



Cederna Garalur, 21 años apoyando el desarrollo de Esteribar pag. 3  
 Club deportivo Ibararte 11 años de Fútbol Sala y Voleibol pag. 8  
 Ser ganaderos en Esteribar, una vida ligada a la tierra pag. 10  
 El autobús por la repoblación rural llega a Esteribar pag. 11  
 Concejos de Esteribar: Eugi pag. 12

Cederna Garalur, 21 urte Esteribarren garapenean laguntzen 3.or  
 Ibararte kirol-kluba 11 urtez boleibol zein areto-futbolean 8.or  
 Esteribarren abeltzain izatea, lurrari lotutako bizitza 10.or  
 Landa eremuko bipopulaketaren aldeko autobusa Esteribarrera iritsi da 11.or  
 Esteribarko kontzejuak: Eugi 12.or



BOLETÍN DE INFORMACIÓN  
MUNICIPAL |  
ESTERIBARKO UDAL  
INFORMAZIO ALDIZKARIA

Año 2 - número 6  
2 Urtea - 6 alea

**Edita | Argitaratzailea**

Ayto. de Esteribar  
Esteribarko Udala  
Avda. de Roncesvalles  
Orreaga Etorbidea  
13 - 31630 - Zubiri  
Tfno. | Tel. 948 304 071  
www.esteribar.org

**Diseño y redacción |**

**Disenua eta erredakzioa**

Argus CCI Ediciones  
**Fotografías | Argazkiak**  
Blanca López Larramendi  
Archivo | Artxiboa

**Traducción | Itzulpena**

Servicio Euskera Ayto. Esteribar  
Esteribarko Euskara Zerbitzua

**Imprime | Imprimatzailea**

Huarte Gráfica

**Depósito Legal | L. Gordailua**  
D.L. 899-2020

TELÉFONOS DE INTERÉS |

TELEFONO INTERESGARRIAK

Ayuntamiento de Esteribar (Zubiri) 948 304 071  
Servicios Sociales (Cita Previa) 948 333 223  
Agencia de Desarrollo Rural Cederna (Cita Previa) 639 905 357  
Servicio de Euskera 948 304 071  
Polideportivo de Esteribar 948 304 007  
Centro Cívico de Olloki 948 517 796  
Registro Civil 948 304 071  
Juzgado de Paz 948 304 300  
Escuela Infantil de Esteribar 948 361 575  
Colegio Gloria Larrainzar 948 304 513  
Consultorio de Zubiri 948 304 106  
Consultorio de Larrasoaña 948 304 342  
Consultorio de Eugi 948 304 319  
Centro de Salud de Huarte 948 335 033  
Farmacia Lda. Liso (Zubiri) 948 304 226  
Taxi F. Ventana (Zubiri) 609 447 058  
Serv. Autobús línea A. Artieda 948 300 287

CONCEJOS

KONTZEJUAK

C. de Antxoritz | Antxorizko K.: Ana Gurbindo | concejodeantxoriz@gmail.com  
C. de Eugi | Eugiko K.: Unai Seminario | concejodeeugi@gmail.com 948 304 047  
C. de Inbuluzketa | Inbuluzketako K.: Fran Equisoain | franequi@hotmail.es 948 304 139  
C. de Iragi | Iragiko K.: David Sánchez | concejoiragi@gmail.com  
C. de Larrasoaña | Argiloa Mangado | concejodelarrasoana@gmail.com  
C. de Saigots | Saigotzko K.: David Urio | davidurioe@yahoo.es  
C. de Sarasibar | Sarasibarko K.: Enrique García | concejo.sarasibar@gmail.com  
C. de Zabaldika | Zabaldikako K.: Cruz Zazpe | concejodezabaldika@gmail.com  
C. de Zubiri | Zubiriko K.: Alvaro Fonseca | concejodezubiri@gmail.com 948 30 43 78  
C. de Urdaniz | Urdaizko K.: Txus Arana urdaitzurdaniz@gmail.com

¡DESCUBRIR ESTERIBAR TIENE PREMIO!

Aquí tienes una foto de un lugar del valle. Si sabes cual es, envíanos tu respuesta a [noticiasesteribar@gmail.com](mailto:noticiasesteribar@gmail.com), tenemos un regalo para sortear el 20 de Octubre de 2021 entre quienes participéis.

Hona hemen bailarako toki baten argazkia. Zein den baldin badakizu, bidaliezaguzu zure erantzuna [noticiasesteribar@gmail.com](mailto:noticiasesteribar@gmail.com) helbidera. 2021eko Urriaren 20n opari bat zozketatuko dugu parte hartzen duzuen artean.

ESTERIBAR DESKUBRITZEAK SARIA DU!



¿QUIERES PUBLICAR EN EL BOLETÍN DE INFORMACIÓN MUNICIPAL?

ALDIZKARIAN PARTE HARTU NAHI AL DUZU?

Si vives en Esteribar o perteneces a alguna asociación o grupo del valle y quieres hacer alguna aportación al BIM Esteribar, envíanos un mail a [noticiasesteribar@gmail.com](mailto:noticiasesteribar@gmail.com) y nos pondremos en contacto contigo.

Esteribarren bizi bazara edo bailarako elkarte edo talde batekoa bazara eta Esteribarko Buletinean ekarpena egin nahi baduzu, bidali mezu elektronikoa [noticiasesteribar@gmail.com](mailto:noticiasesteribar@gmail.com) helbidera eta zurekin harremanetan jarriko gara.

## CEDERNA GARALUR, 21 AÑOS APOYANDO EL DESARROLLO DE ESTERIBAR

Entrevistamos a Ibon Mimentza, gerente de Cederna Garalur que nos explica qué es y cómo trabaja Cederna Garalur en Esteribar.

### Cederna Garalur es lo que se denomina un "Grupo de Acción Local", ¿cuáles son sus objetivos?

Cederna Garalur es una Asociación sin Ánimo de Lucro que trabaja para el desarrollo socio-económico de la Montaña de Navarra. Ser un Grupo de Acción Local significa que es una entidad encargada de gestionar una parte del Programa de Desarrollo Rural del Gobierno de Navarra según la metodología LEADER.

### ¿Cuántos años lleva trabajando en el Ayuntamiento de Esteribar?

El Ayuntamiento de Esteribar está asociado a Cederna Garalur desde la creación de la Asociación en 1992, y pasó a ser socio pleno en el año 2000, fecha en la cual se comenzó a dar servicio de agencia de desarrollo.

### ¿En qué ámbitos trabaja Cederna y cómo ofrece sus servicios?

Cederna Garalur trabaja en la Montaña de Navarra, es un territorio de 5.000 km<sup>2</sup> -45% del territorio, en el que viven más de 80.000 personas - 15% de la población de Navarra. Ofrecemos nuestros servicios a través de 17 puntos de atención distribuidos en toda la Montaña de Navarra. El punto de atención de Esteribar está en el Ayuntamiento de Zubiri. Realizamos acciones de apoyo al emprendimiento, iniciativas públicas, interlocución con el gobierno de Navarra, turismo, nuevas tecnologías o eficiencia energética.

### ¿Qué es un/a agente de desarrollo?

Es un profesional cuya misión principal es potenciar los recursos económicos, sociales y medioambientales de un territorio, para generar dinámicas y actuaciones orientadas a la mejora de la calidad de vida de la población, reactivando la economía, favoreciendo el acceso al empleo de las personas y dinamizando la sociedad de forma sostenible. El agente de desarrollo trabaja con una visión a largo plazo.

### Centrándonos en Esteribar ¿Cuántos proyectos se han llevado a cabo en estos años?

Esteribar es un valle dinámico en el que se mueven bastantes proyectos tanto de iniciativa pública como privada. Por dar algunas cifras, en las cuatro últimas convocatorias de subvenciones del Programa de Desarrollo Rural, gestionadas por Cederna Garalur y cofinanciadas por el Gobierno de Navarra (35%) y fondos europeos FEADER (65%), se han presentado 9 proyectos de iniciativa pública y 2 de iniciativa privada. De ellos, consiguieron la concesión de la ayuda 6 proyectos públicos (5 del Ayuntamiento de Esteribar y 1 del Concejo de Eugi) y 2 privados. En total se han obtenido ayudas por valor de 427.742,21 euros, para apoyar inversiones por un total de 1.083.351,65 €.

## CEDERNA GARALUR, 21 URTE ES-TERIBARREN GARAPENEAN LAGUNTZEN

Ibon Mimentza Cederna Garalurreko kudeatzaileari elkarrizketa egin diogu, Cederna Garalur zer den eta ibarrean nola lan egin duen ezagutzeko.

### Cederna Garalur "Tokiko Ekintza Taldea" da. Zein helburu ditu?

Cederna Garalur irabazi asmorik gabeko elkarte da, eta Nafarroako Mendialdearen garapen sozioekonomikoaren alde egiten du lan. Tokiko Ekintza Taldea izateak esan nahi duena da Nafarroako Gobernuaren Landa Garapenerako Programaren zati bat kudeatzen duen entitate dela, LEADER metodologiari jarraiki.

### Zenbat urte daramatzazue Esteribarko Udalean lanean?

Esteribarko Udala Cederna Garalur elkartearekin parte da 1992tik, Elkarte sortu zenetik. 2000. urtean bazkide oso bihurtu zen, urte horretan hasi baitzen garapen-agentziaren zerbitzua ematen.

### Zein esparrutan egiten du lan Cedernak, eta nola eskaintzen ditu bere zerbitzuak?

Cederna Garalurrek Nafarroako Mendialdean egiten du lan: 5.000 km<sup>2</sup>-ko lurraldean, hau da, lurralde osoaren %45, eta 80.000 pertsona baino gehiago bizi dira bertan, Nafarroako biztanleriaren %15. Gure zerbitzuak eskaintzen ditugu Nafarroako mendialde osoan zehar banatutako 17 arretaguneen bitartez. Esteribarko arretagunea Zubiriko udaletxean bertan dago. Ekintzailetzari laguntzeko ekintzak, ekimen publikoak, Nafarroako Gobernuarekiko elkarrizketa, turismoa, teknologia berriak edo eraginkortasun energetikoa bultzatzeko ekintzak egiten ditugu.

