

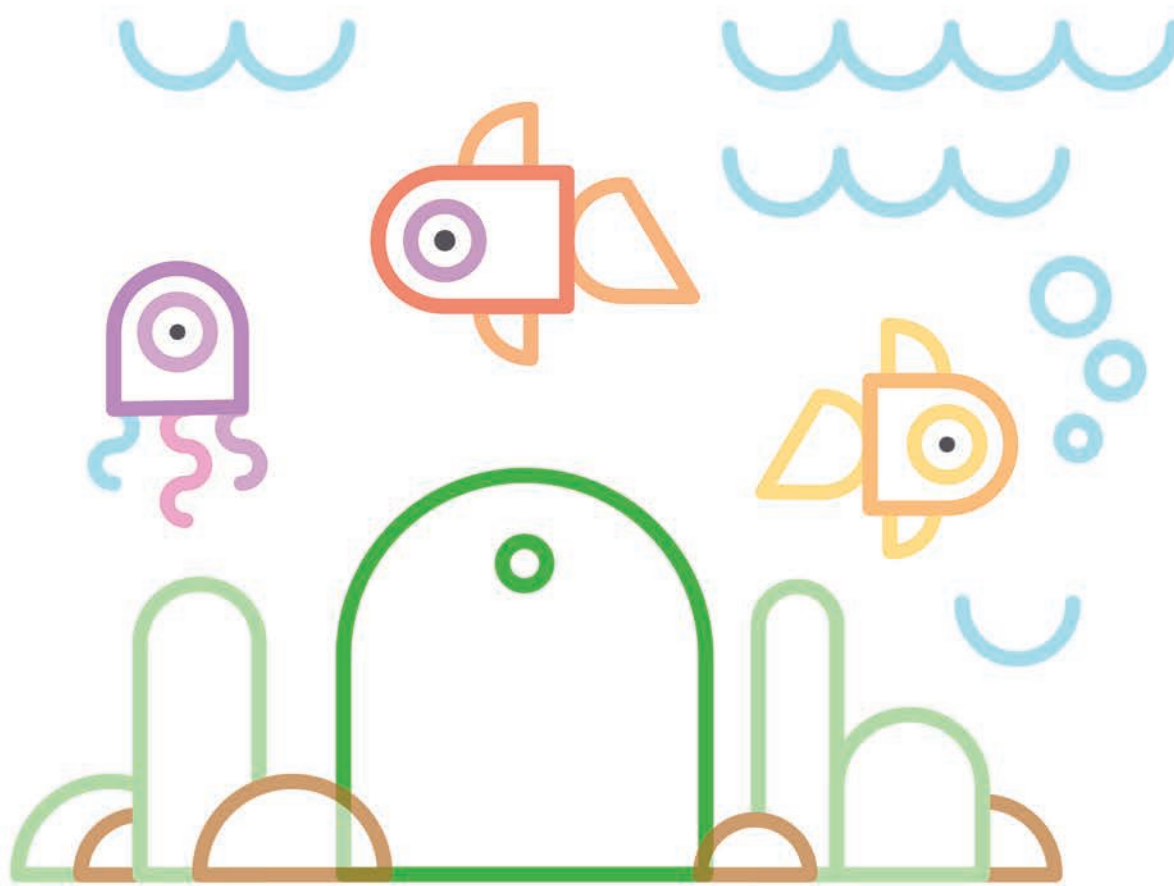
MAILOPE

ARAITZ | BETELU | LARRAUN | LEKUNBERRI

337 - 2025eko UZTAILA



GAZTEEK ANTOLATU
ETA HERRIAK OSPATU



**BEIRA BIRZIKLATUZ,
ASKOZ GEHIAGO EGITEN DUZU.**



Beira birziklatzen duzunean
lehengaien erabilera,
energia kontsumoa murrizten
eta klima-aldaketa geldiarazten
laguntzen duzu.

 **ECOVIDRIO**



Oficina de **Prevención**
de Residuos y de Impulso
a la Economía Circular
Hondakinak **Prebenitzeko**
eta Ekonomia Zirkularra
Bultzatzeko Bulegoa

Gobierno
de Navarra  Nafarroako
Gobernua



NAVARRA ‡ **NAFARROA**

Una forma de funcionar | Our own way | Gauzak egiteko dugun modua

· MAILOPE DOAN BANATZEN DA HONAKO HERRIETAN:

Albiasu, Aldatz, Alli, Arribe, Arruiz, Astitz, Atallu, Azkarate, Azpirotz, Baraibar, Betelu, Errazkin, Etxarri, Gaintza, Gorriti, Intza, Iribas, Lekunberri, Lezaeta, Madotz, Mugiro, Oderitz, Uitzu eta Uztegi.

· ARGITARATZEN DU:

Mailope Kultur Elkartea.

L.G.: NA 719/93

Mailopek ez du bere gain hartzen bertan adierazitako iritzi eta esanen erantzukizunik.

issuu.com/mailopealdizkaria

· ERREDAKZIOA:

Ainhua Beraza, Aitor Irastortza, Arantxa Mikeo, Ane Ubegun, Irati Moreno, Mikel Hernandorena eta Xanti Begiristain.

· ARGAZKIAK:

Ainhua Beraza, Axier Beaza, Ane Baraibar, Beñat Barberena, Bernar Azpirotz, Blanca Aldanondo, Celia Watts, Inge Zubillaga, Irati Buldain, Javier Oreja, Jesús Elosegui, Joxe Mari Zabaleta, Juan Antonio Garaikoetxea, June Astiz, Kirolmank, Maite Lasarte eta Plazaola Partzuergo Turistikoa.

· PUBLIZITATEA:

Irati Moreno - 660 476 041

· TIRADA: 1.600 ale.

Nafarroako Gobernuak, eskualdeko Udal, kontzeju eta bazkideek babestutako aldizkaria.

Gobierno de Navarra  Nafarroako Gobernua

02



IRAGARKIA

04



KUXKUXEAN Zorion agurrak

07



MAITE DITUT MAITE
Arruiztik Zurginēneco bordara

8



ERREPORTAJEA

"Beteluko jaiak gazteok antolatzen ditugu"

Beteluko Jai Batzordea: Irati Buldain, Izarne Eskamendi, Mikel Zubillaga eta Arkaitz Buldain.



12



BATZARRE

14



ELKARRIZKETA

"Medikuntzan ikasitakoa ez da ahazten"

Javier Oreja Buldain (Errazkin)



18



KULTURA

22



KIROLA

"Bizitza aktibo eta osasuntsu bat mantentzea garrantzitsua da"
Beñat Barberena Zubillaga (Lekunberri)



28



PLAZATIK PLAZARA

"Izarberrin kalitatezko janaria eta etxeko giroa eskaini nahi ditugu"
Jenifer Briones eta Celia Watts



31



AGENDA



Jare Elordi Azurmendi
Ekainaren 4an, 3 urtetxo
betetzen dituzu!
Zorionak, etxeko printzesari!
Ongi pasa zure urtebetetze
eguna, eta musu handi bat
familia guztiaren partetik!



Ane Elordi Sanz
Abuztuaren 2an, 3 urtetxo
betetzen dituzu, printzesa!
Zorionak, Ane!
Ongi pasa zure urtebetetze
eguna, eta musu asko
familia guztiaren partetik!

Eneko Etxeberria Arguiñarena

Uztailaren 12an, 5 urte.
Zorionak, potxolo!
Egunero ez dira 5 urte
betetzen! Egun ederra
pasa, eta jarraitu orain
arte bezain jator!
Musu pila bat, Ane, aita,
ama eta familia guztiaren
partez. musu handi bat!



Iraia Elordi Sanz
Uztailaren 18an, 6 urtetxo
betetzen dituzu, printzesa!
Zorionak, Iraia!
Ongi pasa zure urtebetetze
eguna, eta musu asko familia
guztiaren partetik!



Ur Zubeldia Egidazu
Uztailaren 23an, 7 urte.
Zorionak, Lezaetako
sorgin alaiari!
Eguzkiaren inguruan bira
berri on maitea!



Mailope aldizkaria zorion agurrak jasotzeko irrikan dago!
Idatz info@mailope.eus helbide elektronikora, edo deitu
660 476 041 telefonora hilaren 20a baino lehen.



Lagunasesoría S.L.

**Fiskala
Laborala
Kontabilitatea
Seguruak...**

k/ Artzanegi, 2 Behea 31870 Lekunberri (Nafarroa) tel/fax 948 504 232
lagunasesoria@terra.es

Bar Ainhua

- Razioak
 - Pintxoak
 - Ogitartekoak
 - Plater konbinatuak
 - Gosariak Tostadak mermeladarekin
eta bertan eskuz egindako madalenak,
erroskilak, croisant-ak eta napolitanak.
- Astelehenetik ostiralera goizeko 7:00etatik aurrera
Aralar 15, 31870 Lekunberri (Nafarroa)
948 504 077 • 639 778 851 • aitziberalf@hotmail.com



ISTRIPUA IZAN ZEN LARRAUN PAREAN

A-15 errepideko Leitzarango autobian istripua gertatu zen, 30,1 kilometroan, Donostiarako noranzkoan, Lekunberri eta Leitza artean. Istripuaren ondorioz, bi norazkoen erreia itxi behar izan zutela jakinarazi zuten. Nafarroako Gobernuak adierazi duenez, kamioi batek eta auto batek talka egin zuten, eta kamioia Pagozelaiko tunelaren parean gelditu zen. Kamioi horren gidaria, 50 urteko gizonezkoa, Irungo Bidasoa Eskualdeko Ospitalera eraman zuten, polikontusioekin. Talkaren ondorioz, bigarren kamioi bat gelditu zen eta hirugarren kamioiak eta furgoneta batek talka egin zuten. Azken hiru hauek sutan hasi ziren. Jarraian, hiru autok talka egin zuten, eta ibilgailuen kalteak baino ez ziren izan.



TENPERATURA ALTUEK ARRISKUAK AREAGOTU DITUZTE

Ekainaren 21ean eta 22an, bero bolarren ondorioz, abisu horia ezarri zuen AEMETek (Estatuko Meteorologia Agentziak) Nafarroan. Temperaturek, 34 °C-tik gorakoak izan ziren. Horren aurrean, osasun-agintariek zenbait neurri gomendatu ditu: eguzkipean egotea saihestea, batez ere eguerditik arratsaldeko 17:00ak arte, ur asko edatea, eguzkitako krema erabiltzea eta arropa fresko eta argia janzteia. Bestalde, arratsalde partean euri zaparradak eta ekaitzak ere espero ziren, eta horrek alerta meteorologikoa areagotu zuen.



