas de Zizur contaron la relación que tienen con el euskera. ■



Zizurren Euskaraz

Para mediados de junio, el Ayuntamiento de Zizur ha programado varias actividades culturales y sociales en euskera en varios espacios públicos de la localidad: teatro, danza y música, un cuentacuentos musical y, por supuesto, las hogueras de San Juan.

El ciclo comenzó el **17 de junio** con el espectáculo "Ipurbeltz", de Producciones Amezta, en la Plaza de la Casa de Cultura.

El **19 de junio**, jueves, se pudo disfrutar en el mismo el espectáculo "Lagunekin Topa" en la Plaza de la Casa de Cultura, una fiesta de teatro, danza y música impregnada del humor clásico de los payasos de la mano de la compañía Potx eta Lotx.

El **día 20**, viernes, la charca de Ardoi será el escenario de un momento mágico para niños y niñas porque Ameli eta Xirrikituén Jostunek relatarán para ellos y ellas el cuento musical "San Joan su txikia". Si se dejan llevar, soñarán despiertos gracias a la magia, la emoción, las historias y la música alrededor de las hogueras de San Juan.

Y, para terminar, el **23 de junio**, lunes, la población zizurtarra celebrará, como cada año, el solsticio de vera-



no y las hogueras de San Juan en Ardoi. De 21:00 a 23:30 acompañarán y animarán con su música los txistularis de Ilunabarra, Trikitilariak, Gaiteros de Zizur y la txaranga Delirium. A las 22:00 se hará el prendido de la gran hoguera, acompañado por el desfile de Joaldunak por la zona.

Una noche que invita a la alegría y el buen ambiente. Un saludo festivo de bienvenida al verano.

>> San Joan suak

Urtero bezala, ekainaren 23an (aurten, astelehena), zizurtarrek udaburua edo udako solstizioa ospatuko dute Ardoin eta jauzi eginen dute San Joan suen gainetik. 21:00etatik 23:30era, Ilunabarra taldeko txistulariak, Zizurko gaiteroak eta Delirium txaranga bazterrak giroten ibiliko dira. 22:00etan, berriz, su handia piztuko da, joaldunek inguruan joareak astintzen dituzten bitartean. ■



>> El euskera rompe récords

En los últimos seis meses, el anfiteatro ha roto tres veces consecutivas el récord de asistencia a espectáculos teatrales en euskera para público adulto, con las obras "Artea" (127 personas), "Miñan" (149) y "Ninini" (210), una demostración de que el éxito es también posible cuando se programa en euskera para público adulto.

Zizurko antzokiak aforo errekorra apurtu du aurten

2025. urtearen hasieratik, Zizurko antzokiak bost emanaldi eskaini ditu publiko helduarentzat, eta bat 2024ko abenduan. Sei jarduera horietan, hiru aldiz apurtu da bertaratze-errekorra, kasu guztietan antzezlanak izanik emanaldiak. Azken hilabeteetan jasotako datuek erakusten dute badela publiko heldua antzokian euskaraz disfrutatze prest. Begi-bistakoa da aurreko urteekin alderatuta gero eta jende gehiago joaten ari dela antzokira, 2022tik hona. Urtarrilaren 18an, Txalo Producciones-en "Artea" lanak 127 pertsona bildu zituen, eta hori lehenengo errekorra izan zen. Bigarrena, berriz, Artedramaren "Miñan" izan zen martxoaren 14an, 149 lagun bertaratu baitziren, berriz ere aurreko kopurua gaindituta. Hirugarren errekorra Antton Telleriaren "Ninini" emanaldia izan zen, 210 lagun bildu baitziren maiatzaren 16an, Kultur Etxeko antzokiak 250 jarleku izanik. ■

Kulturak ez du etenik udan, Zizur Nagusian

Udan karrika izaten da ardatz, eta horixe proposatu du bere eskaintzan Zizur Nagusiko Kultura Zerbitzuak udaldirako: zirkua, antzerkia, dantza, musika eta haur tailer bat emanen baitira. Beraz, era askotako ekitaldiak programazio oparoan.

INFO +
EN EL PROGRAMA
DE CULTURA
Y EN /
KULTUR PROGRAMAN
ETA
www.zizurmayorcultura.es

La Cultura no para en verano en Zizur Mayor

El verano pide calle, y es lo que propone en su oferta el Servicio de Cultura de Zizur Mayor para los meses estivales: circo, teatro, danza, música y un taller infantil completan una nutrida y variada programación.



Martes, 12 de agosto, 20:00, plaza de la Casa de Cultura ZIRKUA / CIRCO "Lullaby", Proyecto Kavauri

Un dúo de acróbatas, madre y padre primerizos, nos presentan un show de acrobacias, saltos frenéticos y agarres de último momento. Pero hoy el bebé no se lo está poniendo fácil y se ven obligados a incorporarlo al número. Su más difícil todavía, la conciliación.



Martes, 19 de agosto, 20:00, plaza de la Casa de Cultura DANTZA / DANZA "3 historias de dos", iXa

Tres piezas cortas de danza contemporánea en formato de dúo: "Aitzindariak/Pioneras" nos habla de referentes tóxicos de lo femenino; "Barruranzko begiradak/Ollos cara adentro", de soñar como artistas surrealistas de principios del siglo XX; y "CON/SIN/IN-TACTO", de la relación afectiva de dos personas.