### Zer da garapen-agente bat?

Profesional horren eginkizun nagusia da lurralde batego baliabide ekonomikoak, sozialak eta ingurumenekoak sustatzea, biztanleen bizi-kalitatea hobetzeko dinamikak eta jarduerak sortzeko, ekonomia berrakibatuz, pertsonen enplegua sustatuz eta gizartea modu iraunkorrean dinamizatuz. Garapen-agentteak epe luzerako ikuspegiarekin egiten du lan.

### Esteribar ardatz hartuta, zenbat proiektu egin dira urte hauetan?

Esteribar bailara dinamikoa da, eta ekimen publikoko zein pribatuko proiektu ugari mugitzen dira bertan. Zifra batzuk ematearren, Landa Garapenerako Programako dirulaguntzen azken lau deialdietan, Cederna Garalurrek kudeatuta eta Nafarroako Gobernuak (%35) eta Europako LGENF funtsek (%65) kofinantzatuta, ekimen publikoko 9 proiektu eta ekimen pribatuko 2 proiektu aurkeztu dira. Horietatik, 6 proiektu publikok (Esteribarko Udalaren 5 eta Eugiko Kontzejuaren 1) eta 2 pribatuk lortu zuten dirulaguntza ematea. 427.742,21 euroko balioa, guztira 1.083.351,65 euroko inbertsioak laguntzeko.



Por otro lado, nuestro servicio de atención al emprendimiento ha atendido en los últimos cinco años a 42 personas emprendedoras y autónomas, 13 mujeres y 39 hombres. Algunas de estas atenciones consistieron en el apoyo a la creación de nuevas empresas.

También podemos citar las 44 actuaciones del Servicio de Eficiencia Energética de Cederna Garalur en Esteribar, que incluyen proyectos de renovación de instalación de alumbrado público, con importantes subvenciones, mejoras de envolventes térmicas de edificios públicos así como sustituciones de calderas.

### ¿Algún proyecto a destacar?

En los proyectos financiados por el PDR están los edificios dotacionales de Oloki e Ilurdotz, el edificio dotacional de Zuriain, el centro BTT trail de Esteribar /Eremua, el espacio coeducativo y las casetas de Agotzenea o la cafetería/tienda de Oloki. En la Agenda 21 se han trabajado las huertas comunales de Oloki y el área de servicios de autocaravanas de Zubiri. Hemos colaborado con el Ayuntamiento en la difusión del proyecto Kintoa Barna. También ayudamos al Ayuntamiento en la campaña para informar a la ciudadanía de la red de comercios que atendían a la población durante la pandemia. Por último, colaboramos con el S.N.E. en la difusión y organización de los cursos de capacitación digital impartidos en Zubiri y en Oloki.

### ¿Quién puede beneficiarse del servicio?

Del servicio se beneficia toda la ciudadanía, tanto de Esteribar como de fuera, que quiera impulsar, promover o mejorar una actividad en el propio valle. Por otro lado, ayudamos al Ayuntamiento a llevar adelante sus proyectos y a conseguir ayudas, que reportan un beneficio indirecto a la ciudadanía.

¿Cómo pueden las personas interesadas ponerse en contacto con el servicio e informarse?

Puede escribir a la dirección de correo electrónico [erro-aezkoa@cederna.es](mailto:erro-aezkoa@cederna.es), o llamar al número de tel. 639905357, y de 8:00 y las 15:30 en días laborables.

## EREMUA APP, 14 RECORRIDOS POR SENDEROS DEL VALLE

Eremua App es la aplicación que ofrece información detallada sobre 14 rutas para BTT, Trail y Senderismo en todo el valle de Esteribar y además puede usarse como GPS. Asimismo recoge avisos en tiempo real sobre incidencias y desvíos y da recomendaciones a los usuarios, recalcando la importancia del uso compartido, respetuoso y seguro de los recorridos. Para la comunicación de incidencias, Eremua está en continuo contacto con el Guarderío de Medio Ambiente del Gobierno de Navarra en el Valle.

El proyecto Eremua cuenta con la colaboración del Ayuntamiento de Esteribar y la Asociación Empresarial Turística de Esteribar Nafar Basoak. La aplicación está disponible en Play Store y en Apple Store. También puedes encontrar información actualizada en Instagram @eremuatrailbtt y en la web [eremua.com](http://eremua.com)



## IBARREKO 14 IBILBIDE EREMUA APP BERRIAN

Eremua App aplikazioak BTT, Trail eta Senderismorako 14 ibilbideri buruzko informazio zehatza eskaintzen du Esteribar osoan, eta, gainera, GPS gisa ere erabil daiteke. Hala ere, gorabeherei eta desbideratzei buruzko oharra jasotzen ditu denbora errealean, eta erabiltzaileei gomendioak ematen dizkie, ibilbideen erabilera partekatua, errespetuzkoaren eta seguruaren garrantzia azpimarratuz. Unean-uneke gorabeheren berri eman ahal izateko, Eremua etengabe dago harremanetan Nafarroako Gobernuarekin Ibarrean duen Ingurumen Zaintzarekin.

Eremua proiektuak Esteribar Udalaren eta Nafar Basoak Esteribar Turismo Enpresa Elkartearen laguntza du. Aplikazioa eskuragarri dago Play Storen zein Apple Storen. Informazio eguneratua Instagram @eremuatrailbtt webgunean eta [eremua.com](http://eremua.com) webgunean ere aurki dezakezu.

Bestalde, ekintzaitzari arreta emateko gure zerbitzuak 42 pertsona ekintzaile eta autonomo artatu ditu azken bost urteotan, 13 emakume eta 39 gizon, besteak beste, enpresa berriak sortzen laguntzeko.

Cederna Garalurreko Eraginkortasun Energetikoaren Zerbitzuak Esteribarren egindako 44 jarduketak ere aipa ditzakegu. Horien barruan sartzen dira argiteria publikoaren instalazio berritzeko proiektuak, dirulaguntza garrantzitsuak tarteko, eraikin publikoetako ingurutzailerak hobetu zein galdarak ordezkatzeko.

### Nabarmendu beharreko proiektuen bat?

LGPK finantzaturako proiektuen artean daude Oloki eta Ilurdotzko zuzkidura-erakinak, Zuriaingo zuzkidura-erakina, Eremua Esteribar BTT trail zentroa, hezikidetz-espazioa eta Agotzenea etxolak edo Oloki kafetegidenda. Agenda 21ean Oloki baratze komunak eta Zubiriko autokarabana zerbitzuen arloa landu dira. Udalarekin elkarlanean aritu gara Kintoa Barna proiektua zabaltzeko. Udalarirekin ere lagundu genion pandemian zehar herritarrei arreta ematen zieten saltokien sarearen berri emateko. Azkenik, Nafar Lan sarekin elkarlanean ere ari gara, Zubirin zein Olokin trebakuntza digitaleko ikastaroak zabaltzeko eta antolatzeko.

### Nork jaso dezake zerbitzua?

Zerbitzu horren onuradun izan daitezke Esteribar herritarrek nahiz kanpokoek, ibarrean bertan jarduerak bultzatu, sustatu edo hobetu nahi duen oro. Bestalde, Udalarirekin bere proiektuak aurrera eramaten laguntzen diogu, besteak beste, herritarrei zeharkako onura ekartzen dizkieten laguntzak lortzen.

### Nola jar daitezke interesdunak zerbitzuarekin harremanetan?

Gurekin harremanetan jartzeko helbide elektronikora idatz dezakete: [erro-aezkoa@cederna.es](mailto:erro-aezkoa@cederna.es), edo telefono zenbakira deitu, 639905357, 8:00etatik 15:30era lanegunetan.



## NUEVO PARQUE BIOSALUDABLE EN ZUBIRI

Ya está instalado el nuevo Parque Biosaludable de Zubiri. El circuito se ha ubicado en la plaza junto al Polideportivo y está orientado a promover la práctica de la actividad física al aire libre. Diseñado en base a un recorrido de ejercicios, incluye 6 aparatos identificados con diferentes nombres. La bici estática puede utilizarse tanto para calentamiento antes del ejercicio como para el trabajo de piernas. Ciclón para trabajar la espalda. Tornado, una elíptica para trabajar piernas y brazos. Monzón para trabajar fuerza en las piernas, Tramontana para trabajar fuerza en pecho y hombros y una rueda para coordinación general de brazos y trabajo con hombros.

La instalación es de acceso libre y público y también se utilizará en las actividades programadas desde el Polideportivo. Se va a colocar junto a las máquinas un panel informativo con las normas básicas de uso y propuestas de tablas de ejercicios para ayudar a los usuarios.

El parque biosaludable sirve de complemento al programa de salud "de la pastilla a la zapatilla" dirigido a grupos de tercera edad, pero puede ser usado por personas de cualquier edad. La nueva instalación ha sido financiada por La Caixa.



## ZUBIRIKO PARKE BIO-OSASUNGARRI BERRIA

Dagoeneko instalatuta dago Zubiriko parke bio-osasungarri berria. Kiroldegi ondoko plazan jarri da zirkuitua, aire zabaleko jarduera fisikoa sustatzeko. Ariketa-ibilbide batean oinarrituta diseinatu da, eta 6 gailu ditu, izen desberdinekin identifikatuta. Bizikleta estatikoa jarduera fisikoa egin aurretik berotzeko nahiz zangoak lantzeko erabil daiteke. Bizkarra lantzeko 'zikloi' delakoa da aproposena; 'tornado' eliptikoa hankak eta besoak lantzeko; 'montzoia' hanketan indarra lantzeko; 'ipar-haizea' bularrean eta sorbaldeetan indarra lantzeko; eta gupila oso egokia da besoen koordinazio orokorrerako eta sorbaldekin lan egiteko.

Instalazioak sarbide libre eta publiko du, eta kiroldegian programatutako zenbait jardueretan ere erabiliko da. Makinen ondoan informazio-panel bat ipiniko da erabiltzaileei laguntzeko oinarriko erabilera-arauekin eta ariketa-taulen proposamenekin.