BETELUKO PRESA BAINURAKO PREST

Udako oporrak gertu dauden honetan, Beteluko Udalak bertako presa garbitu eta egokitze lanak burutu ditu, bainurako gunea erabilgarri egon dadin herritarrentzat eta bisitarientzat. Azken asteotan inguruko belardiak, bazterrak eta erreka txukundu dira, espazioa segurua eta atsegina uzteko helburuarekin. Herritarrek gogorarazi dute gunen natural paregabe hau errespetuz eta arduraz erabiltzea funtsezkoa dela: "Zaborrik ez uztea eta ingurumenarekiko jarrera egokia bermatzea ezinbestekoak dira".

► Inge Zubillaga Irazu (Atallu)



*Egunak luzatzea
opari moduan
San Joan gaua ospatzea
lagunen artean.*

*Egun pasa mendian
parrez ta hitzeitten
beharrezkok genittun
orduak pasatzen.*

*Bazkalostean lasai
eguzkitan etzan
eskerrak bideari.*

*Halako momentuak
ez dira errez ahazten
bihotzean gordeak.*

Doinua: Agur Xiberoa. **Hurrengoa:** Nahiane Ijurko Sarasa (Betelu).

Autogobernua indartzearekin, funtsezkoa dena hobetzen da: kalitatezko zerbitzu publikoak, herritarrentzako benetako ongizatea dakartenak.

Autogobernu eraginkorra gizarte-kohesiorako faktore gisa: erabakiak hemendik hartzen direnean, kudeaketa bizkorragoa, eraginkorragoa eta Nafarroako errealitatera egokitua da.

Nafarroako **Parlamentuaren % 90eak** bermatu du eskumenen berrintegrazio hau: hazten jarraitzeko **adostasun demokratikoa**.

Nafarroak hazten jarraituko du **eskumen berriekin:** **ikasketa-bekak, Ebroko autobidea (AP-68) eta I+G+B** jada Estatuarekin negoziatzen ari dira.

Nafarroa HAZI egiten da

hemendik erabakitzen dugunean

Foru Komunitateak,
64 urte geroago,
trafikoaren kudeaketa
berreskuratu du



Gobierno de Navarra  Nafarroako Gobernua



AGENDA
2030

autogobernua.nafarroa.eus

Informazio gehiago:



NAVARRA  **NAFARROA**

Una forma de funcionar | Our own way | Gauzak egiteko dugun modua

Hurrengoa:

Noa Ríos Gaztelumendi (Lekunberri)



**June Astiz Legarra
(Arruiz)**

maite ditut maite gure bazterrak

Arruiztik Zurgingeneko bordara

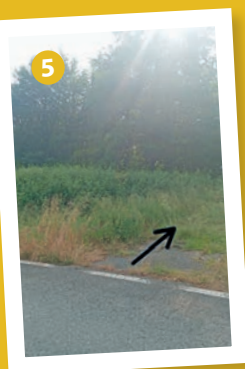
Ibilbidea: joan-etorria
Distantzia: 5,97 km
Desnibela: 135 m
Zailtasuna: erraza

Zergatik aukeratu dut?

Nire familiarentzako ibilbide berezia delako erabaki dut, izan ere, borda nire birraitonak eta bere anaiak eraiki zuten, eta bertara askotan joaten ziren. Borda aurretik zerrategi moduan funtzionatzen zuen.

Bidea:

- 1 Joan-etorria Arruizko plazaren ondoan dagoen iturrian hasiko dugu; hemendik behera jaitsiz eta elizarantz igoko gara. Ondoren, pistan aurrera jarraituko dugu, ukuilu batera iritsi arte.
- 2 Ukuilua baino lehenago dagoen bidegurutzean eskuinerantz hartuko dugu, eta pista aurrera jarraituko dugu.
- 3 Honen bukaeran, beste bidegurutze batekin topatuko gara, eta honetan ezkerreko bidea hartuko dugu.
- 4 Bide horretan aurrera jarraituko dugu zuzen, eta, azkenean, Santa Luzia ermitara iritsiko gara. Bertan, eskuinerantz dagoen bidea jarraituko dugu, errepide zaharrera iritsi arte.
- 5 Behin errepidera iritsita, beherantz jaitsiko gara, eta lehenbiziko bihurgunean eskuinaldean dagoen txenda jarraituko dugu.
- 6 Txenda Plazaola trenbidean amaituko da, eta nahi izanez gero, metro gutxitara Beltzuntzeko zubia ikusi dezakegu.
- 7 Behin Plazaolan gaudela, Lekunberrirantz joango gara, eta zubi bat pasa ondoren, eskuinaldean dagoen txenda hartuko dugu.
- 8 Bidea jarraituta, azkenean bordara helduko gara.



●● Beteluko Jai Batzordea: Mikel Zubillaga, Izarne Eskamendi, Irati Buldain eta Arkaitz Buldain

“Beteluko jaiak gazteok antolatzen ditugu”



Mikel Zubillaga, Izarne Eskamendi, Irati Buldain eta Arkaitz Buldain jaietako txosna parean.

8

Gazteen parte hartze aktiboa ezinbestekoa da Beteluko festak modu eraginkorrean gauatzeko. Urtero, 16 eta 30 urte bitarteko herritarrek Beteluko Lagunartea osatzen dute. Bertatik, Jai Batzordea osatzen duen komisia sortzen da, eta horrela, herriko gazteak, festetako antolakuntzaz arduratzen dira.

Aurreko urtean parte hartu duten kideen artean, Jai Batzorde berria hautatzen dute. Aurtengo edizioan 18 lagun elkartu dira, horien artean: Irati Buldain, Izarne Eskamendi, Mikel Zubillaga eta Arkaitz Buldain.

Urteroko legez, esperientzia dutenen eta lehenengo aldiz parte hartzen dutenen ikuspuntuak nahastuz, denen beharretara egokitzen diren festak antolatzeko asmoz bildu dira. Jai batzordeak bederatzi hilabete inguru daramatza lanak aurreratzen, lehenengo bilera urrian egin baitzuten, eta ordutik, bi astetik behin el-

kartu dira.

Egitaraua antolatzeko, hainbat alderdi lantzea ezinbestekoa da, “Musika taldeen prestasuna kontuan hartuta, festen programazio osoa antolatzen dugu” azaldu du Irati Buldainek. Gainera, Beteluko patroia San Pedro denez, jaien egunak horren arabera egokitzen saiatzen gara” adierazi du Mikel Zubillagak.

Antolakuntza ez da lan xamurra

Beteluko Udalak laguntza tekniko eta ekonomikoa eskaintzen dituen arren —karpa, komunak edo lehen

“Beteluko patroia San Pedro denez, jaien egunak horren arabera egokitzen saiatzen gara”

Mikel Zubillaga

eguneko edariak adibidez—, festetako eguneroko antolakuntza Jai Batzordearen esku gelditzen da. “Alderdi ekonomikoz gain, atzetik, lan handia egiten dugu: eskaerak, pro-

gramazioa, materiala, txosna, kioskoa muntatzea..."azaldu du Arkaitz Buldainek. "Denetarik egin behar dugu, eta komisioko kide zarenean ohartzen zara zer den benetan festak antolatzea" gehitu du Iratik.

Lan banaketa ez da beti erraza, eta pertsona bakoitzaren borondateak eta ardurak eragina dutela azpimarratu dute. Adin nagusienekoei ekimen gehiago antolatu ohi dituzte, eta gazteagoek lan fisikoagoak edo dinamikoagoak: "Helduenek ardura handiagoak hartzen dituzte: ekonomia, kontratazioak, baimenak, etab. gazteek berriz, umeentzako jokoak, lehiaketak, eta horrelako jarduerak antolatzen dituzte" azaldu du Izarne Eskamendik.

"Azkenean, festan zaude, eta lanean aritu arren, ongi pasatzen duzu"

Izarne Eskamendi



Elkarriketatuak Jai Batzordea biltzen den gelan.

Eta noski, eztabaidak ere sortzen dira, baina erabakiak taldean eta bozketen bidez hartzen dira, herriarren iritzia ere kontuan hartuta. "Festak ez dira guretzat bakarrik, herriar guztientzako dira" azpimarratu dute.

Dirua eta eguraldia, urteroko bi erronka nagusiak

Ekonomikoki, Udalak emandako laguntzaz gain, Jai Batzordeak, bere diru sarrerak lortzen ditu: txartel salmentekin, txosnaren bidez, etab. Horregatik, barraren kudeaketa egokia funtsezkoa da, eta eguraldia aurreikustea ere ezinbestekoa da. Izan ere, ekintza nagusiak plazan egiten dira, eta euria eginez gero, karparen erabilera irtenbide egokiena da.

**NEKAZARITZA, INDUSTRIA ETA ERAIKUNTZA
ARLOETAKO HORNIGAIK
BURDINDEGI ETA BRIKOLAJEKO TAILERRA**

URZUBI S.A.

Tel. 948 50 42 41
Fax 948 60 45 20

Lekunberri
urzubi@hotmail.com

**TAXI
SOROA**
609 168 217
Bederatzi plaza

CARPINTERIA HNOS. AZPIROZ, S.L.
ZURGINTZA OROKORRA
INDUSTRIALDEA 15- LEKUNBERRI
Telefonoa eta Faxa: 948507343
carpinteria@carpinteriaazpiroz.com

**aseguru
gintza
XXI**

**ASEGURU
AHOLKULARIAK**

Zure ondarea eta segurtasuna
babezteko modu bakarra
behar bezela aseguratua
egotea da

- ▶ aseguruak@aseguruak.eus
- ▶ 943 65 22 20
- ▶ Korreo Kalea 7-baxua 20400 Tolosa

**HOSTAL
BETELU**
Eguneko menua,
karta, plater
konbinatuak eta
pizza goxoak
Erreserbak:
948 51 30 26 · 663 97 67 09

ALIPROX
Lekunberri
janaridenda
hamabostaldi
eskaintza bereziak

**OTXOTORENA
okindegia**
ARRIBE
ADI!! TLF BERRIA:
948 51 30 32



San Donatoko V. Kronoigoerako kirolariak.
Argazkiak: Irati Buldain.

Aurtengo berrikuntzak: kontzertu gehiago eta goitibeherak

2025eko jaietan berrikuntzak izan dira, eta horien artean nabarmentzekoak dira larunbatean egin diren goitibeherak, 2016 urtean egin zirenak, eta berriro ere itzuli direnak. Gainera, aurtun, bi kontzertu antolatu zituzten egun berean: Lukiet eta Herenegun.

