

Lasarte-Oria

eguberriak / navidad



Santo Tomas feria bihar ospatuko da Aniztasun Astearen barruan

DV LASARTE-ORIA
info@publibrock.com

Santo Tomas feria bihar ospatuko da herrian eta baita Euskal Herri osoan. Aurten ere Ttakun Kultur elkarteak izan da antolakuntzaren ardura hartu duena eta dagoeneko 15 urte igaro dira hasi zirenetik.

Okendo plaza txistorra postuez beteta izango da eta taloak, gaztainak eta sagardoak dastatzeko aukera egongo da. Gainera aurten postua jarri nahi dutenei deialdia luzatu zitzaizten, beraz herriko hainbat elkarte bertan ikusiko ditugu lanean.

Feria ordutegia 17:00etatik 20:30ak arte egongo da irekita. Kultur ikusizunei dagokienez, Erromeria izango dugu, Xumela Abesbatza eta Banaiz-Bagara elkarteek eguberrietako kantuez girotuko dute feria. Bertsolariak, Amalur taldeko trikitilariak eta plaza dantza ez dira faltako.

Eguberrietan haurrak direla protagonistak, horregatik talo talerak antolatu dira berazentzat eta noski, txerria ikusgai egongo da arratsalde osoan zehar.

Gainera Udaletxeak karpa erraldoi bat jarriko du Okendo plaza erdian. Aniztasun Astearren ospakizuna dela eta.

Aniztasun Astea
Lasarte-Oriako udalak eta herriko hainbat elkarteek 'Aniztasun Astea' antolatu dute bihar hasi eta abenduaren 29a arte. Ttakun

Kultur Elkarteak, Sendoki Elkarteak, Steps ikasle kooperatiba, Xpresionk eta AztiKerrek antolatu dute.

Esan bazala aste honen barruan dago kokatua Ttakunek antolatzen duen Santo Tomas eta Olientzeroren ongiertoria.

Igandean Sendoki elkartearen eskutik Gabonetako azoka izango da Okendo plazan. Honetan herriko denden, zelin artisauren produktuak eta elikagaiak erosteko aukera izango da.

Steps ikasle kooperatibaren eskutik 'Gastrokulturala' egitasmoa ospatuko da, abenduaren 26, 27 eta 28an beste gastronomiatoko errezak ikasteko aukera egongo da, goizetan haur eta helduentzat talerak egongo dira, haurrentzat sukaldaritzan lehen pausok emateko klasak izango dira eta helduentzako beste herrialdeetako errezak egingo dira gehien bat Hego Ameriketako, Ertamerika eta Afrikako gastronomia jorratuko da. Arratsaldean beriz, pintxo ezberdinen dastaketa, bai Extremadura, Andaluzia, Sahara eta Nikaraguaokoa.

Amaitzeko abenduaren 28an kontzertuak ospatuko dira karpan Xpresionk eskutik, atzerriko musika ekarriko da, kultura espresio guztiak jorrazteko Australia, Brasil, Dominikar Errepublikak, Sahara, Ingalaterra eta Argentinako musika entzun ahal izango dira. 12:00ean hasi eta gaueko 01:00ak arte ospatuko da.



Haurrek taloak egiten ikasteko aukera izango dute.



Txerria ikusgai egongo da.



Herriko hainbat elkarteek jarriko dute txistorra postua Okendo plazan.



Titare jostungitza taldea sortzeko deialdia

DV LASARTE-ORIA
info@publibrock.com

Bost urte dira Ttakun Kultur Elkarteak gabonari begira jantzi tradizionalen ikastaroa antolatzen duela. Euskal jantzi tradizional ikastaroan oinarri hartuta, Titare jostungitza taldea iraunkorra sortu nahi du. Inauterietako Santa Ana

Parodiarako jantziak egin edo konpontzeko taldea, astean behin elkartu eta beraien beharrik asetzaz gain, herrian antzerkiariko, dantzarako, inauterietarako edo beste ekingizetarako beharra sortu ez gero prest egongo lirateke taldean lan egiteko.

Ekingitza hauen helburu nagusia, euskarritzatza da. Arnas gunea

sortu, ekingitza baten inguruan bildu, harremanak sortu eta gutzita euskaratu. Beste helburuetako bat, kultura arloan herrian dauden beste taldeekin harremanetan jartzea da, elkarlanean behar duten laguntza eskaintzeko. Santa Ana ko Parodia, Olientzero, Kukuka, Erketz... Egitasmoa herriar gutzietik zuzenduta dago.