Parke bio-osasungarria hirugarren adinekoei zuzendutako "Pastillatik zapatilara" osasun-programaren osagarri da, baina edozein adinetako pertsonak erabil dezake. La Caixak finantzatu du instalazio berri hau.

## "DE LA PANTALLA, A LA ZAPATILLA", PROGRAMA DEPORTIVO PARA JÓVENES DE 15 A 18 AÑOS

El Ayuntamiento de Esteribar y Zubilan han llevado a cabo durante el verano un programa piloto de actividades deportivas al que se inscribieron 13 jóvenes. El programa de actividades "De la pantalla a la zapatilla" se ofreció de forma gratuita a los abonados al Polideportivo de Esteribar de entre 14 y 16 años. Eder Fernández, técnico deportivo de la instalación es el responsable de las actividades. Eder nos cuenta que tras la buena acogida del programa, "se ha decidido incluirlo en la temporada 21-22. "De la pantalla a la zapatilla" pretende alejar a los jóvenes de las pantallas, ordenadores y móviles priorizando una vida activa y saludable mediante el ejercicio físico. Es un programa gratuito dirigido a abonados de edades de entre 15 y 18 años que incluye sesiones de crossfit, TRX, entrenamiento en sala de fuerza, trabajo aeróbico, HIIT y Tábata, y sesiones de spinning virtual. Además, posibilita el acceso al gimnasio con el control del técnico deportivo a jóvenes en edades en las que por libre no podrían acceder".

Si queréis informaros sobre el nuevo programa "De la pantalla a la zapatilla" podéis llamar al Polideportivo de Esteribar al 948 304 007.



## "PANTAILATIK ZAPATILARA", 15-18 URTEKO GAZTEENTZAKO KIROL PROGRAMA

Esteribarko Udalak eta Zubilanek kirol jardueren programa pilotu bat egin dute udan, eta 13 gaztek eman zuten izena. "Pantailatik zapatilara" programa doan eskaini zitzaizen Esteribarko Kiroldegiko 14 eta 16 urte bitarteko abonatuak. Eder Fernández instalazioko kirol teknikaria da jardueren arduraduna. Ederrek esan digunez, programak izandako harrera onaren ondoren, 2021-2022 denboraldian sartzea erabaki dute. "Pantailatik zapatilara" programak pantailatik, ordenagailuetatik eta mugikorretatik aldeni nahi ditu gazteak, ariketa fisikoaren bidez, bizitza aktiboa eta osasungarria lehenetsi dezaten. 15 eta 18 urte bitarteko abonatuak zuzendutako doako programa da, eta barne hartzen ditu crossfit, TRX saioak, indar-gelako entrenamendua, lan aerobikoa, HIIT eta Tábata saioak eta spinning birtualeko saioak ere. Gainera, gimnasioan sartzeko aukera ematen die gazteei beren kabuz sarzerik ez duten adinetan, betiere kirol-teknikariaren kontrolpean.

"Pantailatik zapatilara" programa berriari buruzko informazioa nahi izanez gero, Esteribarko kiroldegira dei dezakezue, 948 304 007 zenbakira.

## ACTIVIDADES FÍSICAS Y DE OCIO TEMPORADA 21-22

Se ha enviado a todos los domicilios de Esteribar el folleto informativo de actividades deportivas y de ocio organizadas por el Ayuntamiento de Esteribar y Zubilan para la temporada 2020-2021. Asier Uriarte, gerente de Zubilan nos habla del programa de actividades: "Habrá sesiones de spinning virtual para todos los abonados y abonadas a la instalación así como spinning en sala en el Polideportivo de Esteribar. También se impartirán Yoga, Crosstrain, Pilates, Danza Txiki y Reordenación Postural. De la misma forma se continuará con el Programa "De la pastilla a la zapatilla" por el que ya han pasado más de 130 personas. Recordamos que para realizarlo es necesaria la receta deportiva y la aprobación del médico de familia del Centro de Salud.

En el Rocódromo del Polideportivo se impartirá escalada de iniciación y escalada adultos.

La Ludoteca Gargarintxo en Zubiri sigue con su actividad para niños y niñas de 5 a 12 años en colaboración con la Mancomunidad de Servicios de Huarte y Esteribar, aunque este año ha ofrecido menos plazas de las habituales debido a la situación de pandemia.

El Club de Montaña Eremua Esteribar ha organizado salidas montaÑeras de Trail y BTT y también la Bici escuela de BTT con clases durante todo el curso. Hay que destacar que el Club de Montaña de Eremua Esteribar cuenta ya con más de 100 socios.

En Larrasoña se ofrece Patinaje de 4 años en adelante y en el Centro Iroso de Eugi, Reordenación postural.

En el Local Dotacional de Oloki se ha programado también un amplio número de actividades para los vecinos y vecinas del valle. Gimnasia, Spinning, Kangoo Power I y II, Hipopresivos, Tonificación, Zumba y una nueva actividad de Baile Flamenco. En el Local Dotacional se ofrece también servicio de Ludoteca Gargarintxo de 5 a 12 años.

Las actividades de ocio programadas por Zubilan y el ayuntamiento para esta temporada incluyen Talleres de Pintura, Inglés y Micología. La tarifa incluye precios con descuentos especiales para personas con minusvalías +33%, parados, familias numerosas, mayores de 65 y menores de 16 años".

Para cualquier duda sobre cualquiera de las actividades, podéis llamar al 948 304 007, Polideportivo de Esteribar (Zubiri).

## JARDUERA FISIKOAK ETA AISIALDIKOAK, 21-22 DENBORALDIA

Etxe guztietara iritsi da Esteribarko Udalak eta Zubilanek 2021-2022 denboraldirako antolatutako kirol eta aisialdi jardueren berri emateko liburuxka. Asier Uriarte Zubilaneko kudeatzaileak jarduera-programari buruz hitz egin digu: "Spinning birtualeko saioak egingen dira Esteribarko Kiroldegian instalazioko abonatu guzientzat, bai eta spinning-a ere. Yoga, crosstrain, pilates, dantza txikia eta jarrera-berrantolaketa ere eskainiko dira. Era berean, "Pastillatik zapatilara" programarekin jarraituko da, dagoeneko 130 pertsona baino gehiagori eskaini zaie. Gogoan izan programan parte hartzeko kirol-errezeta eta osasun-zentroko familia-medikuaren onespena behar direla.

Kiroldegiko rokodromoan helduen eskalada eta hastapen eskalada emanen dira.

Zubiriko Gargarintxo Ludotekak 5 eta 12 urte bitarteko haurrentzako jarduerarekin jarraitzen du, Uhartre eta Esteribarko Zerbitzu Mankomunitatearekin lankidetzan. Aurten, aldiz, pandemia dela eta, ohikoa baino leku gutxiago eskaini dituzte.

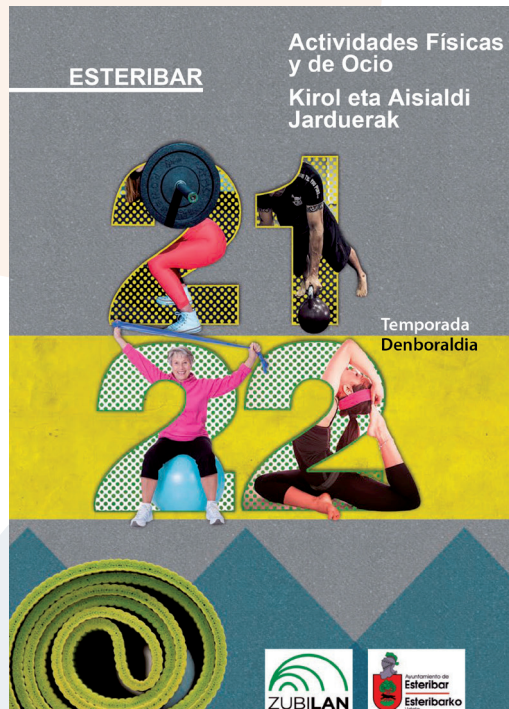
Eremua Esteribar Mendi Taldeak Trail eta BTT mendi irteerak antolatuko ditu, baita BTT eskola ere, eta ikasturte osoan zehar klaseak emanen dira. Aipatzekoa da Eremua Esteribarko Mendi Elkarteak 100 bazkide baino gehiago dituela dagoeneko.

Larrasoñan 4 urtetik gorakoentzat patinajea eskainitzen da eta Eugiko Iroso zentroan, berriz, jarrera-berrantolaketa.

Olokkiko gizarte-etxean ere jarduera ugari programatu dira ibarreko bizilagunentzako: gimnasia, spinning, kangoo power I eta II, hipopresiboak, tonifikazioa, zumba eta lehen aldiz, dantza flamenkoa. Gargarintxo Ludotekak bere zerbitzua eskainiko du 5-12 urte arteko haurrentzat eraikin berean.

Zubilanek eta Udalak denboraldi honetarako antolatu dituzten aisialdiko jardueren artean daude pintura, ingelesa eta mikologia tailerrak. Tarifak beherapen bereziak hartzen ditu barne elbarritasuna duten pertsonentzat -% 33-, langabetuentzat, familia ugariarentzat, 65 urtetik gorakoentzat zein 16 urtetik beherakoentzat".

Edozein jarduerari buruzko zalantzarik izanez gero, deitu Esteribarko kiroldegira (Zubiri): 948 304 007.





## UNA CONSULTORA AMBIENTAL ANALIZARÁ EL PROYECTO DE PARQUES EÓLICOS DE SACYR

La Corporación Municipal de Esteribar, mediante acuerdo unánime del pleno, aprobó la contratación de una Consultora Ambiental para estudiar el anteproyecto y el informe de impacto ambiental presentado por la empresa Sacyr y para la redacción de las alegaciones al mismo que presentará el Ayuntamiento de Esteribar. El B.O.N. nº 185 de 9 de agosto publicó la apertura del periodo de exposición pública de 30 días para la presentación de alegaciones al anteproyecto y el informe de impacto ambiental con vistas al inicio del procedimiento de tramitación de evaluación de impacto ambiental ordinaria y a la obtención de la autorización administrativa previa por parte de la empresa Sacyr para los parques eólicos Navarra 1, Navarra 2 y Navarra 4 que afectan a Esteribar.