“Normalean, egun berean, erromeria eta DJ bat izaten ziren, baina aurtun, bi kontzertu eta DJ Antxon Saez izan ditugu. Guk dakigula, lehen aldia da eguna horrela antolatzen dena” azaldu du Buldainek.

Komisioan egotea lana da, baina baita gozamina ere. Festa egunak iristean, ardura eta dibertsioa uztartu behar dira. Aipagarria da batzordeko kide batzuk lan gehiago egiteaz ardurtzen direla, baina guztiek izaten dute gozatzeko aukera. “Azkenean, festan zaude, eta lanean aritu arren, ongi pasatzen duzu. Gainera, herritar guztiak dibertitzea ezinbestekoa da, adin guztietakoek jaietan gozatzea nahi dugu” adierazi du Izarne Eskamendik.

Etorkizunean, belaunaldien arteko oreka mantendu beharko da

Gazteek festak antolatzea aberasgarria eta positiboa den arren, Jai Batzordeko kideen iritziz, batzuetan, ardura eta eginbehar gehiegi kudeatu behar dituzte. “Udalak gehiago lagundu dezakeela uste dut, agian beste modu batzuetan lagundu dezake. Gainera, geroz eta gazte gehia-

go eta heldu gutxiago gelditzen dira Jai Baztordean, eta horrek, etorkizunean, antolakuntzarako esperientzia falta sor dezake” adierazi du Iratik.

Hala eta guztiz ere, Beteluko festak urtero bizirik mantentzen dira, eta hori, neurri handi batean, gazte boluntario hauen lanari esker da. Aurtengo jaiak ere dagoeneko joan dira, ekainaren 25ean hasi eta 29an amai-



Familien Arteko Lehia.



“Alderdi ekonomikoaz gain, atzetik, lan handia egiten dugu: eskaerak, programazioa, materiala, txosna, kioskoa muntatzea...”

Arkaitz Buldain

tu ziren. Herritarrek, jai politak izan direla adierazi dute: txupinazoa, ume jolasak, ardo dastaketa, gaupaseroen argazkia, paellada...

“Geroz eta gazte gehiago eta heldu gutxiago gelditzen dira Jai Baztordean”

Irati Buldain

Egitarau zabala eta dibertigarria eskaini du Jai Baztordeak, “Betelun, Herriko festak, herritik eta herriarentzat egiten dira, eta horregatik, hurrengo urtean, jendea parte hartzera gonbidatu nahi dugu” azaldu dute gazte antolatzaileek.



Beteluko herritarrek musean jokatzen.



Dantzari txikiak herriko plazan.




CONSTRUCCIONES

ERAIKUNTZAK

CONSTRUCCIONES

URANGA/SAIGÓS, S.L.

TEILATUAK

FATXADAK

ERAIKINEN ZAHARBERRITZEA

665 708 683

Lekunberri



Construcciones

Gañarbe

ERREABILITAZIOAK

IGELTSERITZA

FATXADAK

TEILATUAK

📍 Oztegin kalea 2, Lekunberri

✉ construccionesganarbe@gmail.com

☎ 616 457 540

☎ 636 827 846



BETELUN, HOBEKUNTZA LANAK EGINGO DITUZTE

Beteluko Udalak hainbat hobekuntza-lan aurreikusi ditu datozen hilabeteetarako. Batetik, urria baino lehen Aiztitxo eta San Donato inguruko mendian sasiak kendu eta larreak garbituko dituzte, ingurua leheneratzeko eta artzaintzarako baldintza egokiak bermatzeko. Lan horien kostua 18.000 euro ingurukoa izango da, eta 12.000 euro inguruko dirulaguntza jasoko da Nafarroako Gobernu Ingurumen Sailetik.

Bestetik, Aiztitxoko iturria berritu eta ingurua txukuntzeko lanak egingo dituzte. Proiektu honek %70eko dirulaguntza jasoko du Nafarroako Gobernu Abeltzaintza Sailetik.

Bi esku-hartze hauek herriko ingurunea zaintzeko eta baliabide naturalak egokitzeko helburuarekin gauzatuko dira.



GAINTZA HERRIA BISITATU DU TIRAMILLAS PROGRAMAK

Saioan, Malloen ondoan dagoen herri ederreko bizilagunak elkarriketatu dituzte, horien artean: Juan José Otamendi, Martina Ascaray, Martin Estanga, Joxe Mari Intxaurre, Izaskun Ezkurdia, Oskar Estanga eta Jexux Estanga.

Gaintzan lantzen diren soroak, ganadua eta lan prozesua azaltzeaz gain, soroetako belarra ibarreko baserrietara jaisteko erabiltzen zuten kable-sistemaren funtzionamendua azaldu dute.

Amaitzeko, Uztegiko Jexux bizilagunak hartu du lekukoa.

Gehiago jakin nahi baduzu, bideo osoa ikus dezakezu YouTube kanalean: <https://labur.eus/r44ccgqm>

IRUÑEKO ERRESUMA 'URMUGA, MENDIAK ETA MUSIKA' JAIALDIKO PROTAGONISTA IZANGO DA

Jaialdia uztailaren 11tik 31ra bitartean egingo da. Edizio honetan, proposamen artistikoa Iruñeko Erresumaren arrasto historikoari buruz izango da, gaztelu, monasterio eta mendietan barrena. 11 ibilbide eta 11 kontzertu egingo dituzte: Aralar, Irumugarrieta, Uxue, Rocaforte, San Juan de la Peña, Etxauzia, Irati eta Orhin, besteak beste, Et Incarnatus, Donostiako Orfeoia eta Olaia Inziarteren emanaldiekin.

Izen-emateak ekainaren 15ean zabaldu ziren, eta etapa batean edo gehiagotan parte hartu ahal izango da, doako kontzertuekin edo borondatezko ekarpenekin.

Informazio gehiago www.urmuga.eus webgunean. Izena emateko, idatzi vainfo@urmuga.eus helbide elektronikora, edo deitu **696146752** telefono zenbakira.





ARALAR MUSIKA ESKOLAK KONTZERTU TEMATIKOAK EGIN DITU

Aurten ere, ikasturtea amaitzeko, Aralar Musika Eskolak kontzertu tematiko zoragarriak eskaini ditu Goizuetan, Leitzan, Ultzaman, Basaburuan, Araitzen, Betelun, Lekunberrin eta Larraunen. Edozein festa edo ospakizunetan ezinbestekoak diren azken 40 urteetako abestiak jo dituzte, tartean: Kukutza III (Zea Mays), Oreka (Berri Txarrak) eta Nire gorputza (Skabidean).

Gainera, Iruñeko Udal Plazan, Nafarroako Txistulari Gazteen Alardean parte hartu dute.

Ederki amaitu dute ikasturtea gure musikariek!



SAN MIGEL SANTUTEGIKO ATEA PASAIAK ERAMAN DUTE

Hainbat herritarrek erromesaldia egin zuten ekainaren 9tik 15era, Aralarko San Migel santutegiko atea Pasaia, Albaola Itsas Kultur Faktoriatik, tenpluraino eramateko. Osotara, zazpi etapa egin zituzten, urrian eraso bandaliko bat jaso zuen atea artisau estiloan konpondu zuten lantegitik Aralarrera eramateko.

Santutegian, ehunka lagun bildu ziren eta ate berria jarri ostean, Mikel Garciandia gotzainak eukaristia eman zuen beste lau apaizekin eta Iruñeko Katedraleko musika-kaperarekin. Ondoren, Sakanako txikiek dantza ikustaldia eskaini zuten eta pintxo-jate herrikoi batekin topaketa jai giroan amaitu zuten.

BERTATIK BERTARA : EUSKARAREN ALDEKO UDA

UEMAk Bertatik Bertara kanpaina jarri du martxan uda honetan ere, udalerri euskaldunetan, bisitariei eta zerbitzu sektoreko langileei euskararen garrantzia ikusarazteko. Horretarako, 300.000 mahai-gaineko banatuko dituzte ostalaritzan, QR bidez hiztegiak, euskal musikaren zerrendak eta herritarren testigantzak eskainiz. Turismo bulegoetan diptikoak zabalduko dituzte sei hizkuntzatan, eta merkatariek zein ostalariek baliabide praktikoak jasoko dituzte zerbitzua euskaraz eskaintzeko: kartelak, menuak, musika zerrendak eta itzulpen-laguntza. Kanpaina martxan da eta iraileko erdialdera arte luzatuko da.



“Medikuntzan ikasitakoa ez da ahazten”

Javier Oreja Buldain Zaragozako Medikuntza Fakultatean graduatu zen. Sei urtez ikasten jardun ondoren, Donostiara joan zen soldaduska egitera. Izeba eta osabarekin bizi zen bitartean, kardiologia eta traumatologiako doktoretza egin zuen. Kardiologia, bereziki, nota bikainarekin gaingitu zuen, asko gustatzen baitzitzaion.

Geroago, Iruñeko Bideko Ama Birjina ospitalera joan zen praktikak egitera. Ondoren, San Frantzisko Xabier klinikan lan egin zuen, bertan, guardia ugari egin zituen. 1983 eta 1984ko udak Aritz-Beteluko kontsultan pasa zituen lanean, oso gustura egon zen jende onez eta jatorrez inguratuta. Gogoan ditu udara horiek.

1985eko martxoaren 21ean, hainbat urtetako ikaskuntzaren ostean, Lekunberriko Osasun Etxean plaza publikoa lortu zuen. Lehenengo, azterketa teorikoa egin zuen, eta gero, Nafarroako ospitalean proba praktikoa. Hango bost kasu kliniko erreal hausnartu, antolatu eta landu zituen. Dena logikaz azaldu, eta gogor prestatu ostean, egindako proban emaitza onak lortu zituen.

Zenbat denbora aritu zinen ikasten?

Bizitza osoa daramat ikasten. Medikuntzan beti informazio berria landu behar da, eta inoiz ez da ahazten ikasitakoa. Nahiz eta erretiratu, dakidana hobetzen saiatuko naiz. Nire ustez, informazioa eguneratzea ezinbestekoa da. Semergen aldizkaria, adibidez, familia-medikuntzako aldizkari oso garrantzitsua denez, baliagarria da; izan ere, bertan argitaratzen dituzten gaiak eguneratuak dira.