Udalaren laguntza, talde honek urtarrietatik aurrera ekaina bitartean, ostegunetan 15:00etatik 17:00etara Lasarte-Oriako emakumeen zentroan egingo du lan. Herriarrik honetan parte hartzea gonbidatzen ditu kultur elkarteak eta honetarako Ttakunek bulegoan edo 943 371 448 zenbakian izena eman behar da.


NEUVO EDIFICIO DE 15 VIVIENDAS EN UN ENTORNO NATURAL



Tel. 608 78 86 16
www.zabaletaberri.com

desde 185.000 €



Material eléctrico
 Iluminación
 Electrodomésticos
 TV - Hi-Fi
 Instalaciones eléctricas

Nagusia 39 • LASARTE-ORIA
 Tel.: 943 361 080 • Tel./Fax: 943 372 521
www.electricidadarregui.com



Mari Domingi, Olentzero, Xixuko postaria eta Porrotx pailazoa bertan izango dira.

Olentzero prest dago opariak banatzeko

DV LASARTE-ORIA
info@publibrock.com

Gure Olentzero maitea abenduaren 24an pasako da herriek, eta azken bi urtetan bezala kalejira bat egingo zaio Loidi-Barreneko pilotalekutik Okendo plazaraino. 16:45etan dago aurrekisia etorriko dela herria eta Xixuko postaria, Porrotx pailazoa eta Mari Domingirekin Lasarte-Oriako kaleak zeharkatuko ditu astoaren laguntzaz. Gainera herriko hanbat elkarte ere bertan izango dira, Dimbi Banda batukadako lagunek hasiko dute kalejira, ondoren herriko neska mutirik zuzia



eskuan dute! Olentzero eta Mari Domingi Okendo plazaraino gidatuko dituzte.

Plazan kokatuta dagoen karpan Amalur Trikitixa eta Panderoko ikasleak eta Alboka Abesbatzoko kideak Olentzerori abestuko diote. Ondoren hauren eskutitaz irakurriko ditu.

Xixuko denok dakigunez Olentzeroren laguntzalea da, herriko hauren eskutitaz jasotzen dituen, dagoeneko pasa omen da Sasoteta-Zamaburu eta Landaberri-Garaiakoetxea eskoletatik. Baina norbaitek aukera galdu badu, lasai egon dadila, asteartean ere bertan izango da Olentzerori laguntzen, egun hauetan lanez lepo dabil eta.

Opariak egiteko laguntza

Olentzerok, askotan ez daki haur bakoitzari zer oparitu horragatik guzuzak errazteko katalogo bat presatu dute. Katalogoa zortzi ataletan sailkatuta jaso dira: musika, liburak, aldizkariak, filmak, jostailu eta jokoak, DVD eta informatika produktuak, komikiak eta gurasoentzako produktuak. Gainera, produktu bakoitzaren gutxi gorabeharoko prezioa ematen da, eta zenbait ataletan

oparitu euskarazi



adineraren araberako banaketa egiten da, honetarako www.katalogoa.org web orrialdea bisitatu behar da. Urte osoan bizirik eta eguneratuta dagoen gunea da, argialetxeek berek aukera baitute produktu berriak zuzenean sartzeko merkaturatu ahal eta deskatalogoatuak gelditu direnak kentzeko. Hartara, webgunea urte osoan kontsulta daiteke, eta irakurleek, beren komentarioak egin ahal izango dituzte bertan, irakurri, ikusi, entzun edota jostatzeko hautatu duten produktuaren inguruan.

Paperezko edizioa ere badago, aurten 130.000 ale inguru banatuko dira Euskal Herri osoan baina edizio digitala askoz ere zabalagoa eta argialetxeen denda birtualetan zuzenean erosteko aukera dago.

<<Loidi-Barren pilotalekutik aterako dira 16:45ean Olentzero, Mari Domingi, Xixuko eta Porrotx>>

CRISTALERÍA ANORGA TXIBI S.L.

- INSTALACIONES COMERCIALES,
- DOBLE ACRISTALAMIENTO, • VIDRIOS DE SEGURIDAD,
- MAMPARAS, • PUERTAS CORREDERAS, • ESPEJOS,
- VIDRIOS DECORATIVOS, ETC

Ondo pasa eguberrietan!

Oria etorbidea, 4 LASARTE-ORIA 943 37 17 33 - 610 45 93 45

tsst
www.tsst.info

ondo para eguberriak!

Información: 943 361 741 LASARTE-ORIA

eguberri on!

ADURIZ DE LASARTE S.A.