El órgano competente para autorizar el proyecto es la Dirección General de Industria y Proyectos Estratégicos del Gobierno de Navarra, según refleja el BON. El Ayuntamiento y los Concejales se encuentran en fase de preparar las alegaciones para la defensa de sus intereses, en este periodo de exposición pública.

## #DESTINOESTERIBAR TRASPASA FRONTERAS

#DestinoEsteribar, es un proyecto público-privado que fomenta valores positivos y pretende el desarrollo de una actividad turística comprometida y responsable. Desde el P.I.T. de Zubiri, Nerea Lazcoz ofrece información turística y cultural sobre el valle a peregrinos, turistas y visitantes. "Este año han sido muy numerosos los practicantes de BTT que han llegado a conocer los recorridos Eremua en Esteribar que ya traspasan fronteras; se han acercado una gran cantidad de aficionados a la BTT, sobre todo de Austria, Bélgica y Suiza y nacionales de Cataluña y País Vasco". En [www.destinoesteribar.com](http://www.destinoesteribar.com) podrás conocer todo lo que el valle te puede ofrecer, ¡no te lo pierdas!



## VERANO DE OBRAS EN EL C.P. GLORIA LARRAINZAR

Se han llevado a cabo varias obras de mejora en el C.P. Gloria Larrainzar de Zubiri. En 2019 se instaló un ascensor para garantizar la accesibilidad al edificio. Este verano, se ha adecuado la envolvente térmica del edificio, sustituyendo la carpintería exterior y la cubierta. Está previsto el cambio de la caldera por un modelo más acorde con la reducción de emisiones. Todas las obras se han realizado con subvenciones del Dpto. de Educación del Gobierno de Navarra y del IDAE. Por otra parte, se ha ampliado y renovado la valla incluyendo el nuevo espacio del proyecto del colegio "Ganando Patio", terrenos que el Ayuntamiento ha cedido al colegio. Se han pintado también las aulas y los despachos.



## INGURUMEN-AHOLKULARITZA BATEK SACYREKO PARKE EOLIKOEN PROIEKTUA AZTERTUKO DU

Esteribarko Udaltzatzen osoko bilkuraren aho batez hartutako erabakiaren bidez, Ingurumen Aholkularitza bat kontratatzea onartu zuen, Sacyr enpresak aurkeztutako aurreproiektua eta ingurumen-inpaktuaren txostena aztertzeko eta Esteribarko Udalak aurkeztuko dituen alegazioak idazteko. Abuztuaren 9ko NAO (185. Zk) 30 eguneko jendaurreko epea ireki zen aurreproiektuari zein ingurumen-inpaktuari buruzko txostenari alegazioak aurkezteko, ingurumen-inpaktuaren ohiko ebaluazioa izapidetzeko prozedura hasteko eta Sacyr enpresak Esteribarko eragiten dioten Nafarroa 1, Nafarroa 2 eta Nafarroa 4 parke eolikoetarako alde aurreko administrazio-baimena lortzeko.

Proiektua baimentzeko organo eskuduna Nafarroako Gobernuak Industria eta Proiektu Estrategikoen Zuzendaritza Nagusia da, NAO jasotakoaren arabera. Udala eta kontzejak beren interesak defendatzeko alegazioak prestatzen ari dira jendaurreko aldia aurkeztu ahal izateko.

## #DESTINOESTERIBAR MUGAK GAINDITUZ

#DestinoEsteribar, balio positiboak sustatzen dituen proiektu publiko-privatua da, eta jardura turistiko konprometitu eta arduratsua garatzea du helburu. TIP-ean Nerea Lazcozek bialarari buruzko informazio turistikoa eta kulturala ematen die erromes, turista eta bisitariari. "Aurten asko izan dira BTT zaleak, Eremu ibilbideak eza-gutzerara iritsi diren mugazgandiko bisitariak; "BTTren zale asko hurbildu dira, batez ere Austria, Belgika eta Suitzakoak eta baita nazionalak ere, Katalunia eta Euskadikoak kasu". Ibarak eskaini diezazukeen guzti-guztia [www.destinoesteribar.com](http://www.destinoesteribar.com) helbidean topatu duzu, etzazula galdu!

## OBREN UDA IZAN DA GLORIA LARRAINZAR IPN

Uda honetan hainbat hobekuntza-obra egin dira Zubiriko Gloria Larrainzar ikastetxe publikoan. 2019an igogailua jarri zen eraikinaren irisgarritasuna bermatzeko. Uda honetan, eraikinaren ingurutzaila termikoa egokitzeko lanak egin dira, eta kanpoko arotzeria eta estalkia ordeztu. Lan hauek Nafarroako Gobernuak Hezkuntza Departamentuaren dirulaguntzarekin eta EDAlen laguntzarekin egin dira. Dirulaguntzaren barruan, galdararen ordeztzeak murrizteko egokiagoa den eredu bat jartzea ere aurrekusi da. Bestalde, inguruko hesia handitu eta berritu da, "Patioa irabaziz" ikastetxeko proiektuko parkea barne. Udaltza lursail horiek ikastetxeari laga dizkio, eta gelak eta bulegoak ere margotu dira udan zehar.

## CLUB DEPORTIVO IBARARTE 11 AÑOS DE FÚTBOL SALA Y VOLEIBOL

El Club Deportivo Ibararte nació en Septiembre de 2010 para que a partir de los 5 años los niños y niñas del valle practicasen Fútbol Sala y Voleibol; 11 años en los que el club ha ido creciendo con jugadores de Esteribar y de otros pueblos de la zona como Erro, Burguete y Valcarlos.



Haritz Arrieta, licenciado en INEF, fue uno de sus impulsores y su presidente desde el comienzo: "Trabajamos para promocionar la actividad física como medio de educación, socialización y salud", nos dice. "A partir de los 5 años y sin límite de edad, niños y niñas pueden practicar estos dos deportes. Tenemos dos escuelas de Fútbol Sala para los niños de 5 a 10 años y equipos en las categorías Infantil, Cadete y Juvenil. Actualmente estamos en la Categoría de 2º B, compitiendo con equipos de otras comunidades". Respecto al Voleibol, nos dice: "el Voleibol está dirigido a las chicas y tenemos equipos en las categorías de Minivoley, Infantil, Juvenil y Senior. Tenemos varias jugadoras en el equipo de la Selección Navarra y Amaia Cosín está fichada por el Voleibol Astillero, que juega en la Superliga Femenina, la máxima categoría nacional. En el Club tenemos un entrenador para cada una de las categorías tanto en Fútbol Sala como en Voleibol. Este otoño vamos a lanzar una campaña de captación de socios que esperamos tenga una buena acogida y la gente ayude al Club a continuar desarrollando nuestra labor" por muchos años". El Club también cuenta con el apoyo del Ayuntamiento y de Magna.

## NUEVA SALA POLIVALENTE Y AMPLIACIÓN DE APARCAMIENTO EN EL AYUNTAMIENTO

El ayuntamiento del valle cuenta con una nueva sala polivalente de 100 m2. que se ha habilitado en un espacio sin uso desde la construcción del edificio. La sala se ha dotado con mesas, sillas, proyector y una pizarra electrónica cedida por el colegio, pensando en su uso tanto para la actividad habitual del ayuntamiento como por parte de personas y asociaciones del valle, previa solicitud de reserva. Las obras de la nueva sala se han subvencionado con los Fondos Extraordinarios Covid del G. de Navarra. Mediante un Convenio con el Ayuntamiento, en previsión de las necesidades que pueden surgir por el uso de la nueva sala y como solución a los problemas actuales de aparcamiento, la empresa Magna, propietaria de los terrenos adyacentes al edificio, ha habilitado una nueva zona para vehículos junto a las llamadas "Casas de Magna", y un acceso peatonal hormigonado que lo conecta con el edificio.



## IBARARTE KIROL-KLUBA 11 URTEZ BOLEIBOL ZEIN ARETO-FUTBOLEAN

Ibararte Kirol Kluba 2010eko irailan sortu zen, 5 urtetik aurrera ibarreko haurrek areto-futbola eta boleibola egin zezaten. 11 urtez Esteribarko jokalariek eta inguruko beste herri batzuetako jokalariek (Erro, Auritz eta Luzaide) batuta hazi da kluba.

Haritz Arrieta, INEFen lizentziaduna, hasiera-hasieratik izan zen

bultzatzaileetako bat eta presidentea ere bada: "Jarduera fisikoa hezkuntza, sozializazio eta osasun-baliabide gisa sustatzeko lan egiten dugu", esan digu. "5 urtetik aurrera, eta adin-mugarik gabe, bi kirol horiek egin ditzakete haurrek. Areto-futboleko bi eskola ditugu 5 eta 10 urte bitarteko haurrentzat, eta taldeak haur, kadete eta gazteen kategorietan. Gaur egun 2. B kategorian gaude, beste erkidego batzuetako taldeekin lehiatzen".

Boleibolari dagokionez, honakoa dio: "Boleibola neskei zuzenduta dago, eta taldeak ditugu Minivoley, Haur, Gazte eta Senior kategorietan. Hainbat jokalariditugu Nafarroako Selekzioko taldean, eta Amaia Cosín Voleibol Astillero fitxatu du. Emakumezkoen Superligan jokatzen du, Espainiako kategoria gorenean. Kluban entrenatzaile bana dugu kategoria bakoitzean, bai areto-futbolean bai boleibolean. Udazken honetan, bazkideak erakartzeko kanpaina bat jarriko dugu martxan. Kanpaina horrek harrera ona izatea espero dugu, jendeak Kluba babes dezan, urte askoan gure lana egiten lagunduz".

Klubak Udalaren eta Magnaren laguntza ere badu.