Hala ere, plaza atera eta urte batzuk

geroago, 2007. urtean, Madrilera joan nintzen eguneroko lana nola egiten nuen azter zezaten. Horretarako, Osasun Ministerioak antolatutako Ebaluazio Kliniko Objektiboa deitzen den proba bat egin nuen. Nire eguneroko lana erakutsi nuen, eta promozio horretan, estatuko onenetarikoa izan nintzen, %86ko puntuazioarekin.

Horrela lortu nuen Medikuntza Familiar eta Komunitarioa deituriko titulua.

Beraz, ikasketei dagokionez oso pozik nago egindako lanarekin eta



Javier Oreja Buldain.
Argazkiak: Javier Oreja Buldain.

Albaitaritza

baserritarren
zerbitzura

Akaborro Ind., 31860 Irurtzun
www.albaitaritza.com · 948 500 343





lortutakoarekin, eta ikasten jarraitu nahi dut.

Nondik datorkizu medikuntza ikas- teko grina?

Familiak piztu zidan mediku izateko gogo. Nire lehengusua erizaina da eta bere senarra, medikua. Haiek inspiratu ninduten. Etxean ere gaixotasun asko ikusi ditut, eta horrek, ikasten jarraitzeko eta gaixoei laguntzeko indarra eman zidan.

*“Medikuntzan, beti
informazio berria landu
behar da”*

*“Osasun Etxean, Medikuntza
Familiarra eta Komunitarioa
izeneko espezialitatea
lantzen dugu”*

Zure ustez, zein da medikuntzako alderdi garrantzitsuenetarikoa bat?

Niretzat, zientzia bezain garrantzitsua da gaixoei kontaktua izatea: haien egoera ezagutzea, tratu zuzena ematea... Gaur egun, kontsultan, teknologia asko daukagu: elektrokardiogramak, espiometriak, Doppler eta horrelako makinak. Baina hori bezain garrantzitsua, edo are gehiago da pertsonen hitz egitea. Elkarrizketa batean gauza asko argitu daitezke. Batzuetan, arazo pertsonalak gorputzean islatzen dira, eta elkarrizketa funtsezkoa da.

Diagnostikoa gaixoari egiten diogu, baina baita bere familiari ere. Horregatik, Osasun Etxean, hasieran aipatu dudana Medikuntza Familiarra eta Komunitarioa izeneko espezialitatea lantzen dugu. Lehenengo, gaixoa testuinguru biopsikosozialean kokatzen dugu: bio da gaixotasuna; psiko, egoera psikologikoa; eta sozial,

“Familiak piztu zidan mediku izateko gogo”

ingurua. Pertsonaren inguruko bakardadea gaur egun oso agerikoa da. Nahiz eta jendea alboan izan, biztanle asko bakarrik sentitzen dira. Gainera, pertsona asko daude bakarrik bizi direnak, eta hori, larrialdi bat izanez gero arriskutsua da. Horregatik, erizainen, langile sozialen eta medikuon artean bakardadean dauden pertsonen egoera aztertzen eta laguntzen saiatzen gara.

Zer izan da zuretzat lan honetako alde onena?

Duela urte batzuk, langile batek bihotz-biriken geldialdia izan zuen Agrozumos fabrian. Deia jaso bezain laster, desfibriladorea hartu eta ahalik eta azkarren joan ginen. Zorionez,

IORTIA CLINICA DENTAL · HORTZ KLINIKAK

Vanessa de Abreu Perdomo · Odontologoa Kol. Zk. 740

Lekunberri: 948 604 804 · 618 818 005
Altsasu: 948 467 603 · 667 661 769

ODONTOLOGIA OROKORRA · INPLANTEAK ·
ORTODONTZIA · HORTZ-ESTETIKA · PADI

**aitz
berri**

edertasun
zentroa

Lako beikoa
Betelu 31890
696 732 290
aitzberri@hotmail.com

Ile-apaindegia
Estetika
Presoterapia
Podologoa
Laser-depilazioa eta
depilazio elektrikoa
Dietista-nutrizionista
Mikropigmentazioa ezpai-
netan
Mikroblading bekainetan



Lekunberriko Osasun Etxea.

gaixoa errekuaratzea lortu genuen, eta gizon horrek, beste hainbeste urte jarraitu zuen lanean.

Askotan, zaila izaten da horrelako egoera batetik salbu eta ondorio larririk gabe sendatzea, baina zorionez, dena ongi atera zen, eta ni, benetan eskertuta sentitzen naiz.

DESA (kanpoko desfibriladore erdiantomatikoa) erabiltzea benetan garrantzitsua da; nire ustez, denok jakin beharko genuke ezinbesteko tresna hau erabiltzen. Laster, eskoletan derrigorrezko ikasgaia izango da BBB (bihotz eta biriketako berpiztea) egiten ikastea. Edonork salba dezake pertsona baten bizia medikuak edo erizainak iritsi baino

“DESA erabiltzea benetan garrantzitsua da; nire ustez, denok jakin beharko genuke ezinbesteko tresna hau erabiltzen”

lehen.

Gaur egun, Osasun Zentroan, Eguneko Zentroan, jubilatuen egoitzan, Udaletxean, kiroldegian... DESA makinak jarri dituzte. Jende asko biltzen den lekuetan onuragarria da horrelako makinak izatea.

Eta egoera zailenak...

Gustuko lana denean, gustura egiten duzu, baina niretzat zailena, fisikoki eta psikologikoki prestatuta egotea da. Zalantzak izatea ohikoa da, eta etxean zauden momentuan hasten dira buru-haustea. Kasu bakoitza mila aldiz pentsatzen duzu, eta hori kontrolpean mantentzea ez da batere erraza. Lan honetan, prozesuan izaten diren kezak kudeatzen jakin behar duzu.

Lan zaila dela esan beharrean, erantzukizun handiko lana dela esango nuke, ardura handikoa. Medikuntzan, pertsonen bizia jokatzeko da.

Nire bizitza pertsonalari dagokionez, oso argi ditut zeintzuk izan diren erronka handienak edo mo-

mentu gogorrenak...

Lanean hasi eta hortik hilabete batera, nire anaia Juantxo hil zen min-bizi batekin. Horrek psikologikoki lur jota utzi ninduen. Gainera, inoiz ez dut ahaztuko Uharte Arakilen 1997ko martxoak 31n gertatu zen tren istripua. 22 hildako egon ziren eta epaileak eskatu zigun herriko frontoian gaua pasatzeko hildako bakoitzaren familiari babes eta gertutasuna emanez. Uharte Arakileko biztanleen jarrera bikaina izan zen, baina betirako buruan gordeko ditut egun horretako irudi latzak.

Bukatzeke, eta beti nirekin nire profesioan egon den erronkarik gogorrena izan da bai familiei bai gaixoei berri txarrak emateko momentua. Hau ez dizu inork erakusten, esperimentiarekin ikasi dut kudeatzen.

Nola aldatu da osasun-arreta urte hauetan?

Ni hasi nintzenetik asko aldatu da. Lehen ez zegoen historialik; poltsikoko koaderno bat neukan, eta



SOTIL GARAJEA

BETELU

948 513 007

sotilgarajea@gmail.com



948 85 32 79

SAN MIGUEL
Taberna-jatetxea
Arribe
948 51 31 34

"Laster, eskoletan derrigorrezko ikasgaia izango da BBB (bihotz eta biriketako berpiztea) egiten ikastea"

"Osasun Etxean, nire etxean bezala sentitu naiz"

bertan apuntatzen nuen dena. Hasieran, ez nuen inor ezagutzen, eta Larraun eta Lekunberriko gaixoak eta familiak ezagutzeko laguntza eskatu nion bertako herritar bati.

1985etik 1990era arte Osasun Etxean egon nintzen buru-belarri: 24 orduz lanean. Arratsaldeak herriz herri igarotzen nituen, adineko pertsonekin hitz egiten. Banaka-banaka historial mediko pila bat osatu nituen.

Handik aurrera, historial fisikoak iritsi ziren: arrosa kolorekoak emakumeentzat eta urdinak gizonentzat. Orduan, nire koaderno zaharretik, historial berrietara pasa nituen datu guztiak. Berriz ere dena errepasatu nuen: historial guztiak berrikusi, egokitu eta txukun utzita.

Hori gutxi balitz bezala, ordenagailuak iritsi ziren, eta egun asko pasa genituen historial guztiak digitalizatzen. Izugarrizko lana izan zen. Zorionez, garai hartako erizainak, Mari Jose Zia aldaztarrak asko lagundu zidan lana amaitzen.

Eta zer asmo duzu orain, jubilatutik ondoren?

Zazpiak laurden gutxiko iratzargailua alde batera utziko dut. Egia esan, hainbeste guardia egin ondoren, lo arinekoa naiz, baina orain, eguna lasai hasiko dut. Hemendik aurrera, gehiago irakurtzea, bizikletan ibiltzea, pilotan jokatzeta eta mendira joatea gustatuko litzaidake. Gainera, hiru biloba ditut, eta haiekin egotea gustatuko litzaidake. Orain beste etapa berri bat bizitzeko prest nago.

Amaitzeko, Larraun eta Lekunberriko herritarrei nire eskerrona adierazi nahi

diet. Osasun Etxean, nire etxean bezala sentitu naiz. Lanbidetik kanpo, bihotzez inplikatu naiz, jende askori lagundu diot, baina niri ere asko lagundu didate.

Nire emazteari batez ere, esker bereziak eman nahi dizkiot, asko lagundu dit; berarengatik ez balitz, agian ni ez nintzateke hemen egongo. Babes handia izan da niretzat.

Hasierako momentuak gogorrak izan ziren, baina zoriontsu sentitzen naiz bizitako esperientziarekin eta ikasitako guztiarekin.



Lekunberriko kiroldegian dagoen DESA makina.

KOTXERA
Taberna • Jatetxea • Brasa

948 50 43 52
kotxera13.com

Caserio Benta Zaharra,
Mugiro (Navarra)

Antsonea
BASERRIKO GAZTA

948 513 468
www.antsonea.com
Uztegi (Araitz)

NEKAZARI, S.L.