Viernes, 22 de agosto, 20:00, plaza de los Olmos MUSIKA / MÚSICA KBLESS



Martes, 26 de agosto, 20:00, plaza Santa Cruz KALE ANTZERKIA / TEATRO DE CALLE "Kinki games", Amico On The Beach

Ion Amico y Txori Amico siguen a su *rollico*. Al ritmo de la música, estos dos atletas de la compraventa llegan a Zizur Mayor para compartir con nosotros su catálogo de cachivaches, emoticonos y un variado repertorio de pruebas deportivas.



Viernes, 29 de agosto, 20:00, plaza de la Casa de Cultura MUSIKA / MÚSICA LILO

Grupo nacido en la comarca de Pamplona en 2020 que combina el pop, el rock y el indie. La mayoría de las letras de las canciones son en euskera y de temática diversa. Con ellos podemos adentrarnos en un ambiente intimista y distendido o bailar con ritmos más movidos.



Jueves, 4 de septiembre, 18:30, plaza de la Casa de Cultura HAURRENTZAKO DANTZALDIA / BAILE INFANTIL "Ameztu antzerkia", DJ Kaktus

Una hora de bailes, juegos, coreografías y humor. Baile de canciones en euskera. ¡Escuchemos y bailemos con la música de nuestros ríos, el ritmo de nuestras piedras, las coreografías de nuestros puentes! ¡Son increíbles! ¡A bailar!



Viernes, 5 de septiembre, 20:00, plaza de la Mujer MUSIKA / MÚSICA Goxua'n Salsa

Grupo salsero de Pamplona compuesto por músicos navarros, colombianos y cubanos. Se alimenta de la salsa tradicional de los años 70-80, en formato de gran orquesta, pero también con una gran influencia de la cultura vasca.



Martes, 9 de septiembre, Casa de Cultura KILIKIEN TAILERRA / TALLER DE KILIKIS 15:30-17:30 en euskera /18:00-20:00 en castellano

Taller familiar de creación de kilikis o cabezudos. Para niñas y niños de 5 a 9 años, con una persona adulta. Con inscripción previa. Plazas limitadas.



Vuelve la BibliopisZina

Este verano la biblioteca de Zizur se traslada, por cuarto año consecutivo, a la piscina para que la ciudadanía de todas las edades pueda seguir disfrutando del placer de leer. Durante julio y agosto, se podrá hacer uso de la BibliopisZina sin necesidad de disponer de carné de biblioteca. Basta con coger un libro y devolverlo una vez leído para que otras personas puedan disfrutarlo también.

>> **ITZULI DA BibliopisZina. Laugarren urtez jarraian, Zizurko liburutegia igerilekura lekualdatuko da udan, adin guztietako herritarrek irakurtzeko plazera gozatzeko segai dezaten. Horrela, uztail eta abuztuan, BibliopisZina erabiltzen ahalgo da, liburutegiko txartela ez badugu ere. Aski da liburu bat hartzea eta, behin irakurritakoan, itzultzea, beste batzuek huraxe ere goza dezaten. ■**



La Escuela de Música despidió el curso con varios conciertos



+ Info
Escuela de
Música de
Zizur Mayor

La Escuela de Música cerró el curso el pasado 11 de junio con una agenda de actividades completa para dar la bienvenida al verano. El 5 de junio tuvo lugar el concierto de las Agrupaciones de la Escuela de Música; el día 9 se celebró el de los grupos de música de cámara; al día siguiente le tocó al alumnado de Música y Movimiento; y el 11 se despidieron con el concierto de las bandas de la Escuela.

>> **MUSIKA ESKOLAKO IKASTURTE BUKAERA. Musika Eskolako ikasturtea ekainaren 11n bukatu zen eta, ohi denez, jarduera sorta ederra egin zen udari ongi etorri emateko. Horrela, ekainaren 5ean, Musika Eskolako musika taldeen kontzertua izan zen; hilaren 9an, berriz, ganbera musikako taldeen emanaldia; biharamunean, Musika eta Mugimenduko ikasleen txanda izan zen, eta hilaren 11n, azkenik, Eskolako banden kontzertua entzuteko parada izan genuen. ■**

Taller infantil

En agosto se celebrará en la biblioteca un taller infantil llamado "iLate, raíz! Academia de Arboristas", dirigido a niños y niñas de 5 a 8 años, que se realizará tanto en euskera como en castellano. Para más información, contactar con la biblioteca (948 28 66 29).

Trap-rap para jóvenes

La biblioteca ha programado para septiembre un taller muy especial de trap-rap, propuesto desde "Bibliotecas por la paz y la convivencia", para jóvenes de entre 12 y 16 años. Se trata de la actividad "Donde las palabras fallan, la música habla", cuyo objetivo es sensibilizar y reflexionar sobre la interculturalidad. Tras la reflexión y el debate, las y los participantes escriben una letra de canción sobre una base musical, y finalmente la rapean. ¡Anímate!