## UDALETXEKO ERABILERA ANITZEKO GELA BERRIA ETA APARKALEKUA HANDITZEA

Bailarako Udalak 100 m2-ko erabilera anitzeko gela berria du, eraikina eraiki zenetik erabilera izan ez duen espazio batean prestatua. Aretoak mahaiak, aukiak, proiektorea eta ikastetxeak utzitako arbel elektronikoa bat ditu, udalaren nahiz erreserba egiten duten bailarako pertsona eta elkarten ohiko jarduerarako erabiltzeko. Areto berriko obrek Nafarroako Gobernuak Covid funts berezien dirulaguntza jaso dute. Udalarekin sinatutako hitzarmen baten bidez, areto berria erabiltzeagatik sor daitezkeen beharrak aurreikusiz eta aparkatzeko egungo arazoak konpontzeko, Magna enpresak, eraikinaren ondoko lurren jabeak, ibilgailuentzako eremu berri bat prestatu du "Magnako Etxeak" deiturikoen ondoan, eta honekin batera, udalarekin lotzen den hormigoizko oinezkoen sarbide bat ere.



## GRAN ÉXITO DE LOS CAMPAMENTOS DE VERANO

Las 6 semanas de campamentos para los más jóvenes del valle organizadas este verano por el Ayuntamiento y Zubilan, han sido todo un éxito. Teniendo en cuenta todas las normas y recomendaciones de seguridad marcadas por las autoridades sanitarias debido a la situación de pandemia, la sociedad municipal Zubilan organizó campamentos en Zubiri, Olloki y Eugi para niños de 4 a 12 años que comenzaron en junio y han durado hasta principios de septiembre.

En Zubiri fueron campamentos de inmersión lingüística en euskera con natación y taller de emociones y en bilingüe con actividad de natación. En Olloki se ofrecieron multiactividades con visitas guiadas al Museo Oteiza y al Casco Antiguo de Pamplona. Y en Eugi con actividades de naturaleza, taller de emociones y visita a la fábrica de armas. En estos campamentos han participado un total de 126 niños y niñas del valle.

En colaboración con el CNAI (Centro Navarro de Autoaprendizaje de Idiomas) se organizaron campamentos urbanos en Inglés en Olloki y Zubiri en los que participaron 93 niños y niñas. En Zubiri el campamento en inglés incluyó juegos y actividades en la piscina del polideportivo.

## RESTAURADA EN AUZOLAN LA IGLESIA DE SAN MARTÍN DE INBULUZKETA

En 2017, la pequeña y preciosa Iglesia Parroquial de San Martín de Inbuluzketa necesitaba un nuevo tejado, la humedad había penetrado en su interior y el grado de deterioro era importante. En octubre de ese año el Concejo de Inbuluzketa decidió pedir un mecenazgo al Gobierno de Navarra, con él obtuvieron numerosas donaciones que cubrieron parte del presupuesto, y con la ayuda de su párroco, Santiago Quemada, llegaron a un acuerdo con el Arzobispado. Los vecinos propusieron un auzolan para restaurar el resto.

En 2019 se renovó el tejado y se pintó el interior. Durante el año largo que ha durado la obra, los vecinos han realizado la restauración de la puerta de entrada, los retablos del altar mayor, dedicado a San Martín, el de San Sebastián, el de la Virgen del Rosario, el viacrucis, el suelo, el púlpito y los bancos del atrio. También se ha comprado un piano, tiene nueva iluminación interior y un sistema de ventilación natural que permite mantener el interior en las mejores condiciones; los bancos han llegado de Barcelona donados por las Siervas de María y el campanario se ilumina por la noche señalando el edificio. El 31 de julio, el Arzobispo de Pamplona, Francisco Pérez celebró una misa a la que acudieron todos los vecinos y celebraron el éxito de su trabajo y que parte de su patrimonio seguirá vivo para las nuevas generaciones.



## UDA KO KANPALDIEN ARRAKASTA HANDIA

Udalak eta Zubilanek uda honetan antolatu dituzten kanpaldien 6 asteak biziki arrakastatsuak izan dira. Osasun-agintariek pandemiaren ondorioz ezarritako segurtasun-arau eta gomendio guztiak kontuan hartuta, Zubilan udal-elkarteak kanpaldiak antolatu zituen Zubirin, Ollokin eta Eugin 4 eta 12 urte bitarteko haurtzat, ekainean hasi eta irailaren hasierara arte.

Zubirin euskaraz murgiltzeko kanpamentuak izan ziren, igeriketa eta emozio tailer eta guzti, eta ingelesezko kanpaldi bat ere izan zen, igeriketa jarduerarekin. Ollokin jarduera ugari eskaini ziren, Oteiza Museora eta Iruñeko Alde Zaharrera bisita gidatuak barne. Eta Eugin, natur-jarduerak, emozioak lantzeko tailerrak eta armaolara bisitak ere bai. Kanpaldietan, guztira, bailarako 126 neska-mutilek hartu dute parte.

Honetaz gain, CNAIrekin (Hizkuntzen Autoikaskuntzarako Nafarroako Zentroa) lankidetzan, ingelesezko hiri-kanpaldiak antolatu ziren Ollokin, eta 93 haurrek hartu zuten parte. Zubiriko kiroldegiko igerilekuan ere jolasak eta jarduerak egin ziren ingelesezko kanpaldiaren baitan.

## INBULUZKETAKO SAN MARTIN ELIZA AUZOLANEAN BERRITUTA

2017an, teilatu berriaren beharrean zen Inbuluzketako San Martin parrokia-eliza txiki eta ederra. Hezetasunaz gain, hondatze-maila handia zen, hortaz, urte hartako urrian, Inbuluzketako Kontzejuak Nafarroako Gobernuari mezenasgo bat eskatzea erabaki zuen. Honi esker, dohaintza ugari lortu eta aurrekontuaren zati bat ordainduta, Santiago Quemada apaizaren laguntzarekin artzapezpikutzarekin akordioa lortu zuten. Auzolana egin zuten beste guztia konpontzeko.

2019an teilatua berritu eta barrualdea margotu zen. Lanak iraun duen urte luzean, bizilagunek zaharberritu egin dituzte sarrerako atea, San Martinen omenezko aldare nagusiko erretaulak, Sebastian Deuna eta Arrosarioko Ama Birjinaren erretaulak, kalbarioa, zorua, pulpitu eta atrioko bankuak. Piano bat ere erosi dute, argiztapen berria jarri diote barruan eta aireztapen sistema natural bat, barnealdean baldintzarik onenetan mantentzea ahalbideratzen duena. Mariaren Zerbitzariek emaniko bankuak Bartzelonatik ekarri dituzte, eta kanpandorea gabez argizatzen da orain, erakina nabarmenduz. Uztailaren 31n, Iruñeko Artzapezpi-ku Francisco Perezek meza egin zuen elizan, herritar guztiak bertaratu ziren eta pozik ospatu zuten euren lanaren arrakasta. Denen artean egindako lanari esker, herriko ondarearen zati batek bizirik iraunen du belaunaldi berrientzat.

## SER GANADERO EN ESTERIBAR, UNA VIDA LIGADA A LA TIERRA

Ser ganadero no es tarea fácil, solo una fuerte vocación ayuda a sobrellevar los desafíos y las dificultades. Tal vez por esto son cada vez menos quienes eligen esta profesión, hoy quedan en el valle pocas personas con la ganadería como actividad principal, uno de ellos nos habla sobre su profesión.

Guillermo Eugui procede de una familia de ganaderos: "Soy ganadero desde hace 50 años. Es una profesión que requiere una dedicación total, los animales no tienen horas, pero es un trabajo que me gusta. Tienes que estar siempre atento; te dejan un portillo abierto y te causan un grave problema, los animales se escapan, tienes que ir a buscarlos y recoger el ganado en el monte supone muchas horas de andar sin parar. Añade, "con la pandemia ha venido mucha gente al valle, la mayor parte son respetuosos, pero con que uno no lo sea, nos causa graves problemas, es necesario más respeto y más sentido común".

"En mi caso no hay relevo familiar, pero en el valle hay jóvenes que se han animado a crear empresas ganaderas y hay que apoyarles. Aquí no estamos tan bien considerados socialmente como por ejemplo en Francia, no hay que ir muy lejos para verlo. En Francia los ganaderos son importantes, se unen y luchan por su profesión. La ganadería de pequeña explotación en extensivo es una gran protectora del Medio Ambiente, hace que prados y bosques se mantengan en las mejores condiciones, y si te das una vuelta, puedes verlo enseguida, verás dónde se trabaja y dónde no".

Guillermo añade: "Ser ganadero es una profesión complicada y muchas veces no nos sentimos apoyados. La Administración, desde los despachos toma decisiones equivocadas y todos pagamos las consecuencias. Menos prados, montes sucios y un mayor peligro de incendios. Prohibir las cabras fue desastroso, ellas eran las mejores desbrozadoras naturales y ahora es inviable económicamente mantener el monte limpio. En Esteribar tenemos problemas con los buitres. Por ejemplo en las peñas de Adorruga, cerca de Uetxi hay 80 buitres, siempre han anidado ahí y no se van a ir. Los animales muertos tenemos que recogerlos hasta que el camión los lleva a la incineradora de Andosilla, esto tiene un costo y una parte sale de tu bolsillo. Los buitres tienen hambre y comen lo que encuentran, no van a abandonar sus nidos, la primavera es época de cría y coincide con la del ganado, todos los años hay ataques a vacas parturientas o a crías recién nacidas. En los valles vecinos hay muladares, pero en Esteribar no, nos consideran "Zona de Aeropuerto", aunque los buitres eso no lo saben y siguen y seguirán volando por el valle".



## ESTERIBARREN ABELTZAIN IZATEA, LURRARI LOTUTAKO BIZITZA

Abeltzaina izatea ez da lan erraza; bokazio sendoak soilik lagun dezake horrek dakartzan erronkak eta zailtasunak gainditzen. Agian horregatik dira gero eta gutxiago lanbide hau aukeratzen dutenak. Gaur egun abeltzaintza jarduera nagusizat dutenak gutxi dira ibarrean, eta ondoko lerroetan jaso ditugu bertako abeltzain baten hitzak.