SALA DE DESPESCE / ZATIKATZALE CELA
OBRAJADOR DE CHARCUTERIA / URDINTZEGINTZA
VENTA VACUNO, LANGAR, PORCINO/ BEHI, ARDI, XEKERRI SALMENTA

Tel.: 943 371 479 / 943 362 451 Fax.: 943 373 213

Eguberriko ekinaldia Aterpean
Campana de navidad de Aterpea

LORTU GABONETAKO SORTA BAT ATERPEAKO SALTOKIETANI Abenduaren 9tik Urtaurrilaren 5era, ATERPEA-ko saltokietan gabonetako sortak zozkatuko dituzte bezereen artean

¡ CONSIGUE TU LOTE DE NAVIDAD EN ESTABLECIMIENTOS ATERPEA! Del 9 de Diciembre al 5 de Enero, los establecimientos ATERPEA sortean entre sus clientes lotes de navidad

LASARTE-ORIA, URKALIZOIA, URTAURRILAN DEL GOBIERNO

Los Reyes Magos tendrán nueva carroza para pasear por las calles

TXEMA VALLÉS
info@publibrock.com

La asociación Megaba será la encargada, por tercer año consecutivo, de dar la bienvenida a nuestros queridos Reyes Magos: Melchor, Gaspar y Baltasar. Ya queda menos para que el 5 de Enero lleguen a la localidad y entreguen los regalos a los lasarteoriatarras que hayan sido buenos durante todo el año.

Dicha asociación fue creada por un pequeño grupo de personas que se encargan de organizar y coordinar la Cabalgata de Reyes, incluso en alguna ocasión les hemos podido ver de figurantes por falta de personal.

Este año la asociación ha adquirido una nueva carroza para sustituir a la anterior, principalmente porque la carroza estaba tocada, era una estructura muy vieja y por seguridad han decidido adquirir una nueva. Además se trataba de una carroza cedida por 'Takur' Kultur Elkarte, por lo que se limitaba el tiempo para disponer de ella entre otras cosas.

Según cuenta uno de los responsables de la asociación "ha costado mucho tomar la decisión de hacerlo, ya que supone un gran esfuerzo económico. Pero es un gran paso adelante para el futuro del proyecto en el que nos embarcamos hace 3 años un pequeño grupo de voluntarios de Lasarte Oria y que ha día de hoy seguimos con las mismas ganas o más de seguir trabajando por y para los más pequeños".

Cabalgata de Reyes

La Cabalgata está prevista que salga desde Oria a las 18.30 horas, después el recorrido será: Zirkuitu Ibilbidea, Kale Nagusia, en el Hogar del Jubilado realizarán la primera parada, Ola Kalea, en el Convento de la RRMM Brigidas visitarán a las monjas, Iglesia San Pedro, rotonda Casa Torre, Hipodromo etorbidea, calle Pablo Mutozabal, calle Iñigo de Loyola, Geltoki kalea, trasera de Okendo plaza (Plaza Antonio Mercero), a la llegada de la misma serán recibidos con una pequeña colección de fuegos artificiales, y finalmente, se trasladarán a



El belén al completo, la Virgen María con el niño Jesús, José, Melchor, Gaspar y Baltasar con sus respectivos pajes.

Okendo plaza donde será el escenario donde los Reyes Magos efectuarán el saludo cordial a la población y repartirán una montaña de caramelos a los niños-as asistentes. Como en otras ocasiones, Sus Majestades subirán al balcón Consistorial para dirigirse al numeroo público concentrado en la plaza. Tras el saludo oficial, leerán algunas cartas de los niños-as.

Recibimiento a los niños

Este año los Reyes se tendrán que ir antes de lo previsto y esto significa que al terminar la lectura

de cartas no podrán recibir a los niños-as en el hall del Ayuntamiento como otros años. Pero que estén tranquilos, ya que los Reyes Magos recibirán a todos los niños-as que deseen antes de la cabalgata en la capilla del Convento de las RR.MM. Brigidas donde más adelante se informará de horarios exactos.

Voluntarios para la Cabalgata

Como todos los años la asociación debido a su escaso grupo de trabajo solicita para el día de la Cabalgata, voluntarios/as para realizar

<< El recibimiento a los niños se celebrará antes de la Cabalgata en la capilla del Convento de las RR.MM. Brigidas >>

<< La asociación debido a su escaso grupo de trabajo solicita voluntarios para el día de la Cabalgata >>

diferentes trabajos para el buen funcionamiento de la misma. Todos aquellos que quieran colaborar de alguna manera podrá enviar un correo electrónico a la dirección: amigodelacabalgata@hotmail.

es, llamar al teléfono: 649.513102 ó rellenar el formulario que se encuentra en la web www.megaba.es. Por otro lado, comentar que el 26 de diciembre se abrirá la inscripción de antorcheros o figurantes.