>> **HAUR TAILERRA ETA GAZTEENDAKO TRAP-RAPA. Abuztuan haur tailer bat eginen da liburutegian euskaraz nahiz gaztelaniaz, "iLate, raíz! Academia de Arboristas", 5 - 8 urteko haurrentzat. Irailean, berriz, trap-rap tailer bat eginen da 12 - 16 urteko gazteentzat. ■**

El 7 de septiembre se celebrará el XXI Certamen de Pintura

El Certamen de Pintura al Aire Libre de Zizur Mayor celebra este año su vigesimaprimer edición. Como recogen las bases, el tema estará relacionado con el municipio, sus paisajes, rincones o edificios emblemáticos, y la técnica será libre. La obra ganadora recibirá 900 euros, 600 la segunda y 300 el accésit local. Las obras se expondrán del 17 al 28 de septiembre en la Casa de Cultura.

>> **IRAILAREN 7AN XXI. PINTURA LEHIAKETA EGINEN DA. Zizur Nagusiko Aire Zabaleko Pintura Lehiaketaren hogeita batgarren aldía izanen da aurten. Oinarrietan jasoa dagoen bezala, gaiak zerikusia izanen du udalerriekin, bertako paisaia, txoko eta eraikin adierazgarrieekin, eta teknika libre izanen da. Lan irabazleak 900 euro jasoko ditu; bigarrenak, 600, eta herriko akzesitak, 300. Lanak Kultur Etxean jarriko dira ikusgai, irailaren 17tik 28ra. ■**



25º aniversario de la Banda de Música

Las voces y la elegancia del mariachi de Los Tenampas acompañarán a la Banda Municipal de Música en este concierto al aire libre con el que la formación de Zizur va a celebrar su 25 aniversario. Como ya es tradición, este concierto de bienvenida al verano se celebrará en la plaza de la Casa de Cultura. La cita es el **viernes 27 de junio** a las **20:00**. En caso de lluvia se trasladará al frontón grande del polideportivo.



Lo celebrará el 27 de junio en un concierto con Los Tenampas en la plaza de la Casa de Cultura

>> **MUSIKA BANDAREN 25. URTEMUGA. Los Tenampas mariatxien ahotsak eta dotorezia izanen ditu bidelagun udalaren Musika Bandak bere 25. urtemuga ospatzeko kontzertuan. Kultur Etxeko plazan eginen da, aire zabalean, ekainaren 27an, ostiralarekin. Euria egiten badu, pilotaleku handian eginen da. ■**

Una reflexión sobre la exigencia del cuerpo en la danza

Durante cuatro semanas de agosto y septiembre, las artistas Ane Sagüés y Paula Puchalt desarrollarán en Zizur Mayor su proyecto creativo “Mi carrera”, un solo de danza que propone una reflexión sobre la búsqueda del éxito y la cultura del sacrificio. Se



trata de una residencia artística que forma parte de la 6ª edición del festival DNA (Danza Contemporánea de Navarra – Nafarroako Dantza Garaikidea).

En ese tiempo, trabajarán en el montaje en el teatro de la Casa de Cultura, que acogerá también su posterior estreno. Las fechas de la residencia serán del 4 al 14 de agosto, del 25 al 29 del mismo mes, y del 15 al 19 de septiembre.

Este proyecto creativo está inspirado en la épica del deporte y en la estética de las carreras, para reflexionar sobre por qué en la disciplina de la danza existe una exigencia del cuerpo como máquina que no conoce límites. Una máquina que

se computa en términos de productividad y no como terreno legítimo de disfrute y descanso. La navarra Ane Sagüés y la valenciana Paula Puchalt se enfrentan a estas reflexiones desde una perspectiva contemporánea,

desmitificando los relatos de superación mediante el humor y la ironía, y preguntándose si el afán de gloria no es otra cosa que miedo al fracaso.

Ane Sagüés, flamante ganadora del Premio a la Promoción del Talento Artístico, comenzó su trayectoria como actriz con 14 años y desde entonces se ha sumergido en el mundo de los escenarios creando la compañía Las Nenas Theatre,

La Casa de Cultura acoge este verano una residencia artística de Ane Sagüés y Paula Puchalt en el marco del programa DNA de promoción de la danza contemporánea del Gobierno de Navarra.

colectivo que desde 2022 investiga nuevos lenguajes escénicos. Su primer trabajo, “Ramos y Gramos”, ganó el primer premio en Encuentros de Arte Joven 2022 y su pieza más reciente, “Torcidxs”, ha sido seleccionada en convocatorias de prestigio y programada en festivales y encuentros de referencia.

Paula Puchalt, por su parte, inició sus estudios en el Conservatorio Profesional de Danza de Valencia, donde recibió al finalizar su formación el premio autonómico. Mientras tanto, formó parte de la Joven Compañía de Danza Gerard Collins. Ha enfocado su formación y carrera hacia técnicas de improvisación, *partnering* y composición instantánea, ha trabajado para diferentes compañías y proyectos, y ha interpretado sus propias creaciones en distintos festivales.