Guillermo Eugi abeltzain-familia batekoa da: "Abeltzaina naiz duela 50 urtetik. Erabateko dedikazioa eskatzen duen lanbidea da, animaliek ez baitute ordurik, baina gustuko lana da hala ere. Adi egon behar izaten da beti; ataka irekia utzi eta arazo larria sortzen baitizute, animaliek ihes egiten dute, haien bila joan behar duzu eta nekeza izaten da azienda mendian jasotzea, ordu asko eman behar izaten dira oinez gelditu gabe. Eugik gaineratu duenez, "pandemiaren ondorioz, jende asko hurbildu zaigu bailarara, gehienak begirunez, baina hala ez den bakar bat aski izaten da arazo larriak eragiteko. Errespetu gehiago behar da, eta zentzu handiagoa".

"Nire kasuan ez dago familia-segidarrik, baina bailaran izan badira abeltzaintza enpresak sortzera animatu diren gazteak, eta lagundu egin behar zaie. Hemen ez gaude sozialki Frantzian bezain ongi kontsideratuta, ez da urrutira joan behar hortaz ohartzeko. Frantziar abeltzainak garrantzitsuak dira, bat egiten dute, eta beren lanbidearen alde borrokatzen dira. Ustiapen estentsibo txikiak babes handia dira ingurumenarendako, belardiak eta basoak egoera onenean mantentzen baititu. Inguruan itzuli bat eginda, berehala ikusiko duzu non egin den lan eta non ez".

Guillermok hau gehitu du: "Abeltzaina izatea lanbide zaila da, eta maiz ez gara babestuta sentitzen. Administrazioak erabaki okerrak hartzen ditu bulegoetan, eta denok

ordaintzen ditugu ondorioak: pentze gutxiago, mendi zikinak eta sute-arrisku handiagoa. Ahuntzak debekatzeari ere desastrea izan zen, haiek baitziren sasi-garbitzeko makina naturalik onenak, eta orain ekonomikoki bideraezina da mendia garbi mantentzea. Esteribarren arazoak ditugu putreekin. Adibidez, Adorragako haitzetan, Usetxitik gertu, 80 sai daude. Beti han ibili dira eta ez dira handik joanen. Beraz, guk jaso behar izaten ditugu hildako animaliak kamioiak Andosillako erraustegira eramanez. Horrek badu kostu bat, eta zati bat geure poltsikotik ateratzen da. Putreak gose dira eta aurkitzen dutena jaten dute. Ez dituzte habiak utziko, udaberria hazkuntza garaia da eta bat dator ganaduaren garaiarekin. Urtero izaten dira erasoak erditzen duten behiei edo kume jaioberriei. Inguruko bailaretan "muladar" delakoak daude jaten emateko, baina Esteribarren ez. Gu "aireportuko eremutzat" hartzen gaituzte, nahiz eta putreek hori ez jakin eta ibarrean zehar hegan jarraitu".



## EL AUTOBÚS POR LA REPOBLACIÓN RURAL LLEGA A ESTERIBAR

Zubiri, como fin de la primera etapa del Camino de Santiago, recibió al "Autobús de la repoblación" de la Feria Nacional Presura para la repoblación de la España rural. En esta V edición, el autobús recorrerá pueblos y ciudades de la ruta del Camino de Santiago, elegida por la importancia que este ha tenido como espacio para la comunicación y el intercambio; para el flujo de ideas y proyectos. La iniciativa tiene como objetivo que los emprendedores descubran que el medio rural tiene mucho que ofrecerles, que puede ser un espacio de oportunidades para poner en marcha sus ideas o negocios. Que se llegue a ver la España rural como un mundo con futuro, un espacio de progreso y de innovación social, ante los retos que nos plantea el S. XXI.

A la cita en Zubiri en defensa del medio rural acudieron, además de la alcaldesa de Esteribar, Matilde Añón, el Consejero de Cohesión Territorial Bernardo Ciriza, que destacó la importancia del medio rural para el desarrollo social y territorial de Navarra.

En el encuentro participaron también el director general de Administración Local y Despoblación, Jesús M<sup>a</sup> Rodríguez; la directora general de Turismo, Comercio y Consumo, Maitena Ezkutari; la directora gerente del Instituto Navarro para la Igualdad, Eva Istúriz; el director gerente del Instituto Navarro de Juventud, Carlos Amatriáin; el director adjunto de Magnesitas Navarra, Jorge Baños; la gerente de la Fundación Universidad-Sociedad de la UPNA, losune Pascual; y el presidente de la Asociación Turística Nafar Basoak, Fernando Goñi.

La Feria Presura, iniciativa de la asociación soriana de emprendimiento social "El Hueco", es un referente en la lucha por la repoblación de la España rural, suscitando cada año la atención del mundo político, social, económico y mediático. La feria celebrará este año su V edición del 4 al 7 de noviembre en Soria bajo el lema "#ruralfemenino" centrada en destacar especialmente proyectos promovidos por mujeres, dirigidos a ellas o en los que las mujeres tengan una participación destacada.

A través del canal de YouTube PresuraTV, cada invitado explicó en qué iniciativas están trabajando, desde su ámbito de competencia, para conseguir la puesta en valor y la repoblación del medio rural.

Matilde Añón, en su intervención destacó las potencialidades del valle y la necesidad de apoyo por parte de las Administraciones para poder realizar proyectos dirigidos a fijar y atraer población a Esteribar.

## LANDA EREMUKO BIPOPULAKETAREN ALDEKO AUTOBUSA ESTERIBARRERA IRITSI DA

Donejakue Bidearen lehen etaparen amaiera gisa, Zubirin izan zen Presura Azoka Nazionaleko "birpopulaketaren autobusa" Espainiako landa eremuaren birpopulaketaren alde. Autobusa Donejakue bideko herri eta hirietan ibiliko da V. edizio honetan. Izan ere, bidea hautatu dute komunikaziorako eta trukerako gune gisa ideien zein proiektuen fluxurako izandako garrantziagatik. Ekimenaren helburua da ekintzaileak konturatzea landa-inguruneak asko duela eskaintzeko, beren ideiak edo negozioak abian jartzeko aukera eremua izan daitekeela. Landa-inguruneke Espainia etorkizuna duen esparru gisa ikustea da asmoa, XXI. mendeak planteatzen dizkigun erronken aurrean aurrepenerako eta gizarte-berrikuntzarako gune.

Landa-ingurunearen defentsan, Zubiriko hitzorduan Matilde Añón Esteribarko alkatearekin batera izan zen Bernardo Ciriza Lurralde Kohesioko kontseilaria ere. Besteak beste, Nafarroako gizarte eta lurralde-garapenerako landa-inguruneak duen garrantzia azpimarratu zuten.

Bertan izan ziren, halaber: Toki Administrazioiko eta Despopulazioko zuzendari nagusi Jesús M<sup>a</sup> Rodríguez; Maitena Ezkutari Turismo, Merkataritza eta Kontsumoko zuzendari nagusia; Eva Isturiz Nafarroako Bertintasunerako Institutuko zuzendari kudeatzailea; Carlos Amatriáin Nafarroako Gazteriaren Institutuko zuzendari kudeatzailea; Jorge Baños Magnesitas Navarrako zuzendari laguntzailea; losune Pascual NUPeko Uni-

bertsitate-Gizarte Fundazioko kudeatzailea eta Fernando Goñi, Nafar Basoak turismo-elkarteko presidentea ere.

"El Hueco" gizarte-ekintzailetzako Soriako elkartearen ekimena da Presura Feria, eta erreferentea da landa-eremuko Espainia birpopulatzeko borrokan, urtero pizten baitu inguru politiko, sozial, ekonomiko eta mediatikoaren arreta. Azoka azaroaren 4tik 7ra izanen da Sorian, "#ruralfemenino" lelopean.

Emakumeek sustatutako proiektuak nabarmendu nahi dira aurtengoan, emakumeei zuzendutako egitasmoak zein emakumeek parte-hartze nabarmena dutenak. Presuratv izeneko YouTubeko kanalaren bidez eman zuten gonbidatu bakoitzak bere eskumen-esparrutik landa-inguruneari balioa eman eta birpopulaketa lortzeko lantzen ari diren ekimenen berri.

Matilde Añón alkateak ibarraren potentzialtasunak nabarmendu zituen bere hitzaldian, eta Administrazioen aldetik herritarrek Esteribarren finkatu eta hona erakartzeko proiektuak egiteko laguntzaren beharra ere azpimarratu.



## CONCEJOS DE ESTERIBAR EUGI

Seguimos la serie dedicada a los Concejos de Esteribar. Hoy hablamos con el Presidente del Concejo de Eugi, Unai Seminario.

### ¿Desde cuándo eres presidente del Concejo de Eugi?

Comenzamos la legislatura en noviembre de 2020, tuvimos que cerrar el año y fue bastante complicado, hay que ponerse al día en un montón de asuntos, y aprender a trabajar telemáticamente, lo que te permite acceder a la información de forma más rápida y cómoda, y ahorra mucho tiempo. Tengo un gran equipo que me ayuda, si no, hubiera sido imposible. Hasta que no estás aquí realmente no sabes la cantidad de tiempo que hay que dedicar al Concejo.

### ¿En qué proyectos estáis trabajando?

"Proyectos no nos faltan: el arreglo de las pistas deportivas, un almacén para los materiales del Concejo y un pequeño parque para caravanas. Hemos arreglado el Cementerio y tenemos previstas también obras en varios edificios propiedad del Concejo. Seguimos con Centro de Referencia Histórica Olondo y estamos intentando que el Gobierno de Navarra equipare la Real Fábrica de Armas de Eugi a la de Orbaiceta, lo que nos permitiría acceder a más ayudas para continuar con las campañas arqueológicas en un espacio que ocupa una superficie de más de 10.000 m<sup>2</sup>. Seguimos con el proyecto transfronterizo Kintoan Barna, cofinanciado con Fondos Europeos Feder a través de un programa Interreg España-Francia-Andorra (POCTEFA) junto a otras 13 localidades desde Pamplona hasta S. Jean de Pied de Port; un proyecto muy ambicioso que trata de impulsar el turismo cultural y natural vertebrado a través del Quinto Real y en el que participamos con el Ayuntamiento de Esteribar y los Concejos de Larra-soaña y Zubiri. Con la pandemia han ido surgiendo nuevos retos, hemos tenido muchísimos visitantes y vemos la necesidad de reorganizar accesos y aparcamientos en el pueblo. Estos proyectos nos permiten crear empleo para gente de la zona, lo que es importante para nosotros.