Transportes
Frigoríficos
Internacionales
Logística
del Frio

Oria Elorbidea, 10
20160 Lasarte-Oria
Tel: 943 37 19 87
Fax: 943 37 67 78

Zorionak eta urte berri on!

www.tudefrigo.com

aldaz
hortz klinika - clinica dental

Felices Fiestas

ISS 12410



Participantes y ganadores del pasado concurso posan con los pajes de los Reyes.

Concurso de dibujo para poner imagen al cartel anunciador de la Cabalgata

TXEMA VALLÉS
info@publibrock.com

Hoy se cierra el plazo para entregar los trabajos para participar en el concurso de dibujo infantil con el que se sacará la imagen del cartel anunciador de la Cabalgata de Reyes Magos 2014.

Podrán participar todos los niños y niñas de 3 a 12 años (habrá tres categorías de edad). Cada participante sólo podrá presentar un dibujo que lo entregará en formato papel y el tamaño de los dibujos se limitará

<<Hoy será el último día para entregar los trabajos para participar en el concurso>>

al formato A4, sin doblar y sin relieves para facilitar su posterior escaneado. El tema del concurso será "Sus Majestades los Reyes Magos de Oriente", dejando total libertad para que cada participante exprese lo que desee. En el reverso figurarán los datos de identidad del menor:

Nombre completo y edad, también los datos personales del padre/madre o tutor legal: nombre, apellidos, dirección postal, correo electrónico y teléfono de contacto. Los trabajos deberán de ser depositados en el buzón habilitado para ello en Manuel Lekuona Kultur Etxea.

Por cada categoría de edad habrá un premio, que recibirán un regalo. De entre estos tres dibujos premiados saldrá el ganador final, el cual aparecerá en el cartel anunciador de la cabalgata de Reyes Magos.

Aterpea sorteá lotes de Navidad

DV LASARTE-ORIA
info@publibrock.com

La nueva campaña de Navidad de la Asociación de comerciantes Aterpea ya está en marcha. Hasta el 5 de enero comprando en establecimientos asociados se entregarán unos boletos al hacer sus compras. Los clientes entrarán en el sorteo de un lote de navidad. Cuanto más se compre en la localidad más posibilidad de que toque una de las excelentes cestas.

El listado de establecimientos que entran en esta campaña son un total de 25 comercios participantes: Ventanas Alcar, Mercería Olmi, Lasarte System, Librería Zumaburu, Mercería Urruzola, Santanta Informátika, Ormazabal Loradenda, Bar Arkupe, Confecciones Nogués, Bideo Lagunak, Electricidad Arregui, Modas Alba, Ventanas Isu, Martínez Multimedia, Ekain liburudenda, Ferrreteria Suko, Complementos Alda, Zapatería Iturbe, Donna, Lencería Maya,

<<Los sorteos se realizarán el 5 de enero en cada comercio>>



Alumbrado del Ayuntamiento.

Optika Lizarri, Zapatería Iturbe, Bazar Abreu, Yoigo, Orbela Ekodenda. Comprando en comercios de la localidad además impulsaremos un municipio activo que beneficie a todos los lasarteroiatarras. Sin esta unión sería difícil impulsar la economía local, de este modo relanzaremos el sector terciario.

La entrega de los boletos será a criterio del establecimiento, sin ningún mínimo de compra y será introducido en la urna del comercio donde haya sido realizada la compra. El cliente deberá rellenar el boleto e

introducirlo en la urna en el momento de la compra.

Sorteo de los lotes

El sorteo se realizará el 5 de enero en el propio comercio y será el comercio el que comunique a su cliente al beneficiario y le hará entrega del lote. También se publicarán en prensa los nombres de los agradecidos de cada comercio.

Alumbrado navideño

Además este año el Ayuntamiento, con la colaboración de Aterpea, puso en marcha el encendido del nuevo alumbrado navideño en diversas zonas de la localidad, con el objetivo de ambientar durante estas fechas tan señaladas y motivar al vecindario para que «consuma en los comercios locales». El Ayuntamiento después de atender a las quejas del vecindario, que solicitaba un mayor alumbrado en las calles por Navidad y gracias a la colaboración de la asociación de comerciantes Aterpea, que ha permitido que llegue una subvención del Gobierno Vasco (proyecto Merikagune) se ha podido realizar un esfuerzo para instalar dicho alumbrado navideño.