Kubota
STIHL

Olagain. Mugiro. Nafarroa
Tel.: 948504128
Fax: 948504377
nekazarisl@hotmail.com

ANTONIO CARRARO

Iñigo Garaioa MARGOLARIA

696 658 288
LEKUNBERRI

OGI-BERRI ALTZA

Aralar kalea, 41
Lekunberri

OGI BERRI
OKIN ARTISAUAK 948604884

TAXILON

661 202 249
(9 plaza)

E-posta: lotamendi5@gmail.com

Atallu - Araitz

Lontxo Otamendi Artola

Madozko festak berreskuratu dituzte

50 urte baino gehiago pasa dira herritarrek antolatuta-ko azken jaiak egin zirenetik eta orduan ospatzen ziren ekintzak berriro egiteko asmoa izan dute Madozko bizilagunek. Horregatik, ekainaren 21ean egun bateko festa antolatu zuten. Herriko emakumerik helduenak diren Aurora Zarranz eta Rosa Mari Otamendik eman zioten hasiera egunari txupinazoarekin. Ondoren, vermouthea eta bazkari herrikoia egin zituzten sagardotegian. Bazkalostea girotzeko, bingoa eta akordeoilaria izan zituzten. Arratsaldean, haurrentzako ginkana egon zen herri osoan zehar, baita txokolatada ere. Hainbeste urteren ondoren, ederki berreskuratu zituzten festak Madozko.



Ekainaren 27tik 29ra ospatu zituzten Mugiroko San Pedroak

Mugiron jaiak izan zituzten ekaineko azken asteburuan eta giroa ezin hobeia izan zen. Ostiral arratsaldean, otordutxo batekin hasi ziren festan. Larunbatean, Mugiroko Benta jatetxean, bazkari herrikoia ospatu eta mus txapelketa egin zuten. Amaitzeko, San Pedro egunean, ronda eta Larraun Pilota Eskolako partidu politak ikusteko aukera izan zen. Giro ederra egon zen egun guztietan eta eguraldiak ere asko lagundu zuen.

Herritarren giro ona Lekunberriko sanjoanetan

Ekainak 20tik 24ra ospatu zituzten sanjoanak Lekunberri. Lehenengo egunean, Erremontari herriz herri, Garagardo azoka eta Baietz taldearen kontzertuarekin festan hasi ziren. Ekainaren 21ean, Erraldoi eta Kilikien konpartsa-oren ostean, 2025 urteko erroldatuei ongi etorria egin zieten.

San Joan bezperan, Arratsaldeko Martillo Txiki batukada eta txistor-jatea jendetsuak izan ziren eta herritarren borondate eta giro ona izan zen nagusi. Iluntzean, suaren gainetik saltoka ibili ziren herritarrak.

Amaitzeko, San Joan egunean, goizeko soinuarekin esnatu eta meza nagusia eman zuten. Ondoren jubilatuen bazkaria eta herri bazkaria egin zituzten. Amaitzeko, haurrentzako puzgarriak izan ziren Herriko Plazan.



Larraungo Eguna ederra izan zen

Ekainaren 14an, Lekunberrin ospatu zuten Larraungo Eguna. Eguraldia lagungarri izan zen eta egitarau oparoak jende mordo bat erakarri zuen.

Goizean goiz hasi zuten eguna Ttutturek antolatutako mendi ibilaldiarekin. Parte hartzaileek Lekunberri-Albiasuko Gaina-Baraibar ibilbidea egin zuten.

Lekunberrira itzultzean, hainbat ekitaldi izan ziren, pilotazaleek Larraungo Pilota Elkartearen eskutik partiduak ikusteko aukera paregabea izan zituzten Jaian Jai frontoian, eta gainera, Aralar Udal Musika Eskolak kalejira eta emanaldia eskaini zituen. Ondoren, udaletxe parean, herritarrek Larraungo Ingurutxoa dantzatu zuten Tirikitrauki Dantza Taldearekin.

Beranduago, herriko plazan bazkaria egin zen. Ostean, Alaia Martin eta Julio Sotok bertso-saio bikaina eskaini zuten. Arratsaldean, haurrek Bizi-jolas parkean jolasteko aukera izan zuten, eta gazte zein helduek bingo musikatuarekin jarraitu zuten. Iluntzean, Trikiteens taldeak plazan zeuden herritarrek alaitu zituen eta eguna borobiltzeko, Sodade taldearen kontzertua eskaini zuen. Egun berezi hartan, San Joanetarako prestatu zituzten pendoi berriak lehen aldiz zintzilikatu zituzten. Lekunberriko jostintza taldeak auzolanean egindako apaingarri dotore horiek udaletxea apaindu zuten, eta aurrerantzean Antzinako Azokan eta urriko jaietan ere ikusgai izango dira.



Aralar Udal Musika Eskolako musikariak Lekunberriko Udaletxe parean.
Argazkiak: Jdan Antonio Garaikoetxea.



Tirikitrauki Dantza Taldearen emanaldia.



Herritarrek Larraungo ingurutxoa dantzatzen.



Bazkaria eta bertsolariak Lekunberriko herriko plazan.

Printza VI. urteurrena: "Zure argi izpiak osatzen du Printza!"

Ekainaren 21ean, Lekunberrin, Printza Gune Autogestionatuaren seigarren urteurrena izan zen. Ospatzeko, gazte antolatzaileek egitarau zabala prestatu zuten: eguerdian Iago Magoaren ikuskizuna, bazkaria, Lide Arrigeren bakarizketa eta arratsaldean Inner taldearen kontzertua.

Giro ederra izateaz gain, ekitaldian egon ziren herri-tarrek "egun hunkigarria" izan zela azpimarratu zuten. "Hainbat belaunaldiren inplikazioarekin, Printzak, herri ekimenak eta autogestioak bizirik jarraitzen dutela erakutsi du, eta proiektua ezagutu nahi duenarentzat, ateak zabalik jarraituko dute".



Printzan egindako bazkari ostean, Lide Arrigeren bakarizketa.



Inner taldearen kontzertua.



Mataton Vol. II festa.

Mataton Vol. II festa arrakastatsua izan zen

Ekainaren 21ean ospatu zen Mataton Vol. II jaialdia Larraungo Ibarberri eskolako patioan. Bigarren urtea da herriko Mataderoko gazteek reggaeton entzuteko eta dantzatzeko aukera eskaintzen duen festa hau antolatzen dutela. Aurreko urtean izandako arrakasta aipagarria izan zen, eta aurten ere, giro bikaina izan zen.

Lehenengo, tradizioari eutsiz, mus txapelketan jokatu zuten eta 18:30etatik aurrera musika eta dantzak hartu zuten lekukoa: (T)rio de Janeiro, Izzei & Eneko (etxeko musikariak) eta Eneko Rivera aritu ziren eszenatoki gainean.

Eguraldi onak lagunduta, ehunka lagun bildu ziren, eta gaua goizaldera arte luzatu zuten.

Martillo Txiki perkusio eskolak ikasturteari amaiera zoragarria eman dio

Ekainaren 18tik 19ra, bateria joleen kontzertuak egin zituzten Plazaolako Kantinan. Pop, rock, metal eta bestelako hainbat estiloetako abesti ugari entzuteko aukera paregabea izan zen. Gainera, emanaldin, Bruno Marsen *The Lazy Song* abestiaren ikuskizun dibertigarria ere eskaini zuten.



Martillo Txiki eskolako musikarien kontzertua Plazaolako Kantinan.

Umore ederrean joan ziren Azkarateko festak

Uztailaren 4tik 7ra ospatu zituzten Azkarateko San Ferminak. Ostiralean, txupinazoarekin hasi ziren, eta ondoren, 2024ko jaioberriei ongi etorria egin zieten. Mus txapelketa eta afari autogestionatuarekin jarraitu eta DJ Arki eta Earki musikarien emanaldiarekin amaitu zuten.

Larunbatean, haurrentzako jolasak, puzgarriak, dantza saioak eta gaueko kontzertuak izan ziren.

Igandean, Udane Ostoloza eta Olaia Esnaola harri-jasotzaileek eta Ibai So-roa eta Txomin Amundarain Arribeko aizkolariek, ikuskizun ikusgarria eskai-ni zuten. Gainera, sagardo dastaketa, tortilla lehiaketa eta trikitilariak kalez kale aritu ziren, giro ederra mantenduz.

Astelehenean, San Ferminen omenezko meza eta erromeriaz gain, bertso bazkaria egin zuten, eta azken trikitixa emanaldiarekin alai amaitu zituzten herriko festak.



Azkarateko festak.
Argazkiak: Axier Beaza.



Hobekuntzak egin dituzte Plazaolako Bide Berdean

Eraikuntza lan hauek Nafarroako Turismo Zuzendaritzak bultzatu ditu, eta 500.000 euroko inbertsioa egin da.

Egokitutako 12 kilometrotan egin dituzten berrikuntzen artean, baranden instalazioa, mugikortasun murriztua duten pertsonentzat aparkaleku-plazen sorrera, tuneletako argiteriaren hobekuntza eta seinaleztapen irisgarria nabarmendu daitezke.

Inauguraziora Turismoko Zuzendari Nagusia, turismo-sektoreko eragileak eta inklusioaren alde lan egiten duten erakundeak hurbildu dira: ASORNA, EUNATE, ANFAS, COCEMFE eta Itsuentzako Nafarroako Kirol Kluba.



Plazaola Bide Berdean egin zuten inaugurazioko une bat.

Sabaia erori zenekoa

Eta bat-batean sostengatzen zintuena ez da. Ez dago. Ikusten duzu eusten zintuena erortzen, zure parte bat askatzen, aldatzen.

Sabaia osatzen zuten puskak zorutik, eta zu begira puzzlearen piezaren bat falta delako beldurrez. Konturatu zara horrek barruan ere eragin duela nolabaiteko zartatu bat.

Barruak hustu behar izaten dira arrakalak sendatu bitartean, baina batzuetan dena kanporatzea ezinezkoa da. Zu ere osatu zaituelako, osatu zarelako "denaren" "zer-bait" horrekin; orain zurea ere badelako.

Denborak aldaketak eragiten ditu eta beharrik ez garen duela 20 urtekoak! Baina min ematen du batzuetan aldaketa horren lekuko izateak. Nostalgia inguratu zaitu. Oroitzapenetan ito nahian zabil-tza besterik ez zaizulako gelditzen.

Lurreko piezei begiratzen diezu galduta, erantzunen bila. Ematen du ez dela bes-terik gelditzen. Aitzitik, begirada igo eta zerbaitek jarraitzen du zutik. Zaharkitu-ta eta aldatuta, bai, baina zutik. Horrek nolabait egiten du hari lana. Horri esker gogoratzen duzu oroitzapenetaz bizi zintezkeela, nostalgiko, baina irribarre bat ere ateratzen zaizu: bizipen horiexek, erabakiek, eztabaidek, besarkadek, elkar-ritzketek... ekarri zaituzte(te) honaino.