### ¿Qué presupuesto tiene el Concejo de Eugi?

Este año es de 800.000 €, la mayor parte se va en personal y mantenimiento de pistas, edificios y servicios. Tenemos albergue, ludoteca, biblioteca, Centro Cívico con sala de ordenadores. Es importante la partida para trabajos forestales, tenemos muchísimo monte, más de 40 km de pistas forestales y varias rutas alrededor del pueblo y hay que mantenerlas, no olvidemos que casi un tercio del territorio de Esteribar pertenece a Eugi, y excepto el casco urbano, el resto es bosque.

### ¿Cuál es la relación con las otras administraciones?

En algún momento fue complicada pero ahora la relación con el Ayuntamiento es bastante fluida. Cuando hay buena voluntad por parte de todos, las cosas son más fáciles y los proyectos pueden ir adelante.

## ESTERIBARKO KONTZEJUA EUGI

Jarraipena emanen diogu Esteribarko kontzejuei eskaintako serieari: oraingo honetan, Eugiko Kontzejuko presidente Unai Seminarioekin solastu gara.

### Noiztik zara Eugiko Kontzejuko lehendakaria?

Legealdia 2020ko azaroan hasi genuen, urtea itxi behar izan genuen eta nahiko zaila izan zen, gai pilo batean eguneratu beharra dago, eta telematikoki lan egiten ere ikasi, izan ere, horri esker, informazioa azkarrago eta erosoago eskura dezakegu, eta denbora asko aurreztu. Talde handi bat daukat atzean laguntzen, bestela ezinezkoa izanen zen. Egia esan tokatu arte ez da jakiten zenbateraino eskaini behar zaion denbora Kontzejuari.

### Zein proiektutan ari zarete lanean?

Proiekturik ez zaigu falta: kirol-pistak konpondu, Kontzejuko materialentzako biltegi bat eta karabanentzako parke txiki bat ditugu eskuartean. Hilerria konpondu dugu, eta kontzejuaren jabetzako zenbait eraikinetan ere obrak egitea aurrekusi dugu. Olondo Erreferentzia Historikoko Zentroarekin aitzina goaz, saiatzen ari gara Nafarroako Gobernuak Eugiko Errege Arma Fabrika Orbaizetakoarekin pareka dezan; horri esker, laguntza gehiago eskuratu ahal izanen baikenituzke arkeologia-kanpaineekin jarraitzeko, 10.000 m<sup>2</sup> baino gehiagoko azalera hartzen duen eremuan. Kintoan Barna mugaz gaindiko proiektuarekin ere segitzen dugu, Feder Europako Funtsekin finantzaturako Interreg Espainia-Frantzia-Andorra (POCTEFA) programaren bidez eta Iruñetik Donibane Garaziraino dauden beste 13 herrirekin batera. Kintoan Barna asmo handiko proiektua da, Kintoaren bidez egituraturako turismo kultural eta naturala sustatzeko, Esteribarko Udalarekin batera eta Zubiri eta Larra-soañako Kontzejuekin elkarlanean. Pandemia egoerarekin batera herrian erronka berriak sortu dira, bisitari ugari izan ditugu, eta besteak beste, herriko sarbideak eta aparkalekuak berrantolatze beharra ikusten dugu. Proiektu horiei esker, inguruko jendearentzat enplegua sor genezake, eta hori garrantzitsua da guretzat.

### Zer aurrekontu du Eugiko kontzejuek?

Aurten 800.000 €-koa da, gehienak langile eta pisten, eraikinen zein zerbitzuen mantentze-lanetan. Eugin aterpetxea, ludoteka, liburutegia eta gizarte-etxea ere baditugu, ordenagailu-gela eta guzti. Basoko lanetarako partida ere handia da, mendi asko dugu, 40 km baino gehiagoko baso-pistak eta herriaren inguruko hainbat ibilbide, eta mantendu ere egin behar dira; kontuan izan behar da Esteribarko lurraldearen ia herena Eugirena dela, eta hirigunea izan ezik, gainerakoa oihana dela.

### Zer nolako harremana duzue beste administrazioekin?

Uneren batean zaila izan zen, baina orain udalarekiko harremana nahiko erraza da. Guztion aldetik borondate ona egonda, gauzak errazagoak izaten dira, eta proiektuak aurrera joan daitezke.





## EL "PALACIO DE OLLOQUI", LUCE SUS MEJORES GALAS

Antonio y Estíbaliz Correia Arrasate lo tenían muy claro: "Buscábamos un espacio donde celebrar eventos al aire libre y el emblemático Palacio de Olloqui nos pareció el lugar ideal". Así el noble e histórico edificio fue escogido para su proyecto. La institución Príncipe de Viana dio el visto bueno a la rehabilitación y en 2020, el noble y antiguo Palacio de Cabo de Armería con sus torreones, su patio de armas y sus jardines volvía a lucir sus mejores galas, convertido ahora en el lugar perfecto para la celebración de bodas y eventos privados de todo tipo: actos de empresa, presentaciones, comuniones o cualquier otra celebración tiene su sitio en este lugar con la historia y personalidad necesarias para hacer de un evento una experiencia inolvidable. "Tenemos capacidad para 700 personas. La pandemia nos pilló de pleno, pero al tener espacios al aire libre nos ha afectado menos y la situación se va normalizando. Estamos encantados con como marcha todo, ya tenemos reservas para este año y el próximo y estamos trabajando en la construcción de otro espacio con el mismo enfoque en el vecino Señorío de Arleta". Para los vecinos de Esteribar ha sido una gran alegría ver renacer de sus cenizas al Palacio más emblemático del valle.

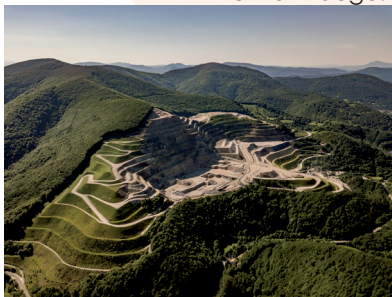


## OLLOKI JAUREGIA BERE ONENA ERAKUTSIZ

Oso argi zuten Antoniok eta Estíbaliz Correia Arrasatek: "Aire zabaleko ekitaldiak egiteko lekua bilatzen genuen, eta Olloki jauregi enblematikoa leku ezin hobea iruditu zitzaigun". Hala, eraikin noble eta historikoa hautatu zuten euren proiekturako. Vianako Printzea erakundeak zaharbertitzeari oniritzia eman, eta 2020an, Armagintza Kaboaren Jauregi noble eta zaharrak, bere onena erakutsi zuen berriro ere bere dorre, arma-patio eta lorategi eta guzti. Gaur egun, leku ezin hobea da ezkontzak eta era guztietako ekitaldi pribatuak egiteko: enpresa-ekitaldiak, aurkezpenak, jaunartzeak edo beste edozein ospakizun, leku ahaztezina du leku horretan, historiarekin eta nortasunarekin. "Bertan 700 lagunentzako lekua dugu. Pandemiak bete-betean harrapatu gintuen, baina aire zabaleko espazioak izatean eragin gutxiago izan du, eta egoera normalduz doa. Poz-pozik gaude gauzak nola doazen ikusita, urte honetarako eta hurrengorako erreserbak baditugu jada, eta alboko Arletako jaurrean ere beste espazio bat eraikitzen ari gara". Esteribarko bizilagunentzat poz handia izan da jauregi ospetsua errautsetatik birjaio izana.

## MAGNA, 75 AÑOS COMPARTIENDO FUTURO

Magnesitas Navarras sigue de celebración, "realmente el 75 aniversario fue en 2020 pero todo lo previsto tuvo que dejarse en suspenso". Hablamos con Jorge Baños, su Director General Adjunto: "Creo que Magna está haciendo bien las cosas y me siento muy orgulloso. Para nosotros es muy importante la conversación con nuestro entorno, conjugar nuestros intereses con los intereses del entorno. Queremos celebrar este aniversario hablando de futuro. Pretendemos seguir generando riqueza y empleo. Somos conscientes de que la minería es una actividad que genera debate, pero es una industria esencial y estratégica, el óxido de magnesio es materia prima imprescindible en muy diversos campos: actividades agropecuarias, industriales, salud humana, recuperación medioambiental".



Jorge Baños añade, "queremos contar con el apoyo del entorno en que desarrollamos nuestra actividad, es vital para nosotros. Para la recuperación de la zona de explotación de la mina de Eugi a través de un novedoso Plan de Gestión de la Biodiversidad estamos trabajando con el naturalista Beltrán Ceballos, que lleva más de 20 años luchando por la conservación del Parque de Doñana. El futuro de Magna pasa por Artesiaga, no hay alternativa, sólo esta explotación permitirá la continuidad de la empresa, el mantenimiento del empleo y la creación de nuevas oportunidades de trabajo".

## MAGNA, 75 URTE ETORKIZUNA PARTEKATZEN

Ospakizunetan jarraitzen du Magnesitas Navarras taldeak, "2020an izan zen 75. urteurrena, baina aurreikusitako guztia bertan behera utzi behar izan genuen" dio Jorge Baños zuzendari nagusiak. "Uste dut Magna gauzak ondo egiten ari dela eta oso harro nago. Guretzat oso garrantzitsua da gure inguruarekin hitz egitea, gure interesak eta ingurunearen interesak uztartzea. Urteurrena etorkizunaz hitz eginez ospatu nahi dugu. Aberastasuna eta enplegua sortzen jarraitu nahi dugu. Badakigu meatzaritzak eztabaida sortzen duela, baina funtsezko industria estrategikoa da, magnesio oxidoa ezinbesteko lehengaia baita hainbat arlotan: nekazaritza eta abeltzaintza jardueretan, industria jardueretan, giza osasunean, ingurumenaren berreskurapenean".