Eguberri zoriotsuak lasartearre!!

Limpiezas generales, limpieza obras, moquetas, mantenimiento y conservación de edificios y locales, barrido de garajes y grandes superficies con barrederas...

Bº Rekalde, Edif. Iru Bide Local 6 LASARTE-ORIA
Tel.: 943 364 650 - Fax.: 943 376 315

PATXI LARRANAGA

Kale Nagusia, 39 Lasarte-Oria
Tel.: 943.372.668
www.patxilarranaga.com

ETXEO SALTITXTXARIK GOXOENAK...
eta truletariak onenak!!

2014 zoriotsua!

ABEND CERVECERÍA

FIN de SEMANA COMIDA de GRUPOS

Felices Fiestas | Eguberri on!

Ven a disfrutar las fiestas, te lo pasarás en grande
Pablo Mutiozabal 5, LASARTE-ORIA

ISU

Profesionales a su servicio en todo tipo de VENTANAS, PUERTAS, PERSIANAS, MAMPARAS, TOLDOS y DECORACIÓN
Poliuretano, PVC, Rotura de Puente Térmico y Aluminio

K/ Nagusia 46, bajo LASARTE-ORIA • Taller: Pol. Ugaldes, 21 USURBIL
Tel.: 943 36 64 95 • Fax: 943 36 52 22

SANTOXO TABERNA

Buen ambiente deportivo!

2014 urte berri on!

NUEVA CARTA

- Raciones.
- Platos Combinados.
- Bocadillos.
- Gran variedad de pintxos.
- Especialidad en morunos.
- TORREZNOS de Soria.

Plaza Oriamendi, 1 - bajo LASARTE-ORIA
Tel.: 943 37 20 75

Pirritx, Porrotx eta Marimototsen lan berriak 25 urteko ibilbidea ospatzeko

DV LASARTE-ORIA
info@publbrock.com

Pirritx, Porrotx eta Marimotots pailazoek "Sentitu, pentsatu, ekin" helduentzako liburua aurkeztu dute orain dela aste batzuk herrian. Hogeita bost urte bete dira Pirritx, Porrotx eta Marimotots pailazoak aurreneko taula gainera igo zirenetik. Ibilbidea hasi zutenetik hamaika bizipen izan dituzte, bereaginan sekulako arrastoa utzi eta euren unibertso propioa sortuz liburu hau dugu norren guztiaren lekuko. Amagoia Mujika liburuarren idazlea, Antxiñe Mendizabal Elkarreko ordezkarria, Bonberenea txarangako lagunak, Txapas, Aspanogi elkarteko ordezkaririk, Pello Barrio alkatea, besteak beste, izan ziren aurkezpen honetan. Joxe Mari Agirretxek, Amagoia Mujika idazleak eta Antxiñe Mendizabalek aurkeztu zuten liburua. Mujikak esan zuen liburuaz zuela "urteen bitartez" kontatu nahi, "emotio eta abenturen" bitartez baizik, "eskenatoki atzekoa" ardatz hartuta. Agirretxek hasipenak hastapenetako "arrautz egosi, Olentzero eta Takoloren aurpegi zurianen" jatorria Lasarte-Oria eta uskara ere, aldeko mugimendujarekin lotu eta gaur egunera arteko bidea laburbildu zituen.

Aurkezpena Jaingin

Pailazoan lan berriak
"Bizipoza" ikuskizun berria estreinatuko dute pailazoek, aurtengoan, ELKARTASUNA landuko dute, elkartasuna hizki larriaz, garai nahasiotan horixe ez baltago krisian ibilbide izan elkarlana eta elkartasuna Pirritx, Porrotx eta Marimotots pailazo taldearen ikur bilakatu dira. Duela lau urte Irrien Lagunak kluba aurkeztu zuten, eta aurtien Bizipoza Auzolan Elkarteak sortu dute. Giza arteko alor ezberdinetan lanean diharduten orotariko taldeak bitzen diru bere baitan elkarre berri honek:

familia eredu ezberdinetako elkarteak, jito elkarte, minbizia duten haurren familiaen, behar ezberdinak dituzten haurren familiaen, laguntza txakurrena, gorrak, kirol egokituak...

Pailazoek irripidean barrena abiatzera doaz: Panpoxa furgonetan, Txernobyldik datorkien laguna jasoko dute aireportuan. Marimotots Panpoxa martxan jartzen saiatu da, baina ezin: motorra puzkeria hasi da, ke artean estulka. Matxurata dago plazaren erdian. Arduratuta daude gure lagunak, aireportura nola iritsi ez dakitela. Plazan daudela, handik eta hemendik, laguntza ez zaie faltako, eta konturatuko dira bizkarra emansz elkarri denok garela elbarri. Kantuan eta dantzan, bizipozez eta auzolanean, mundu berri bat dugu zain.