>> Egonaldi artistikoa Kultur Etxean

Uda honetan, egonaldi artistikoa egingen da Kultur Etxean, Nafarroako Gobernuak dantza garaikidea sustatzeko antolatutako DNA jaialdiaren 6. edizioaren baitan. Horrela, abuztuko eta iraileko lau astetan, Ane Sagüés eta Paula Puchalt artistek “Mi carrera” proiektua garatuko dute Zizur Nagusian, hots, arrakastaren bilaketaz eta ahaleginaren kulturaz gogoeta eragin nahi duen dantza saioa. ■

AUDIOZIZUR
CENTRO AUDITIVO

Nos hemos
TRASLADADO A

Parque Erreniega, 22 trasera - **Zizur Mayor**
(Junto al Centro de Salud)

PIDE CITA:
☎ 848 410 738 ☎ 625 495 392
www.audiozitur.es

Autoi
MECÁNICA Y ELECTRICIDAD
DEL AUTOMÓVIL

Aceites y filtros, distribuciones,
cambio de neumáticos, frenos,
pre-ITV, aire acondicionado,
diagnóstico electrónico

Plaza Idoia, 13-trasera
Zizur Mayor
T. 948 188 668
www.autoardi.com

Anúnciate en el Boletín municipal del ayuntamiento de Zizur Mayor

☎ 948 13 67 66

5.800 ejemplares / ale
PERIODICIDAD/MAIZTASUNA:
trimestral / hiruhilabetekoa

Zure iragarkia Zizur Nagusiko udal buletinean



>> Kirolaren Astea

Zizur Nagusiko Kirolaren Astea ekainaren 2tik 8ra egin da aurten. Herritar guztiendako ekitaldia izaten da, era askotako jarduerak antolatuta. Kultur Etxean, euskal pilotari buruzko erakusketa ikusgai jarri eta "Historia de la Pelota Vasca" dokumentala eman zen; bi tailer antolatu ziren, bata emakumeendako, indarra lantzeko, eta bestea, PumpTrack tailerra; Kirolaren I. Gala egin zen; kirol jarduerak aire zabalean eta, bukatzeko, Erreniegako igoera, txistor-jana eta "Bizitza-karabana" lasterketa solidarioa. ■



Talleres, actividades y espectáculos en la Semana del Deporte

Del 2 al 8 de junio se celebró una edición más de la Semana del Deporte, una cita abierta a toda la ciudadanía con una oferta muy variada: talleres, exhibiciones, charlas y actividades al aire libre que combinaron la actividad física y el encuentro vecinal. La Casa de Cultura acogió un exposición de Pelota Vasca y se proyectó "Historia de la Pelota Vasca"; se ofertaron un taller de fuerza para mujeres y otro de PumpTrack; se celebró la 1ª Gala del Deporte; se organizaron actividades deportivas al aire libre; y, para finalizar, hubo subida a Erreniega, txistorrada y la carrera solidaria "Caravana de Vida".



Nuevos horarios de verano



Información completa

El pasado viernes 6 de junio comenzó la temporada de las instalaciones deportivas en verano, que este año tienen como novedad la ampliación de su horario: se adelanta la apertura a las 08:00 de la mañana (otros años abría a las 09:30) desde el 1 de julio hasta el 15 de agosto, excepto durante los Sanfermines, en los que se mantendrá el horario antiguo.

Nuevo plazo de inscripción para el próximo curso en las actividades más demandadas

Del 5 al 12 de mayo fue el primer periodo de inscripciones para las actividades deportivas municipales de la temporada 2025-26, que resultaron ser un éxito y recibieron un gran número de inscripciones. Teniendo en cuenta las actividades programadas que tuvieron mayor demanda, el Servicio de Deportes está trabajando en la modificación de la programación con el objetivo de abrir el segundo periodo de inscripciones **a partir del 1 de julio**. Las más demandadas fueron Abdomen y suelo pélvico (nueva para este año), Full body power y Cross training. También destacan positivamente los cinco grupos de envejecimiento activo, con más de 100 personas inscritas.

>> IZENA EMATEKO EPE BERRIA 2025-26 IKASTURTERAKO. Kontuan harturik zer jarduerak izan duten eskaririk handiena (abdomena eta pelbis zorua, Full body power eta Cross training), Kirol Zerbitzuak programazioa aldatu nahi du, uztailearen 1az geroztik izena emateko epe berria irekitzeko. ■



GIMNASIA

Primer y tercer puesto para gimnastas de Ardoi

El Club Ardoi se hizo con varias victorias en el Campeonato Navarro celebrado los días 24 y 25 de mayo en el Club Amaya. El trabajo impecable de **Adur Pérez, Samuel Eslava, Oier Sánchez, Mario Macaya, Jon Santos** e **Izei Martínez** (masculina); y de **Aisha Munarriz, Irati Orbara, Irati Alonso, Sandra Borobia, Valentina Loiza** y **Ainhoa García** (femenina) les llevaron al podio en la clasificación general (primeros y terceras).

Cuatro gimnastas de categoría masculina participaron el 5 de abril en el trofeo Cultural Covadonga, en Gijón. **Samuel Eslava** quedó 2º, **Mario Macaya** 4º y **Oier Sánchez**, 5º. El equipo femenino participó en el Trofeo Federación. Las Junior se proclamaron campeonas navarras, y las Senior terceras. A finales de mayo se celebró el Campeonato de España, donde participaron cuatro gimnastas de Ardoi en la masculina. Del 1 al 5 de julio, el equipo femenino participará en Alcoy con siete gimnastas. ■

PELOTA

Subcampeonas y subcampeones de Navarra

La pelotari de Ardoi **Uxue Gómez Basurto** se ha proclamado subcampeona de Navarra de pelota a mano a parejas, en la categoría cadete, junto a la pelotari de Oberena **María Crespo Catalán**, tras perder 22-16 contra la pareja de Goizueta Legarreta-Sagardui en la final disputada en el frontón Labrit el 17 de mayo. Aunque juega en cadetes, Uxue todavía es infantil.