Jorge Bañosek gaineratu duenez, "gure jarduera garatzen dugun ingurunearen babesa nahi dugu, ezinbestekoa da guretzat. Beltrán Ceballos naturalistarekin ari gara lanean Eugiko meatzeko ustiatze-eremua berreskuratzeko, Biodibertsitatea Kudeatzeko Plan berri baten bidez. Izan ere, berak 20 urte baino gehiago daramatza Doñanako parkearen kontserbazioaren alde borrokan. Magnaren etorkizuna Artesiagatik pasatzen da, ez dago alternatibarik, ustiapen horri esker soilik jarraituko baitu enpresak enpleguari eutsiz eta lan-aukera berriak sortuz".

"Para Magna es importante que vecinos, ayuntamiento y concejos nos conozcan bien; aunque es una actividad inocua, somos conscientes de que tiene un fuerte impacto sobre el paisaje, por eso queremos gestionar y planificar su recuperación con las mejores herramientas disponibles". "La minería atesora otra suerte de ventajas", añade, "es una industria que no se deslocaliza, el compromiso con el territorio donde se ubica el recurso mineral se mantiene a lo largo de la vida de la explotación, y el empleo que se crea abarca un amplio rango de cualificaciones profesionales". Actualmente entre la mina de Eugi y la planta de Zubiri, Magna da empleo a 232 personas.

## LA SALUD, ANTE TODO

### ¿QUÉ ES EL AYUNO INTERMITENTE?

Por José Javier Celorio  
Médico de Familia del Consultorio de Zubiri

El ayuno intermitente es una alternativa dietética que en los últimos tiempos se ha hecho muy popular en la sociedad y que muchas personas realizan. Básicamente se trata de restringir toda la ingesta diaria en un periodo de tiempo más limitado y, en consecuencia, aumentar el número de horas sin ingerir alimentos.

El ayuno se ha utilizado como terapia a lo largo de nuestra historia evolutiva; incluso en muchas culturas se incluyen periodos de restricción alimentaria durante el año (vigilia, mes de Ramadán, etc.). Pero no fue hasta el siglo pasado que empezó a estudiarse de forma científica. Aproximadamente a las 10 horas de la última ingesta se aumenta la liberación de los ácidos grasos y se produce una reducción de la insulina en la sangre de modo que el cuerpo comienza a obtener energía de la grasa en lugar de la glucosa. Además, aumentan otras hormonas, las catecolaminas, resultando en un aumento del metabolismo.

Si bien no es la panacea, lo cierto es que se trata de una herramienta segura que en determinadas situaciones puede ser saludable desde un punto de vista médico. En personas con resistencia a la insulina, con sobrepeso, el ayuno intermitente ayuda a recuperar la sensibilidad a la insulina en mayor medida que otros enfoques más clásicos como la restricción calórica o el tradicional patrón alimentario de realizar 5 comidas al día.

Todos hacemos ayuno intermitente durante el sueño nocturno. Si se prolonga esta ventana de ayuno a 12 horas, cenando antes o desayunando más tarde, ya podríamos empezar a notar muchos de sus beneficios (ayuno 12/12). Si compruebas que es útil para ti y que puedes integrarlo con facilidad en tu rutina habitual, puedes de forma progresiva ir alargando este periodo de ayuno hasta las 16h e ir agrupando todas las comidas en una ventana de 8 horas (ayuno 16/8).

En todo caso, no debemos olvidar que realizar ejercicio físico de forma habitual, asegurar un descanso nocturno suficiente y alimentarse de forma razonable con comida real evitando comidas y bebidas insanas es mucho más beneficioso para nuestra salud que cuando comemos. Salud y Fuerza.

"Magnarentzat garrantzitsua da bai bizilagunek, Udalak zein Kontzejuek ongi ezagut gaitzaten; izan ere, kalterik egiten ez duen jarduera izanda ere, jabetzen gara eragin handia duela paisaian, eta hain zuzen ere, horrexegatik kudeatu eta planifikatu nahi dugu paisaiaren berreskurapena eskura ditugun tresnarik onenekin". Erantsi duenez, "meatzaritzak beste abantaila batzuk ditu, industria ez da deslokalizatzen, baliabide minerala dagoen lurraldearekiko konpromisoa mantendu egiten da ustiapenaren bizitzan zehar, eta sortzen den enpleguak kualifikazio profesional ugari barne hartzen ditu". Gaur egun, Eugiko meategiaren eta Zubiriko lantegiaren artean, 232 langile ditu Magnak.

## OSASUNA LEHENTASUN

### OSASUNA OROREN GAINETIK: ZER DA ALDIZKAKO BARAUA?

(Zubiriko kontsultategiko familia-mediku J.J. Celorrioren kolaborazioa)

Aldizkako baraualdia alternatiba dietetikoa da, gizartean oso ezaguna egin dena eta pertsona askok egiten dutena. Funtsean, eguneroko otordu guztiak denbora laburragoan hartzea da helburua, eta, ondorioz, janaririk hartu gabeko ordu-kopurua handitzea.

Baraualdia terapia gisa erabili izan da gure eboluzio-historian zehar; kultura askotan ere elikadura murrizteko aldiak ere izaten dira (bijilia, Ramadanekeo hilabetea, etab.). Baina joan den mendera arte ez zen modu zientifikoa ikertzen hasi. Azken ahorakinetik 10 ordu ingurura, gutxi gorabehera, gantz-azidoen askapena handitzen da, eta odolean intsulina gutxitu; horrela, gorputza gantzatik hasten da energia lortzen glukosatik eskuratu beharrean. Gainera, katekologamien gisako beste hormona batzuk ere areagotzen dira, aldi berean metabolismoa areagotuz.

Panazea ez bada ere, tresna segurua da, eta egokira jakin batzuetan osasungarria izan daiteke ikuspuntu medikotik. Intsulinarekiko erresistentzia duten eta gehiegizko pisua duten pertsonen kasuan, aldizkako baraualdiak intsulinarekiko sentiberatasuna berreskuratzen laguntzen du beste ikuspegi klasikoago batzuk baino, besteak beste, kaloriak murriztu edota egunean 5 otordu egiteko elikadura-eredu tradizionala baino gehiago.

Denok egin ohi dugu aldizkako baraua gaueko lealdian. Baraualdiko tarte hori 12 ordu luza bada, lehenago afalduz edo geroago gosalduz, haren onura asko nabaritzen has gaitzake (12/12 baraua). Egiaztatu gero zuretzat erabilgarria dela eta zure ohiko errutinan erraz txerta dezakezula, pixkanaka baraualdia 16 ordu luza dezakezu eta otordu guztiak 8 orduko tartean bildu (16/8 baraua).

Nolanahi ere, ezin dugu ahanzi jaten duguna baino askoz ere osasungarriagoa dela gure osasunarentzat ariketa fisikoa maiz egitea, gabez behar adina atsedan hartzea eta benetako janarekin zentzuz elikatzea, janari eta edari ez-osasungarriak saihestuz. Osasuna eta indarra.





SEÑALIZADA

# 09 AZEGI-ETXARRO-SAIGOTS



[WWW.EREMUA.COM](http://WWW.EREMUA.COM)

18 km

583 m

583 m

2 - 3 h

Zubiri

Zubiri, Urtasun, Eugi



DESCRIPCIÓN DE LA RUTA / IBILBIDEAREN DESKRIBAPENA

 AZEGI-ETXARRO-SAIGOTS

Partiendo del centro EREMUA en Zubiri (Polideportivo), cogeremos la NA-138 en dirección Eugi. Al llegar a Eugi, cogeremos la pista que comparte subida con la 08. Urtasun y que conecta con el collado de Gurrutxaga que conecta con Zilbeti. En el collado iremos en busca de las laderas del monte Azegi. Una vez que las rutas se separan, comienza una magnífica bajada en busca del barranco de Etxarro y, a continuación, una preciosa senda de subida en dirección a la antena que está en el puerto de Zilbeti, lugar donde esta ruta y la 10.Saigots uniran sus caminos. Este sector de bajada es coincidente con el GR-225 por lo que se aconseja extremar las precauciones para evitar accidentes con senderistas.

Una vez lleguemos al camino que va paralelo al río Arga, cruzaremos el puente para ir en busca del camino que sube a Saigots. Una vez allí, cogeremos la carretera NA-138 dirección Zubiri. Ruta con dos increíbles bajadas que recorren los rincones más secretos de Esteribar.

 AZEGI-ETXARRO-SAIGOTS

Zubirin EREMUA zentrotik abiatuta (Polikiroldegia), NA-138 errepidea hartuko dugu Eugi aldera. Eugira iristean, igoera 08. Urtasunekin partekatzen eta Zilbetirekin lotzen duen Gurrutxagako muinoarekin lotzen duen pista hartuko dugu. Muinoan, Azegi mendiaren magalen bila abiatuko gara. Ibilbideak bereizten direnean, jaitsiera zoragarri bat hasten da Etxarroko amildegiruntz eta, ondoren, Zilbeti portuan dagoen antena norabidean igotzeko senda polit bat jarraituko dugu. Han, gure ibilbideak eta 10.Saigots ibilbideak bat egingo dute. Puntu horretatik, Saigotsen jaitsiera bila joango gara.

Jaitsiera hau GR-225arekin bat dator, beraz, komenigarria da kontuz ibiltzea aurkitu ditzakegun mendizaleekin istripuak ekiditeko. Arga ibairen parean doan bidera iristerakoan, zubia zeharkatuko dugu Saigotsera doan bidea bilatzeko. Behin han egonda, NA-138 errepidea hartuko dugu Zubiri norabidean.

Ibilbide honek, bi jaitsiera ikaragarriak dituenak, Esteribarko bazter sekretuen zehar eramaten gaitu.



\*RESPECTA LA SEÑALIZACIÓN Y NO CIRCULES FUERA DE LOS CAMINOS MARCADOS • \*SEINALEZTAPENA ERRESPEATU ETA EZ JOAN MARKATUTAKO IBILBIDEAREN KANPONTIK



# 09 AZEGI-ETXARRO-SAIGOTS