"Bizipoza" disko berria ere kalean da. Elkartasuna ardatz hartuta, Xabier Zabaleren

gidaritazpean 20 abesti grabatu dituzte, erritmo eta kolore askotarikoak dituzten abestiak: kumbia, boleroa, roka... Hainbat eta hainbat musikari, bertsolari, sortzaile, kantari eta elkarteren partehartzeaz, denen artean elkarlanean osatutako proiektua da honakoa.

Musikariak Xabier Zabala (teklatuak, akordeoia eta txirulak), Igor Letelxea (bateria eta djenbeak), Luis Vega (baxua), Ruben Caballero (gitarra), Luis Mari Moreno "Pirata" (haize-instrumentuak), Oreka Tx (txalaparta), Joseba Tapia (trikitia), Xabier Leturia (panderoa), Kaabestrí (hari-laukotea) izan dira. Kantariak eta hitzak Pirritx, Porrotx eta Marimotots, Donostiako orfeo bikia eta gaztea, Idiazabalgo eta Zalduibako haurrek, Miren Amizola, Odel Barroso, Xabier Etxaniz Rojo, Eñara Etxaniz, Xabier Euzkitze, Uxue Alberdi,

Andoni Egaña, Patxi Bernarras, Beñat Gaztelumendi, Aitor Gorosabel (Su Ta Gar), Peru Maddelena, Aiora Renteria (Zea Mays), Unai Lobo (Getagarr), Jon Maia, Juantxo Arakama (Glaukoma), Amets Arzallus, Unai Muñoz, Kirmen Uribe, Maialen Lujanbio, Ane Labaka eta Igor Eloitza.



En Urbil esta Navidad la moda es no parar

TXEMA VALLÉS
info@publbrock.com

Urbil, un año más, ofrece a sus clientes un sin fin de soluciones para esta Navidad. Desde una amplia oferta comercial para todo tipo de regalos, un gran hipermercado y servicios de gran calidad para hacer la visita más agradable (parking cubierto,

pulsera identificativa niño, punto de atención al cliente...), hasta actividades de entretenimiento a diario.

Actividades infantiles

Los niños pueden recorrer una gincana en el recinto infantil del punto de encuentro y terminar lanzándose por una rampa con un trineo, así como disfrutar del club infantil gratuito

Pinpilipauca en la planta de ocio con actividades variadas durante todo el periodo navideño y una pintacaras. También, podrán escribir una carta con sus deseos y entregársela en mano al dentzero o a los Reyes Magos.

Urbil solidario

Asimismo, durante la Navidad, en colaboración con Cruz Roja se ha habilitado un punto de recogida

solidaria de juguetes para familias con pocos recursos en la zona de moda. Para quienes siguen al centro comercial en las redes sociales, esta Navidad Urbil cuenta con el sorteo de una cesta navideña completísima.

Novedades

Este año el centro ofrece a sus clientes un nuevo servicio para evitar dar vueltas en busca del

mejor regalo, y es que en el Punto de Atención al Cliente pueden adquirirse tarjetas regalo y cargarlas desde 5€ hasta 500€, se entrega al momento en una elegante caja y el afortunado que la reciba puede escoger entre más de 60 locales lo que más le guste. Además, Itakz regalará una instantánea a quienes se acerquen al photocall navideño del punto de encuentro como recuerdo de su visita.

Toda la información detallada se encuentra en la página web: www.urbil.es.

Zubieta Motor

Venta de vehículos Km 0, Seminuevos y de Ocasión.
Postventa en las mismas marcas y otras del mercado

Gama de vehículos de las marcas:

Oria etorbidea, 4 - Local 6 LASARTE-ORIA Tels.: 943 360 009 (taller) 943 377 917 (ventas)

www.autocentrogipuzkoa.com

Centro Internacional de Dietistas-Nutricionistas

Dietista

RECIBIE NATURISTA: Dr. URTIAGA

CENTRO INTERNACIONAL DE DIETISTICA Y NUTRICION

MUÑOZ

Hidroizma Etorbidea, 14
01003 932 750
LASARTE-ORIA

O/ Farnin Calbetón, 7
01003 206 704
EIBAR

P/ Ullitxu, 5
01003 120 973
EIBAR

Nerea Segura Alcaide, la lasarte-oriatarra ha publicado su primer libro 'Mi hijo es celíaco'

"Me hace sentir que puedo ayudar a otras personas celíacas"

TXEMA VALLÉS
info@publibrock.com

Nerea Segura Alcaide, lasarteoriatarra de 30 años, ha publicado recientemente su primer libro bajo el título 'Mi hijo es celíaco'. Desde su visión como dietista-nutricionista y, lo que es más importante, desde su propia experiencia personal, la autora da a conocer las claves de la enfermedad respondiendo a todas las preguntas que se pueden plantear cuando llega un celíaco a la familia.