Entre los chicos, los pelotaris de Ardoi **Oier Goñi Aznarez** y **Eneko Eraso Monreal** han quedado subcampeones de Navarra en categoría juvenil, tras perder 22-9 contra la pareja de Larraun Nazabal-Telletxea en la final disputada en el Labrit el 10 de mayo.



>> **ARDOIKO TXAPELUNORDEAK.** Ardoiko Uxue Gómez Basurto pilotaria Nafarroako bi-bitako eskupilotako txapelunordea izanda kadetetan, Oberenako María Crespo Catalán pilotariarekin batera. Bestalde, Oier Goñi Aznarez eta Eneko Eraso Monreal Nafarroako txapelunorde atera dira jubenetan. ■

BALONCESTO

Megacalzado Ardoi logra el ascenso a 3ªFEB

El Megacalzado Ardoi de 1ª Nacional logró el último fin de semana de mayo en Valladolid el ansiado ascenso a 3ªFEB. El conjunto entrenado por Jon Ganuza y Carlos Fedec se impuso a Universidad de Valladolid (UVA) y Sigaltec CLB en dos encuentros donde los de Zizur Mayor no dejaron nada en la reserva. Fueron dos partidos finales en los que los chicos de Megacalzado Ardoi hicieron muestra de la ambición que les caracteriza y que les ha brindado también la victoria en la Final Four de 1ª Nacional y la Copa Vasca, terminando así la temporada con tres logros importantes. Este último ascenso a 3ªFEB devuelve a Zizur Mayor a una categoría que abandonó hace dos temporadas, y presenta un nuevo reto que el equipo tendrá que afrontar de cara a la próxima temporada. ■

El Megacalzado Ardoi de 1ª Nacional logró el último fin de semana de mayo en Valladolid el ansiado ascenso a 3ªFEB. El conjunto entrenado por Jon Ganuza y Carlos Fedec se impuso a Universidad de Valladolid (UVA) y Sigaltec CLB en dos encuentros donde los de Zizur Mayor no dejaron nada en la reserva. Fueron dos partidos finales en los que los chicos de Megacalzado Ardoi hicieron muestra de la ambición que les caracteriza y que les ha brindado también la victoria en la Final Four de 1ª Nacional y la Copa Vasca, terminando así la temporada con tres logros importantes. Este último ascenso a 3ªFEB devuelve a Zizur Mayor a una categoría que abandonó hace dos temporadas, y presenta un nuevo reto que el equipo tendrá que afrontar de cara a la próxima temporada. ■

NATACIÓN INCLUSIVA

El Trofeo de Waterpolo Inclusivo de Ardoi, el jueves 14 de agosto

Con este torneo, ya en su XV edición, el club dará por terminada la temporada. Se disputará en la piscina olímpica por la mañana, con clubes invitados para la ocasión. Por otra parte, el sábado 21 de junio la piscina olímpica acogió la XIV edición del torneo de natación inclusiva para las categorías

Benjamín, Alevín e Infantil. Por último, el IV torneo para las categorías Máster y Edades se celebró el 8 de junio. ■



BALONMANO

6.000 participantes en la XXVII Fiesta del Balonmano Navarro

El Club Balonmano Ardoi, junto con la Federación Navarra, organizó el pasado 17 de mayo la XXVII Fiesta del Balonmano Navarro. Participaron alrededor de 2.400 jugadores/as de todos los clubes de Navarra, que “tomaron” las instalaciones deportivas y sus alrededores. En total, unas 6.000 personas disfrutaron de la fiesta en la calle, gracias a la labor de unas 80 personas voluntarias del club de Ardoi. Como novedad, por coincidir con la semana de Euska-

raldia, se jugaron algunos partidos amenizados por bertsolaris. También se incluyó un partido de balonmano inclusivo. Por otra parte, el equipo Infantil Femenino ganó en abril el Torneo Corrales de Buelna, en Cantabria, y el equipo femenino de categoría alevín se clasificó para semifinales, quedándose fuera de la final por 3 goles. Por otro lado, el equipo Senior A masculino se proclamó campeón de la Copa el pasado 18 de mayo. ■





Impresión 3D, videocreación y más

El Gaztetxe municipal ha programado varios cursos gratuitos repartidos de junio a noviembre dirigidos a la población joven. El sábado 31 de mayo hubo una demo gratuita de **impresión 3D** que abordó la configuración, el modelado, el laminado y la calibración de esta técnica. Y otra demo en este caso de **videocreación** el 13 de junio en euskera y el 14 en castellano. Hay varios cursos programados para después del verano:

escalada entre los días 19 y 26 de septiembre, en el rocódromo; curso de **economía juvenil** los días 14, 21, 28 de octubre y 4 de noviembre, de la mano de Micudala; **gestión emocional** los días 2, 9, 16 y 23 de octubre; y **primeros auxilios**, organizado por Cruz Roja, pendiente de cerrar fechas.