Etxea denentzat itxioez osatu da.

Agian zoruko pusketek esan nahi dute norbera jada hasia dela berea eraikitzen.



“Bizitza aktibo eta osasuntsu bat mantentzea garrantzitsua da”



Beñat Barberena Kirol Teknikaria.

Beñat Barberena Zubillaga Kirol Zientzietan graduatu da. Gasteizen, Euskal Herriko Unibertsitate Publikoan ikasi zuen. Gaur egun, Araitz, Betelu, Areso, Larraun eta Lekunberriko Kirol Teknikaria da, eta, halaber, Lekunberri eta Larraungo kirol errezetaren arduraduna eta crosstraining kirol-gidaria ere bada.

Nola hasi zinen Lekunberriko Plazaola Kiroldegian lan egiten?

2019an, Kiroletako Goi Mailako praktikak Lekunberriko kiroldegian egin nituen. Titulua eskuratu nuenean, Jon Ander Unanuak, aurreko Kirol Teknikariak, crosstraining klaseak emateko aukera eskaini zidan, eta lanean hasi nintzen. Bitartean, unibertsitateko ikasketak egin nituen. Gradua amaitu nuenean, kirol

errezetaren proiektua gidatzeko proposamena jaso nuen, eta irakaskuntzako masterra egiten nuen bitartean, lanean jarraitu nuen. Gerroago, irakasle hasi nintzen, eta kirol teknikariaren postua hutsik gelditu zenean, Lekunberriko Udalak oposizio publikoak prestatu bitartean, postua betetzeko proposamena egin zidan, eta lan hura hartzea erabaki nuen.

Zein helbururekin antolatu zenuen Lekunberriko Crosstraining eskaintza?

Lekunberriko helduek indarra lantzeko ikastaro gutxi zeudela ikustean, entrenamendu mota erakargarri bat sortu behar genuela konturatu nintzen. Crosstraining ikastaroen bi helburu nagusiak indarra lantzea eta jendeak ongi pasatzea dira. Gainera adin guztietako kirolariak biltzen dira, eta elkarren artean talde kohesio itzela sortzen dute. Horretaz gain, koordinazioa, arintasuna, indar-potentzia eta abilezia lantzen dituzte.

Crosstraining klaseetan indarra eta ariketa aerobikoak lantzen dituzte, eta denbora gutxian gihar guztiak lantzen dituen gorputz osoko entrenamenduak egiten dituzte; beti ere, kirolari bakoitzaren egoera fisikoa kontuan hartuta: lesioak, patologiak, adina, etab.

Zer-nolako harrera izan du Crosstraining ikastaroak herrian?

Lehenengo hiru urteetan jende gutxi elkartzen zen. Baina urteak aurrera joan ahala, herritarren parte-hartzea areagotu da. Gaur egun, hiru monitorea gaude, eta adin guztietako ikasleak ditugu, 18 urtetatik 63 urteetara, bai neskak eta bai mutilak. Ederra da ikasleen harremanak kiroldegian sendotu direla ikustea, nahiz eta herrikoak izan, asko ez ziren ezagutzen. Orain, ehun kirolari inguruk daude crosstraining ikastaroetan.

“2019an, Kiroletako Goi Mailako praktikak Lekunberriko kiroldegian egin nituen”

“Crosstraining ikastaroen bi helburu nagusiak indarra lantzea eta jendeak ongi pasatzea dira”



Nolakoa izan da azken denboraldia?

Lehen, ikastaroa urrian hasten zen, baina jendearen eskaeratik, irailera aurreratzea erabaki genuen. Hasieran, lau klase antolatu genituen: astelehen eta asteazken arratsaldeetan, 19:30etik 21:30era; astearte eta ostegunetan, goizez klase bat, 09:15ean, eta arratsaldez beste bat, 18:30ean. Izugarritzko jende pila animatu zenez, beste klase bat gehitzea erabaki genuen astelehen eta asteazkenetan, 18:30ean. Orduetegi berriari esker, eskaintza zabaldu genuen, eta honek klaseetan kirolari kopuru txikiagoak izatea ahalbidetu zuen, ikastaroen kalitatea hobetuz. Apirilera arte, klase bakoitzean 12

eta 16 pertsona artean elkartzen ginen. Eguraldi ona iritsi ahala, jende kopurua murrizten joan zen, eta 8-10 lagunekin osatu genituen azken ikastaroak.

Beraz, azken denboraldia oparoa izan da: oso pozik gaude eta hurrengo urtean ere orain bezain ongi jarraitzea espero dugu.

Klaseak gidatzen hiru monitorea zaudete, ezta?

Bai, Juan Navarro, Bingen Beguiristain eta ni. Hasieran Bingenek goizeko ikastaroak eta nik arratsaldekoak ematen nituen. Kirol Teknikari lanean hasi nintzenean, Juan Navarrok banatu nituen arratsaldeko ikastaroak. Hurrengo urteari begira, nik bi klase emango ditut eta beste guztiak

beraien artean banatuko dituzte.

Oso erraza da beraiekin lan egitea, alde batetik lagunak garelako, eta beste aldetik beti lan egiteko prest daudelako. Oso pozik nago.

Herritarrek izena eman nahi badute, zer egin behar dute?

Hurrengo ikasturteko klaseak irailaren 8an hasiko dira, eskaintzak uztail bukaeran aterako ditugu eta abuztu guztia izango dute kiroldegian eta helbide elektronikoz izen-emateko aukera. Aurten ere, malgutasuna izango dugu ordutegiaren aukeraketarekin. Adibidez, txandaka lan egiten duten pertsonentzat ordutegi malgua eskainiko dugu, goizez eta arratsaldez etortzeko aukera eskainiz. Beti ere, ikasle kopurua zainduz.

Gure eskualdea kirola egiteko gune aproposa dela uste duzu?

Bai, gure ibarra kirola egiteko aproposa da. Jendea kirola egitera animatzen dut, berdin du crosstraining, pilates, mendira joan... Baina bizitza aktibo eta osasuntsu bat mantentzea garrantzitsua da. Beraz, ez galdu aukera, eta mugitu zaitez!

“Ederra da ikasleen harremanak kiroldegian sendotu direla ikustea”

“Gure ibarra kirola egiteko aproposa da”



Salmenta publiko zuzena prezio ezin hobean
Ordutegia, 9:00etatik 13:00etara eta
14:30etatik 17:00etara



**BACALAO
ELKANO
S.L.**

Industrialdea, 11
31870 Lekunberri - Nafarroa
Tel.- 948507319 Fax.- 948604792
bacalaoselkano@jet.es
www.bacalaoselkano.com

Ekainaren 7an jokatu zuten Euskal Herria Mendi Erronkaren hamaikagarren edizioa

Lasterketari hasiera eman aurretik, Gure Zirkuko kideei omenaldia eskaini zieten euskararen alde egiten duten lana azpimarratuz. Zortzietan 67 kilometroko erronka osatzeko asmoa zuten 354 lasterkari atera ziren irteera puntutik: 327 gizonezko eta 27 emakume. Horietatik, Lekunberri eta Larraungo 22 lasterkarik amaitu zuten lasterketa: 16 gizonezko eta 6 emakume.

Lasterketa orokorrean, Oihana Azkorbebeitia eta Asier Rajado izan ziren garaile. Ibarreko gizonezkoetan, Mikel de Carlos Gorriak lehenengo postuan lortu zuen (7:41:42), eta ibarreko erreleboka, Lucia Ayestaran eta Orgi Soroa lehenengo postuan sailkatu ziren (8:11:36).

OROKORRA

IZEN-ABIZENAK	HERRIA	DENBORA
DE CARLOS GORRIA, MIKEL	LEKUNBERRI	7:41:42
LANSALOT ERASO, AIMAR	LEKUNBERRI	8:48:20
LEKUNBERRI LARA, GORKA	ALDATZ, LARRAUN	9:13:12
GONZALEZ OCHOTORENA, IVAN	LEKUNBERRI	9:32:55
ALDAVE ALUSTIZA, ORKATZ	LEKUNBERRI	9:32:55
IRIBARREN AGUIRRE, INIGO	LEKUNBERRI	9:35:07
GURREA PRADOS, IÑIGO	LEKUNBERRI	9:36:01
AYESTARAN GARRALDA, PABLO	LEKUNBERRI	10:11:59
ZABALETA OLAECHEA, MIKEL	LEKUNBERRI	10:46:25
ESTANGA ARAMBARRI, AIMAR	LEKUNBERRI	11:01:06
LASARTE GARCIA, XABIER	LEKUNBERRI	11:56:43
BULDAIN SESTELO, HODEI	LEKUNBERRI	12:14:45
YABEN MARIÑELARENA, IKER	LEKUNBERRI	12:25:44

ERRELEBOAK

IZEN-ABIZENAK	HERRIA	DENBORA
AYESTARAN, LUCIA / SOROA, ORGI	LEKUNBERRI / LEKUNBERRI	8:11:36
BEZDICEK, ELISABET / MIKEO, JAIONE	LEKUNBERRI / LEKUNBERRI	9:21:10
BELAUNZARAN, HAIZEA / BEGUIRISTAIN, BINGEN	LEITZA / ALDATZ	9:31:53
ALDAREGIA, IBAI / BALDA, AMAIA	LEKUNBERRI / LEKUNBERRI	10:54:06
ILLARREGI, JOANES / BARRIOLA, NAHIA	LEITZA / LEKUNBERRI	11:14:28
MORENO, MANEX / FERNANDEZ, EVA	LEITZA / LEKUNBERRI	12:36:47



Ixaro eta Mikel saria jasotzen.



Lucia eta Orgi saria jasotzen.



Orkatz Aldave, Iñigo Iribarren eta Iñigo Gurrea EHMe amaitu ostean.



Elisabet Bezdicek eta Jaione Mikeo helmugara iristen.

Kemen Aldabe eta Endika Barrenetxea, 'Erremontari' saioko txapeldunak

Aldabek eta Barrenetxeak Erremontari saioko 2025eko ekitaldia irabazi zuten Galarretan, Hernanin.

Sagardoaren Txapelketako finalean, Aldabek eta Barrenetxea IV.ak Javi Urri-za eta Iban Larrañaga txapeldunordeak garaitu zituzten, bi jokotan, 9-15 eta 7-15. Aldabek eta Barrenetxea IV.ak jokoaren kontrola izan zuten, bai eta markagailuarena ere, eta argi nagusitu ziren.



Kemen Aldabe eta Endika Barrenetxea, 'Erremontari' saioko txapeldunak.