- Para los que no conocen a Nerea Segura, conténtenos un poco su vida.

La verdad es que llevo un tiempo desaparecida del pueblo. Estudié Alimentación y Nutrición en la Universidad de Iruña, posterior me trasladé a Barcelona para realizar las prácticas de estudios, que estuvieron más relacionadas con el ámbito de la alimentación deportiva. Me ofrecieron trabajo en Donosti y volví a mi tierra, he estado dando charlas sobre nutrición, también he estado organizando talleres en los colegios para niños-as sobre

alimentación saludable. Mas tarde volví a Barcelona para trabajar como profesora en la C.E.E.F.T. (Centro de Estudios Europeos para la Formación de los Trabajadores), estuve casi dos años y es ahora cuando he vuelto a mi Lasarte-Oria natal.

- Y ahora mismo ¿a qué se dedica?

Estoy trabajando en muchos ámbitos, sobre todo estoy con la asociación de Celíacos

organizando charlas, talleres, etc. En estos momentos estamos realizando una guía sobre paladares sin gluten, se trata de una guía para concienciar e informar a los hosteleros para que una persona celíaca pueda disfrutar de un menú sin gluten y que sea segura.

- ¿Por qué se ha especializado en este tema?

Para empezar yo soy celíaca y la enfermedad me toca en primera persona. Creo que estudié Dietética por ello. Tardaron 11 años en darme un diagnóstico. Ver que al final un diagnóstico correcto y una simple dieta me solucionaron la vida, me involucré en ello. Al final me hace sentir que puedo ayudar a otras personas.

- ¿Cómo es la vida de un celíaco?

Es una enfermedad crónica. Pero si un celíaco realiza bien el tratamiento será una persona sana. Eso si, este tratamiento lo tiene que llevar toda la vida. Pero mirando por el lado bueno, es una enfermedad que no necesita fármacos y no es una enfermedad degenerativa. Lo que está claro es que te dificulta la vida social, el salir a cenar e ir de viaje se complica ya que necesitas una dieta diferente. Por esto estamos intentando solucionar el problema de las comidas con la guía de la asociación.

- ¿Qué dieta es la adecuada para un celíaco?

Básicamente hay que quitar de la dieta 4 cereales, que

<<Es una guía que explica con palabras sencillas lo que es la enfermedad, está dirigido a padres y madres que tengan un celíaco en casa >>

<<Hay que concienciar a los hosteleros para que incluyan comidas sin gluten en sus cartas. Para nosotros no es un capricho más bien es una necesidad >>

serían el trigo, avena, centeno y cebada y todos los alimentos que puedan contener estos ingredientes. A simple vista parece que es sencillo, pero aparecen pequeñas carencias en la dieta que hay que ir mejorando y aprender a comer mejor.

- ¿Personalmente cómo lo ha vivido en primera persona?

La verdad es que bien, cuando me diagnosticaron la enfermedad tenía mucha sintomatología, me dolía mucho el estómago, vomitaba, etc. Cuando cambié la dieta y vi que me encontraba mucho mejor fue todo un alivio. No me supuso ningún esfuerzo el cambio de dieta. Si que es verdad que cuesta más en las personas adultas que ya tienen sus hábitos. En la asociación de Celíacos facilitamos a estas personas a llevar una dieta equilibrada. Exactamente la Asociación de Euskadi de Celíacos (E.Z.E.) ha sido la pionera en elaborar un listado de productos actos para el celíaco y ha elaborado una guía de restaurantes donde ofrecen menús especializados.

- ¿Cada vez los restaurantes están más concienciados?

En eso estamos trabajando. La Asociación ha publicado una guía novedosa donde cuenta con una relación de hoteles, restaurantes y bares que cuentan con el visto bueno de la asociación. Ahora disponemos de pintxos sin gluten, podemos tomar carnes con salsa, croquetas, etc. La guía se puede encontrar en oficinas de turismo y están traducidas al inglés y francés.

- ¿Cuántos casos conoce exactamente en Lasarte-Oria?