>> **GAZTEENDAKO IKASTAROAK DOAN.** Udal gaztetxean doako ikastaroak eginen dira ekainetik azarora, gazteei zuzenduak. ■

El alumnado de 5º de Primaria celebró la Corpoprix

El viernes 30 de mayo se celebró otro año más la fiesta Corpoprix, un evento dirigido al **alumnado de 5º de Primaria de los tres centros escolares de Zizur** que colaboran con la Corporación Infantil. La fiesta comenzó a las 9:00 y finalizó a las 13:00 y reunió

a cerca de 200 niños y niñas en una jornada de juegos, hinchables y un reparto de obsequios. El evento es una forma de recompensar al alumnado de 5º por el trabajo realizado proponiendo ideas y temas para que la Corporación Infantil elabore sus proyectos de mejora y los envíe al Ayuntamiento. A partir de las conclusiones obtenidas en las aulas, la Corporación Infantil da forma a dos o tres propuestas por área que se entregarán el día 19. Tendrán

respuesta en septiembre, tras su revisión.

Este año, además, la Corporación Infantil cumple su 30º aniversario y lo celebrará con un acto especial en otoño, todavía por definir.

Por otro lado, el 15 de noviembre se organizará en Mendavia un encuentro a nivel navarro que reunirá a los diferentes órganos participativos de la Comunidad Foral en una jornada de actividades variadas. ■

Taller en el instituto

El alumnado de 2º de ESO del IES Zizur realizó el 23 de mayo el último taller del curso, en esta ocasión sobre salud afectivo-sexual: educación de la pornografía, autoestima y autoconocimiento, métodos anticonceptivos y consentimiento, entre otros. Participaron ocho grupos en cuatro sesiones, en torno a 190 jóvenes. ■

Corresponsales juveniles del IES Zizur

Dos alumnos y una alumna (Samuel Carmona, Mathius Jara y Nerea Belzunce) han asumido este curso la función de "corresponsales juveniles". Sus tareas principales han sido actualizar paneles, buscar información y difundirla para que el alumnado del instituto pudiera estar al día de las actividades lúdicas, trámites o inscripciones de su interés. Esta era la primera colaboración del Gaztetxe municipal y el IES con el Instituto Navarro de Juventud para promocionar estas figuras. Al finalizar, recibieron una ecompensa de 300 euros por parte del INJ y de 200 del Ayuntamiento. El 11 de junio se celebró en Tafalla el acto de entrega de diplomas a todos y todas las corresponsales de los institutos navarros. Samuel Carmona y Mathius Jara representarán a Navarra en el encuentro de corresponsales juveniles (21, 22 y 23 de junio en Calatayud). ■



HAURRAK NINOS/AS



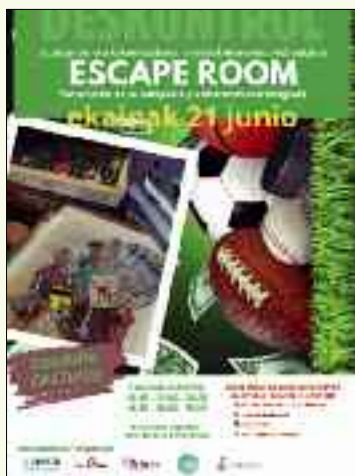
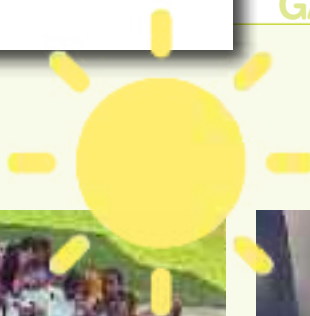
Ikasturte bukaerako jaia ludotekarako eta familien atsedeen zerbitzurako

Ludotekako ikasturte amaierako jaia joan den ekainaren 6an ospatu zen, hots, askaria, ginkana eta opari banaketa parte hartzaileen artean. Egun horretan ere, familien atsedeen zerbitzuaren jaia egin zen eta, gainera, ikasturteko irudiak eman zituzten. Ludoteka itxita egonen da datorren ikasturtera arte.

Fiesta de fin de curso para la ludoteca y Respiro familiar

El 6 de junio se celebró la fiesta de fin de curso de la Ludoteca con merendola, gymkana y reparto de obsequios para los participantes, y también la del servicio municipal Respiro familiar, que tuvo además una proyección de imágenes del curso. La ludoteca cierra sus puertas hasta el curso escolar que viene. ■

OCIO EN VERANO



Scape room y 28J

Para el **21 de junio**, el local abierto del Gaztetxe Ametxea ha programado un **escape room** subvencionado de inscripción gratuita, que tendrá un enfoque preventivo y girará en torno a la temática de los jóvenes y el juego, las apuestas, móviles, redes y el riesgo a través del juego.

El **28 de junio** habrá un *memory* gigante sobre los mitos que hay en torno al colectivo LGTB+. Se repartirán chapas entre las personas que se acerquen al Gaztetxe los días 27 y 28 de junio. ■



“Viernes diferentes”

El programa del Gaztetxe “Viernes diferentes” tendrá continuidad en el mes de agosto con diversas actividades para chicos y chicas de 12 a 17 años. Es necesaria la inscripción la semana previa a la actividad.