Larraun Pilota Taldeak irabazi du CMO Kluben Ligako lehen edizioa

Ekainaren 22an, Tolosako Beotibar pilotalekuan jokatu zen CMO klubien arteko ligako finala. Lehen edizio honetako irabazlea Larraun Pilota Taldea izan zen, Labke (Lazkaoko pilota kluba) garaituta. Partida biribila jokatu zuten Larraungo pilotariek, eta 3-0eko emaitza sendoarekin eskuratu zuten garaipena.

Finalean, honako pilotari hauek jokatu zuten Larraunen izenean:

Kadete mailan:

Laso eta Otamendi (Betelu) 6-10, 10-6, 5-2 Mantzizidor-Alberdi.

Jubeniletan:

Nazabal (Betelu) eta Telletxea 10-6, 0-10, 5-2 Izagirre-Figueroa.

Senior mailan:

Galarza (Lekunberri) eta Sotil (Betelu) 10-6, 10-8 Ibarluzea-Garmendia

Beraz, Txapelketan egindako lan bikainaren ostean, Larraun Taldeak lehen CMO garaikurra eskuratu du, pilotarien etengabeko prestaketa eta entrenamenduak agerian utziz.



CMO Kluben Ligako finala irabazi ostean.

Norbere eta gizartearen zaintza

Asko aipatzen da azken aldian zaintza, argi dago erdiguneko egin beharra dela. Be- reziki eguneko gaia da nor bere buruaren zainketa, bai alderdi fisikoan (kirola, elika- dura...) eta baita alderdi psikologikoan ere, autoguntza, terapia... Arreta pertsonon barruan jartzen da asko, zer egiten dut nik nire egoera dagoen bezala egoteko, zer egin dezaket hori hobetzeko.

Lan oso sakona eta beharrezkoa dela iru- ditzten zait, denok egin beharrezkoa. Baina, norbere egoera dagoen bezala egotearen inguruko arrazoiak pixka bat ahazten di- rela iruditzen zait, eta hori arriskutsua izan daiteke. Familiaren eraginak nahiko sartuak daude auto lanketan, (nire haurtzaroak ze eragin izan zuen nire izateko moduan, etab). Kontutan hartzekoak dira ordea jaio naizen herria, gizartea, garaia...

Asko gustatu zitzaidan entzun nuen esaldi hau: Lanean estresatuta bazaude, agian ez duzu terapeuta bat behar, agian sindikatu bat behar duzu. Ardura gero eta gehiago norberarengan jartzen den honetan, ardu- ra estrukturaleri arreta kentzen diegu, eta desoreka handia sortzen da hor, oso ga- rrantzitsuak eta eragindunak diren ezauga- rriak baitira kanpokoak ere.

Garai honetan ezin besteko dira kontutan hartzea, adibidez: Itxurarekin daukagun harremana. Betiko gaztaroaren formulari lotuak, ezinezkoa dela jakinda ere. Diruare- kin daukagun harremana, gero eta gehiago nahi, gero eta gehiago gastatu, horrek gure ekintzetan duen eraginarekin. Espiritua- litatearekin dugun harremana, iruditzen zait krisi handi batean gaudela hor. Komu- nikabideekin dugun harremana, mundu ikuskera bat ematen digute, baldintzatua, interesatua...

Horrek denak, gure buruarekin eta gure inguruarekin nola harremantzen garen baldintzatzen du. Sentsazioa dut gure bu- ruak gehiegi zaintzen jartzeak, ingurura ez zaintzera garamatzala, edo zaintzen badugu oso modu interesatuan... Zaintza erdigunean jartzea garrantzitsua den garai honetan, ea ba nola osatzen dugun gure buruaren eta gizartearen zaintzaren oreka hori, azkenean gauza bera zaintzen dute biak eta.





Mugikorrari lotuta: Garunak gehiago eta gehiago eskatzen duenean



Mugikorrari lotuta: Garunak gehiago eta gehiago eskatzen duenean

Noizbait joan zara mezu bakar bat aztertzeraz... eta konturatu gabe ordu erdi eman duzu mugikorrean? Ez zaude bakarrik. Gaur egun, pertsona askok — haurrek, nerabeek eta helduek — arreta handiagoa jartzen diogu telefonoari gure inguruan gertatzen denari baino. Teknologia erabilgarria da, noski. Konektatu, informatu eta entretenitu egiten gaitu. Baina era-

bilera konstante, automatiko edo are antsietate bihurtzen denean, zerbait gehiagorik hitz egin dezakegu, hala nola mugikorrarekiko dependentzia.

Zer gertatzen zaio gure burmuniari?

Garunak ondo sentiarazten duten ekintzak errepikatzen bultzatzen duen sistema bat du. Sari-sistema da, eta bere "saria" dopamina izeneko sustantzia bat da, plazerra sortzen duena.

Notifikazio bat, like bat edo mezu berri bat jasotzen dugun bakoi-tzean, garunak dopamina dosi txiki bat eskatzen du. Kimikari txiki bat bezalakoa da. Arazoa da sari horiek ohikoak, azkarrak eta lortzeko errazak direla. Horrela, mugikorra txanpon-makina emozional moduko bat bihurtzen da: inoiz ez dakigu zer aurkituko dugun, eta horregatik jarraitzen dugu berrikusten.

Zergatik egiten zaigu hain zaila askatzea?

Mugikorra horretarako diseinatu dagoelako! Aplikazioak horietan denbora gehiago eman nahi izateko eginak daude. Kolore deigarriak, soinu atseginak, eduki infinitua... dena kontu handiz pentsatuta dago gure arreta mantentzeko. Gainera, gertu ez dugunean, pertsona askok antsietatea, asperdura edo deserosotasuna sentitzen dute, mendekotasun baten seinale argiak. Honen harira identifikatu ditzakegun beste arrisku batzuk hurrengo ondorioak izan daitezke:

- ▶ **Kontzentrazioa** (erraz distraitzen zara).
- ▶ **Atsedena** (lo egin aurretik mugikorra erabiltzeak atsedena eragozten du).
- ▶ **Erlazio sozialak** (denbora gehiago ematen dugu pantailei begira pertsonak baino).
- ▶ **Osasun mentala** (antsietatea, estresa edo autoestimutxikia areagotzea, batez ere sare sozialetan).

Zer egin daiteke?

Mugikorrari "lotzea" gainditzeak ez du esan nahi erabat erabiltzeari uzten diogunik, baizik eta kontrola berreskuratzen dugula. Hona hemen aholku baliagarri batzuk:

1. Jarri ordutegiak mugikorra berrikusteko. Adibidez: gosaldutik ondoren bakarrik, eguerdian eta gauean.
2. Beharrezkoak ez diren jakinarazpenak desaktibatu. Horrela, etenaldi etengabeak saihestuko dituzu.
3. Mugikorrak gabeko eremuak ezartzen ditu. Jangela, bainu-

gela edo ohea bezala.

4. Erabili zure erabilera-denbora kontrolatzen duen aplikazio bat. Batzuek sare sozialetarako sarbidea ere blokeatzen dute, pasatzen bazara.
5. Pantailarik gabeko uneak bilatu. Irakurri, ibili, hitz egin edo, besterik gabe, leihotik begiratu. Zure garunak atsedena digitala behar du.
6. Txikientzat erreferente bati izan zentzu honetan. Zuk ezin baduzu mugikorra askatu, zaila izango da haiek askatzea eskatzea.

Mugikorra tresna zoragarria da, baina ezin du bizitza erreala ordezkatu. Menderatzen zaituela sentitzen baduzu, ez da ahultasunaren seinale: gure garunak estimulu errepikakor eta adiktiboaren aurrean nola funtzionatzen duen erakusten du. Garrantzitsua hori aitortzea eta eguneroko erabaki txikiekin jardutea da.



tanatorios IRACHE Betidanik

ALTSASU - IRURTZUN
LEKUNBERRI - BETELU - LEITZA

LOREAK, HILARRIAK, ESKELAK,
ERRAUSKETAK ETA ZERBITZU OSAGARRIAK

24 ORDUKO TELEFONOA

• 948 19 70 70 •
www.tanatoriosirache.es

BIDEGOXO JATETXEA

Jaunartzeak
Ezkontzak
Ospakizunak
Enpresa ekitaldiak

Usabal Kiroldegia
20400-TOLOSA 943 577 573
info@bidegoxo.com

CONSULTORIO VETERINARIO, S.L.

HIRUROK S. VETERINARIOS

Telefono zenbakia eta faxa:
948 50 43 31
Lekunberri

MALLOAK ARTZAI GAZTAK

Granja Martikonea, GAITZA, Nafarroa
Jabi, 649 472 057 + Joseba, 660 511 097
Malloak.com | info@malloak.com

IDIAZABAL



948 507 628
lekunbertaberna@gmail.com
C/ Aralar, 19 baxo
31870 Lekunberri
@Lekunberri_Taberna

INFORMATIKA ARALAR
LEKUNBERRI - ARAITZ
LARRAUN
JALMENTA ETA KONPONTZEA
634 551 743
infoaralar@gmail.com

Errotaldea 19,
Lekunberri
www.martillotxiki.com
679 938 016
MARTILLO TXIKI
PERKUSIO ESKOLA

●● Jenifer Briones eta Celia Watts

“Izarberrin kalitatezko janaria eta etxeko giroa eskaini nahi ditugu”



Yulia Saralegi, Jenifer Briones, Francisca Marte eta Celia Watts, Izarberri tabernan.

Izar taberna eraldatu egin dute eta orain Izarberri izenarekin ireki dituzte ateak. Jenifer Briones, Francisca Marte eta Celia Watts, ostalaritza mundura itzuli dira Aurrera tabernan hainbat urtez lan egin ondoren. Hain maite zuten lokal hura itxi ostean, ostalaritza itzultzea erabaki dute, oraingoa espazio berri batean, baina betiko maitasun berarekin.

Ezaugarri zuten kalitatea mantendu nahi dute, baina berrikuntza gehiagorekin. "La Mami" izen-daturiko Francisca sukaldariak, bere garaian Lekunberriko pintxo onenaren saria irabazi zuenak, sukaldeko buru izaten jarraitzen du, bere plater izarrekin eta etxeko sukaldaritzarekiko duen grinarekin. Jenifer eta Celia ilusioz gainezka daude etapa berri honekin. Herri osorako giro abegikorra eta familiarra eskaini nahi dute, bai helduentzat bai gazteenentzat.

Nola sortu zen taberna irekitzeko ideia?