En la localidad habrá alrededor de 30-40 personas y en Gipuzkoa unos 900. El problema está que mucha gente está sin diagnosticar y lo han clasificado como otra enfermedad.

- Centrándonos en el libro, ¿a quién está dirigido?

Muchas personas me preguntan de mi hijo, yo no soy madre. Decidí ponerle el título de 'mi hijo es celíaco' porque yo he sido hija y he visto durante mis primeros 11 años de vida como mis padres se han movlizado para al final dar con un diagnóstico. Mi intención es facilitar a esos padres que duden de si su hijo puede tener la enfermedad y leyendo el libro se puedan sentirse identificados. También está dirigido a los padres que recién les hayan diagnosticado a sus hijos, sepan por donde tienen que empezar. Se trata de una guía que explica con palabras sencillas lo que es la enfermedad.

- ¿Qué proyectos tiene mirando al futuro? ¿publicará más libros?

Lo de escribir el libro no fue algo que yo lo tenía pensado. Me ofrecieron y pensé que sería una buena oportunidad. La verdad lo de escribir un libro cuesta más de lo que parece. En principio, seguiré con la labor de difusora que es lo que me gusta. Tengo muchos proyectos en mente, estoy involucrada en muchos ámbitos a parte de los celíacos. También doy charlas sobre diabetes y otras enfermedades. Por último, voy a empezar con una consulta privada en el Centro Médico de Zurriola. También en el ámbito deportivo, no lo quiero soltar, aunque es difícil trabajar en esto por los recortes.



Nerea Segura con su libro que pretende ayudar a familias con un hijo celíaco

TARJETA REGALO URBIL

Todo ventajas



PARATI

Aciertas seguro
Eliges cuánto gastar
La recibirás al momento y de forma gratuita
Evitarás las vueltas para dar con el mejor regalo

PARA QUIEN LA RECIBE

Puede escoger lo que le apetezca
Amplio horario
60 locales donde elegir
Puede repartir el importe en varias compras



f
t
YouTube
APP

MADE IN UO

15 años después de la lluvia de millones...

El premio fue muy repartido ya que se vendieron en participaciones y los agraciados lograron entre 10 y 30 millones de pesetas

TXEMA VALLÉS
 info@publibrock.com

Parece mentira, pero ya han pasado 15 años desde que el Gordo de Navidad cayera en Lasarte-Oria. La Lotería de Navidad dejó la friolera cantidad de 9.600 millones de las antiguas pesetas con el primer premio del Gordo que recayó en el número 21.856. Exactamente supuso que 525 vecinos se convirtieran de la noche a la mañana en millonarios.

El artifice de que toda esta ilusión llegara a los hogares de la localidad, fue



Algunos de los afortunados brindan frente al Bar Arkaitza

Isidoro Durán que regentó durante varias décadas junto a su madre ya fallecida Juana Sagasti el local de Gokikale donde distribuía la lotería.

Durán compró a la administración de Villabona 32 que los repartió en diferentes zona, 25 series se quedó el Bar Etxebe, 4 el Bar Arkaitza y los demás los vendió por su cuenta. El premio fue muy repartido ya que se vendieron en participaciones y los agraciados lograron entre 10 y 30 millones de pesetas.

La suerte se había quedado esta vez en Lasarte-Oria, y concretamente repartida en sectores menos pudientes, zona obrera de Uistin kalea y sector juvenil del barrio de

Zumaburu. No sabemos que pasó con todos esos millones, si los agraciados gastaron lo loco o los invirtieron. Pero si recordamos que posterior por la localidad se empezaron a ver coches de alta gama.

Sólo queda esperar hasta el próximo día 22 de diciembre, para ver si la Lotería de Navidad vuelve a caer en la localidad y alegría algún hogar necesitado.



9.600 millones a Lasarte-Oria

Miles de quinientos habitantes se han convertido de la noche a la mañana en millonarios...
 El premio del Gordo de Navidad cayó en Lasarte-Oria el día 14 de diciembre. El número ganador fue el 21.856. El premio principal fue de 9.600 millones de pesetas. Este premio se repartió en 25 series de 400.000 pesetas cada una. Los demás premios fueron de 10 millones de pesetas.



Concretamente en Lasarte-Oria cayeron 9.600 millones de las antiguas pesetas



Isidoro Durán fue el artifice de que la ilusión llegara a los hogares de la localidad



El dueño y camarero del Bar Etxebe, en el centro rodeados de agraciados

MICHELIN Lasarte les desea felices fiestas

Bienvenidos
Ongi etori