- ✓ **8 de agosto:** Fiesta Hawainana (gratuita): música, tattoos, taller de collares de flores, merienda hawaiana...
- ✓ **22 de agosto:** Kalejira Batukada La Farruka.
- ✓ **30 de agosto (sábado):** salida al parque acuático Labenne (más info en redes). ■



“Creando verano” en la piscina

Del **22 de julio al 2 de septiembre**, Ametxea propone la actividad “Creando Verano” para los martes entre las **17:30 y las 19:30**, alternando entre las piscinas municipales y el Gaztetxe en función del tiempo. Las inscripciones deberán hacerse la semana previa a las actividades. Las actividades son: Taller de pulseras, Taller de smoothies, Taller de manicura, Taller de trenzas, Taller de henna, Gymkana y Torneo de juegos. ■

Habrà Voy y Vengo a cuatro localidades en fiestas

El Gaztetxe municipal organizará este verano servicio de Voy y Vengo a cuatro localidades en fiestas: **Puente la Reina** (26 de julio), **Estella** (2 de agosto), **Aoiz** (9 de agosto) y **Tafalla** (16 de agosto). Para cada salida se ofertarán 110 plazas, con prioridad para personas empadronadas y mayores de edad. Para comprar el billete, que costará 5 euros (7,5 sin empadronamiento), será imprescindible acudir en persona y con el DNI al Gaztetxe, y se podrá comprar un único billete por persona. Si quedan plazas, se ampliará a personas no empadronadas y de 16 a 18 años. ■

>> **AISIA ETA KONPROMISOA GAZTE UDARAKO.** Udal gazteteak udarako prestatu duen jarduera eskaintzan, lekua dute aisiak eta bestak, baina baita konpromisoak eta lan komunitarioak ere. Ekainean, prebentzioan oinarritutako ihes-gela bat egin da eta, hilaren 28an, LGTBIQ+ taldearen aldeko ekitaldiak. Gero, igerilekuan eta gazteteetan jarduera sorta zabala eginen da uztailaren 22tik irailaren 7ra. Eta, aurreko urteetan bezala, asteazkenetan “Jar zaitex martxan” programan parte hartzea proposatuko zaie gazteei, herriaren aldeko lanak egiteko, hau da, leku publikoak garbitu, apaindu eta hobetzeko. Bestalde, abuztuko hiru ostiraletan, jarduera bereziak eginen dira eta, amaiera ezin hobea emateko, Labenneko ur parkera joanen dira hilaren 30ean, larunbatarekin. Zizurko jaietan, berriz ere “O eremua” (2010-2014) jarriko da eta, lehenago, “Joan-etorriko” autobusa lau herritara joanen da: Gares (uztailak 26), Lizarra (abuztuak 2), Agoitz (abuztuak 9) eta Tafalla (abuztuak 16). ■



“Ponte en Marcha” por la comunidad

Otro año más, el Gaztetxe ofrece el programa “Ponte en Marcha” con el objetivo de realizar trabajos comunitarios para el pueblo de forma semanal, de limpieza, decoración o mejora de espacios comunes. Está dirigido a jóvenes de **entre 12 y 20 años** y se realizará los **miércoles** desde el **23 de julio hasta el 27 de agosto, de 10:30 a 13:30**. Por dos jornadas realizadas, se recompensará a quienes participen con un vale canjeable de 20 euros o una entrada gratuita para el parque acuático de Labenne (Las Landas). ■

Dos jornadas de “Zona 0” en fiestas

Este año también, los y las **jóvenes** nacidas **entre los años 2010 y 2014** tendrán disponible la Zona 0, un espacio juvenil protegido, sin alcohol, humo ni drogas, en el que podrán divertirse durante las fiestas de forma supervisada. Serán los días **11 y 12 de septiembre**, jueves y viernes, y entre otras actividades habrá hinchables, una masterclass de baile, pintxos y palomita.

PARA Y CÓMETE UN BOCATA

Como en años anteriores, el Gaztetxe repartirá bocadillos y agua gratuitos un día de fiestas. En esta edición será el jueves 11 de septiembre a la 01:00 de la mañana. ■

IES ZIZUR BHI



El IES Zizur BHI gana la segunda edición del Gran Concurso del Hormigón en Navarra

El IES Zizur BHI ha resultado ganador de la fase navarra del Gran Concurso del Hormigón 2025, una iniciativa del Colegio Oficial de Arquitectura Técnica de Navarra que busca dar a conocer la profesión entre la juventud y fomentar nuevas vocaciones técnicas. El centro consiguió una resistencia de 33,9 N/mm² en su muestra de hormigón, ligeramente por superior a la lograda por el Colegio San Cernin (33,4 N/mm²) y el CIP Virgen del Camino (33,3 N/mm²), que ocuparon la segunda y tercera posición, respectivamente. ■

Zizur BHIk Hormigoi Lehiaketa Handiaren bigarren edizioa irabazi du Nafarroan

Zizur BHIk irabazi du 2025eko Hormigoi Lehiaketa Handiaren Nafarroako fasea. Nafarroako Arkitektura Teknikoaren Elkargo Ofizialaren ekimena da lanbidea gazteen artean ezagutzera emateko eta bokazio tekniko berriak sustatzeko. Herriko ikastetxeak 33,9 N/mm²-ko erresistentzia lortu zuen bere hormigoi erakustaldian, hau da, San Cernin ikastetxeak (33,4 N/mm²) eta Virgen del Camino IPk (33,3 N/mm²) lortutakoa baino handixeagoa, beste bi ikastetxe horiek bigarren eta hirugarren tokian gelditu baitziren, hurrenez hurren.