Jenifer: Guk, lehenago, Aurrera tabernan egiten genuen lan. Etapa hura amaitu ondoren, Izar taberna

zaharra zabaltzeko aukera eskaini ziguten, eta haren alde egitea erabaki genuen, ilusio handiz. Izarberri izena jarri diogu, "izar berria" esan nahi duenez hasiera berri hau argitzeko.

Nolako giroa bermatu nahi duzue taberna berrian?

Celia: Izarberri etxeko giroa izatea nahi dugu, jendea eroso sentitu dadin. Etxeko sukaldaritza indartu nahi dugu,



BERTAKO HARAGIA
Txistorra, txorizoa, saltxitxak, sukaldatutako platerak.
Etxera eramateko zerbitzua ere eskeintzen dizugu.

Antigua kalea 7
31890 BETELU

948 51 30 88 maiteharategia@hotmail.com



German Lasarte HARATEGIA
Aralar kalea 9
Lekunberri
948504157



SAN MIGUEL gasolindegia
Xabier Garmendia 629 350 099
Arribe-Atallu



urrutia enea
etxeko hestekiak
LEKUNBERRI



Izarberri taberna kanpotik.

"Izarberri izena jarri diogu, 'izar berria' esan nahi duenez hasiera berri hau argitzeko"

"Izarberri taberna, herritarren topagune atsegina izatea nahi dugu"

Jenifer Briones

errezeta tradizionalekin baina ukitu modernoagoarekin. Amaitzeko, leku hurbila eta atsegina izatea gustatuko litzaiguke, bai adinekoentzat, bai gazteentzat.



Izarberri taberna barrutik.

Zer espero dezakete bezeroek Izarberri?

Jenifer: Gertuko arreta, janari ona, eta eroso sentitzeko elkargune bat. Janari eskaintza berri eta zabaldu dugu, betiko zapoak eta aukera berriagoak eskainiz. Izarberri taberna, herritarren topagune atsegina izatea nahi dugu.

Celia: Janariari eta edariari dagokionez, gosari gozoak eta gaziak, ogi txigortuak, pintxoak, kafeak, betiko edariak, opilak eta, batez ere, etxeko tartak eskainiko ditugu. Eguneko menua ere egongo da, langileentzat aproposa, eta karta zabalagoa. Hainbeste gustatzen zitzaizkien platerak itzuliko dira: babarrunak, hamaiketa-koak eta aurreko tabernan ere egiten genituen janari tradizionalak.

Zein izango da ordutegia?

Jenifer: Asteko ordutegia 07:00etatik 23:00etara izango da, eta asteburuetan ordubete geroago itxiko dugu. Asteartean egun osoa itxiko dugu. Gogoz lan egin nahi dugu, xehetasunak zaindu eta erritmo ona mantenduz.

Nolakoa izan zen irekiera?

Celia: Irekiera maiatzaren 30ean ospatu genuen, eta oso ona izan zen. Harrituta gaude, herritarren ongietorria atsegina izan zen. Bi orduz pintxoak eta lehenengo edariak doan eskaini genituen.

Jenifer: Gainera, irekieran, ez genuen afaririk eskaintzeko asmorik, baina azkenean lanean jarraitu genuen eta ordutik, topera ibili gara.

Celia: Lekunberri eta inguruko herritarrei eskerrak eman nahi dizkiegu Izarberri etortzeagatik eta ongietorri bero hau egiteagatik. Lanean jarraitzeko gogoz gaude, ilusio handiarekin.

"Harrituta gaude, herritarren ongietorria atsegina izan zen"

"Lanean jarraitzeko gogoz gaude, ilusio handiarekin"

Celia Watts



- IBILGAILU GUZTIEN TXAPA KONPONKETA ETA MARGOKETA
- BANKADAKO LANAK
- ERROTULAZIOAK
- LLANTA BERRITZEAK
- JASO ETA ETXERA ERAMATEKO ZERBITZUA
- KRISTAL ALDAKETAK
- BARRUKO ETA KANPOKO GARBIKETA
- ADEITASUN AUTOA DOAN

680 859 938 · 948 500 166 · CHAPIGO@GMAIL.COM

FESTAK 2025

ARRIBE

Uztailak 18, ostirala

- 18:00** Mus Txapelketa herrikoia
20:13 TXUPINAZOA!
21:30 Herri Afaria plazan. Bi aukera: autogestionatua edo zikiro jatea.
00:30 Itzal erromeriarekin dantzaldia plazan
Ondoren, DJ Elorri

Uztailak 19, larunbata

- 11:45** Ezkil jotzea
12:00 Puskabiltza herri osoan zehar
18:00 Ume jolasak eta puzgarriak plazan. Ondoren, musika.
00:30 Milan eta Rivera DJak

Uztailak 20, igandea

- 9:00** Goiz soinua herrian zehar
12:30 Meza
Ondoren, XXIII. patata tortila lehiaketa
16:30 Araxes Pilota Elkarteko umeen partidak frontoian
19:00 Herri kirol saioa
Amaitzean, trikipotea musika eta pintxoekin

ODERITZ

Abuztuak 22, ostirala

- 18:00** Suziria.
18:12 Entzierroa.
18:30 Puzgarriak.
19:30-21:30 Oixani.
22:00 Afari autogestionatua.
23:00-24:00 Oderitz kantuz Oixanirekin.
24:00-02:00 Oixani.

Abuztuak 23, larunbata

- 12:00** Erronda.
16:30 Puzgarriak.
17:30-19:30 Herri kirolak.
19:30 Txokolatada.
20:00-22:00 Erromeria Luzianorekin.
21:30 Bokatak salgai elkartean.
23:00-02:00 Erromeria Luzianorekin.

Abuztuak 24, igandea

- 10:00** Dianak.
11:00 Haurrentzako jolasak.
12:30 Bertso-bermuta.
14:00 Bazkaria.
18:00-21:00 Erromeria Luzianorekin.
21:00 Azken traka.
Oharra: Puzgarriak egun osoan zehar.

ASTITZ

Uztailak 19, larunbata

- 12:00** Erronda etxex etxe akordeoiarekin.
17:30 Helduentzako jolasak eta musika arratsaldean zehar.
18:30 Mus Txapelketa.
22:00 Herri Afaria.
00:30 DJ Hiru Hirukiak.

Uztailak 20, igandea

- 12:00** Larraungo Pilota Elkarteko neska-mutilen pilota partiduak.
18:00 Zuragai Herri Kirol Taldearen erakustaldia.
18:30 Mus Txapelketaren finala.
19:00 "Adri eta Ceci"-ren kontzertua.

UZTEGI

Abuztuak 14, ostirala

- 12:00** Puskabiltza.
20:30 Brindisa.
21:00 Bertso afaria.
Ondoren DJ Herrikoia.

Abuztuak 15, larunbata

- 11:00** Pilota-partiduak.
13:00 Pintxo txapelketa.
17:00 Mus txapelketa.
17:30 Bingoa.
19:00 Toka txapelketa.

AZPIROTZ

Uztailak 31, osteguna

- 21:00** Afari autogestionatua. Ondoren, Zinema.

Abuztuak 1, ostirala

- Egunean zehar puzgarriak egongo dira.
17:00 Umeen jolasak.
19:00 Frontenis txapelketa.
21:30 Patata tortilla txapelketa. **Ondoren**, bingoa.

Abuztuak 2, larunbata

- 10:00** Erronda.
17:00 Mus txapelketa.
19:00 Zartari jaurtiketa.
21:00 Herri afaria.
00:00 Soletikan erromeria taldea.

Abuztuak 3, igandea

- 12:30** Meza. Ondoren, salda.
17:00 Herri kirolak.
18:30 Aizkolariak. Santamaria anaiak vs Lopez-Eraso.
19:00 Motozerra erakustaldia.
Bukatzeko, pintxo potea eta txokolatada.

► AGENDA

UZTAILA

19-20- Astizko Festak.

19-20-21- Arribeko Festak.

31- 22:00 Udako Zinea: "Dragonkeeper: Dragoijagolea".
Jaian Jai Frontoia, Lekunberri.

ABUZTUA

1-3- Azpirozko Festak.

1-4- Errazkingo Festak.

2- 19:00 Musika-emanaldia, (tokia iragarriko da).
Lekunberri.

3- Antzinako Azoka. Lekunberri:
10:30 Ezkil-jotzea eta azokaren irekiera
11:30 Kalejira eta emanaldiak herrian barna.
12:00 Pregoia eta Bandera Dantza. Ondoren,
kale-antzerkiaren hasiera: Antzinako lanbideak.
17:00 Musikari ibiltariak azokan barna.
18:00 Erraldoi eta Kilikien Konpartsa.
20:00 Azokaren itxiera musika eta
su-ikuskizunarekin.

7- 22:00 Udako Zinea: "Tom eta Jerry". Jaian Jai Frontoia, Lekunberri.

10- Albiasun Jaieguna.

14-15- Uztegiko Festak.

15- Lezaetako Festak.

21- 22:00 Udako Zinea: "Asterix: edabe magikoaren sekretua" Jaian Jai Frontoia, Lekunberri.

22-23-24- Gorritiko Festak.

22-23-24- Oderizko Festak.

23- 19:00 Musika-emanaldia, (tokia iragarriko da).
Lekunberri.

29-30-31- Atalluko Festak.

30-31- Iribasko Festak.

30- 19:00 Kultur 2025 Zikloa (Nafarroako Gobernu):
Hutsun+JEL Trío-Artze. Herriko Plaza, Lekunberri.



POSTONTZIA

✓ Zein gairi buruzko
artikulua irakurtzea
gustatuko litzaizuke
Mailopen?

✓ Zure herrian edo talde
eragilean datorren
hilabeterako albisteren
bat ba al duzue?

Bidali zure proposamena Mailopeko erredakzio taldera:
660 476 041 telefonora deituz edo Whatsapp bidez idatziz.

KULTUR

2025

ekainak 20
irailak 21

UDAKO KULTUR
PROGRAMAZIOA

ABU

LARUNB.
9
19.00

LANTZ
Lantzeko plaza

LEVELIBULAR
CIRCO TEATRO

El mundo de los palos
Makilen Mundua



LARUNB.
30
19.00

LEKUNBERRI
Herriko Enparantza

HUTSUN+JEL Trío

Artze



EUSKARA
PROGRAMA
OSOA

UZI
ABU 31

BERTIZKO JAURRERIA
ERAKUSKETA

ARS NATURAE,
NATURA ARTIS

'VARIOPINTAS' KOLEKTIBOA