CAMINO DE SANTIAGO



Talleres de sensibilización

Como en años anteriores, el colegio Camino de Santiago ha realizado este curso unos talleres dedicados a sensibilizar distintas discapacidades entre el alumnado. El objetivo es naturalizar la diversidad y entenderla como algo que nos hace a todos diferentes y valiosos y con habilidades que nos hacen brillar. Los talleres en los que ha participado el alumnado son pintar con la boca, baloncesto sentado, Golbol, hockey (pelota en cuello) y "Nos movemos en la oscuridad". ■

ERRENIEGA



D ereduak 40 urte

40 años de modelo D

Erreniega ikastetxeak Zizur Nagusiko D ereduaren 40. urtemuga ospatu du. Horrela, joan den ekainaren 6an, "Hodei guztien azpitik" lelopeko jai antolatzen zuten, eta Eztitan taldeak urteurrenerako konposatu duen abestia ikastetxean bertan grabatu zuen. Egun osoan, gainera, denetarikoko ekitaldiak egin ziren urtemuga behar bezala ospatzeko: puzgarriak, musika eta beste.

Erreniega ikastetxea ha celebrado el 40 aniversario del modelo D en Zizur Mayor. El pasado 6 de junio organizaron una fiesta bajo el lema "Hodei guztien azpitik" y el grupo Eztitan grabó en el centro el vídeo de la canción que ha compuesto para la ocasión. Además, durante todo el día hubo hinchables, música y diversas actividades para festejar la efeméride. ■

CATALINA DE FOIX



Solidaridad con Valencia

Este año la Campaña de Solidaridad de Catalina de Foix y la recaudación de la tómbola han ido dirigidas al Colegio Público Orbà de Alfafar (Comunidad Valenciana) al que acuden unos 300 alumnos y alumnas reubicados actualmente en otro centro. Tras los devastadores efectos de la Dana del 29 de octubre, varias localidades, entre ellas Alfafar, se vieron tremendamente afectadas. En concreto, su escuela fue arrasada por la riada que destruyó aulas y otros espacios, sus materiales, sus juegos y todo lo que el alumnado había creado.

La tómbola solidaria de Catalina de Foix es el resultado de un proyecto de aprendizaje y servicio que abarca todo el centro, donde el alumnado realiza un intenso trabajo de sensibilización que este año consistió en un "telediario" y en el reparto de trípticos explicativos. La tómbola fue un éxito, con récord de boletos vendidos.

Catalina de Foix agradece la implicación a la comunidad escolar y a las empresas y particulares que han aportado su granito de arena en forma de premios. Por su parte, el Colegio Orbà también ha agradecido la ayuda. En septiembre se mostrará el resultado final de la recaudación, que servirá para ayudar al alumnado del Colegio Orbà a volver a la normalidad. ■

OSASUN
SALUD

Cuestionario AUDIT-C

1. ¿Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica?

- (0) NUNCA
- (1) UNA O MÁS VECES AL MES
- (2) 2-4 VECES AL MES
- (3) 2-4 VECES A LA SEMANA
- (4) CINCO O MÁS VECES A LA SEMANA

2. ¿Cuántas consumiciones de bebidas alcohólicas suele realizar en un día normal?

- (0) 1-2
- (1) 3-4
- (2) 5-6
- (3) 7-8
- (4) 9 O MÁS

3. ¿Con qué frecuencia toma el o más bebidas alcohólicas en una ocasión de consumo?

- (0) NUNCA
- (1) 1 VEZ AL MES
- (2) MENSUALMENTE
- (3) SEMANALMENTE
- (4) CUANDO O CASI SIEMPRE

CONSUMO DE RIESGO:

15 puntos en hombre y 14 puntos en mujeres

El Centro de Salud alerta sobre el consumo del alcohol

¿Cuánto alcohol es mucho alcohol? El Centro de Salud de Zizur propone cumplimentar un sencillo cuestionario sobre el consumo de bebidas alcohólicas (Audit-C) para tomar conciencia del consumo que hacemos a nivel personal, partiendo de que el alcohol siempre acarreará riesgos y no es seguro.

Toda cantidad que supere los 0ml es un alto consumo de alcohol. Este tema representa una gran preocupación en la salud pública, ya que se trata de la sustancia psicoactiva más consumida a nivel nacional y no existe una cantidad segura, ni siquiera un consumo regulado que elimine los riesgos asociados.

El inicio del consumo se sitúa en torno a los 14 años y existe una prevalencia en el alza de consumo intensivo entre la juventud, alertan, que consiste en la ingesta de grandes cantidades de alcohol concentrada en un corto espacio de tiempo (4-6 horas), que comporta con frecuencia una intoxicación alcohólica. Desde el Centro de Salud destacan la importancia de la detección temprana y la intervención adecuada; y ofrecen ayuda ya que su equipo de atención primaria está capacitado para analizar cada caso, ofrecer orientación, ayuda y seguimiento.

Osasun Etxeak alkohol kontsumoaz ohartarazi du

Zenbat alkohol da alkohol asko? Zizurko Osasun Etxeak edari alkoholodunen kontsumoari buruzko galdetegi erraz bat betetzea proposatu du (Audit-C), gutako bakoitzak zenbat edaten dugun jakiteko eta horretaz kontzientziatzeko. ■

NO ES
SOLO
ALCANZAR
PODIOS



ES
SUPERARSE
EN CADA
ESCALÓN

El deporte nos enseña que seguir adelante no es solo ganar, sino también aprender a levantarse.

CaixaBank con el deporte, siempre.