

# Hamazazpi

verano 2015



Ayuntamiento de Zigoitia  
Zigoitiko Udala

- EL CENTRO DE DÍA CUMPLE 10 AÑOS**
- PRACTICA EL NORDIC WALKING EN ZIGOITIA**
- MÁS DE 30 ACTIVIDADES EN LA EGUZKI JAIA 2015**
- SOCIEDAD DEPORTIVA CULTURAL Y RECREATIVA OKETA**
- ENTREVISTA A MAITE ORTIZ DE ZARATE, GANADERA Y AGRICULTORA**
- NUEVA CORPORACIÓN MUNICIPAL DEL AYUNTAMIENTO DE ZIGOITIA**
- ZIGOITIA EUSKARAZ, LA MEJOR MANERA DE EMPEZAR EL CURSO EN EUSKERA**
- GUÍA DE RECURSOS Y SERVICIOS EN CASO DE VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES**

## Para abrir boca...

**03 El Centro de Día de Zigoitia cumple 10 años**

Se inauguró en mayo de 2005

**08 La entrevista ¡NUEVA SECCIÓN!**

Maite Ortiz de Zarate, ganadera y agricultora

## Made in Zigoitia

**04 Eguzki Jaia**

Más de 30 actividades para todos los gustos, del 31 de julio al 2 de agosto

**10 Sociedad Deportiva Cultural y Recreativa Oketa**

Bolos, fútbol, herri kirolak... y mucha diversión

## Aquí y ahora

**06 Nueva corporación municipal**

EH BILDU gana las elecciones y Mikel Las Heras repite como alcalde

**11 Zigoitia Euskaraz**

La mejor manera de empezar el curso en euskera

**07 Igualdad**

Guía de recursos y servicios en caso de violencia contra las mujeres

**12 Practica el NORDIC WALKING en Zigoitia**

Ejercicio al aire libre para disfrutar de nuestro entorno

## Staff

**HAMAZAZPI.** Revista del Ayuntamiento de Zigoitia · Verano 2015**Foto de portada:** Elena Mota. **Edita:** Ayuntamiento de Zigoitia\_ Departamento de Cultura · Bengolarra, 1 · 01138 ONDATEGI (ARABA) T\_ 945 46 40 41 · [www.zigoitikoudala.org](http://www.zigoitikoudala.org) · [info@zigoitikoudala.com](mailto:info@zigoitikoudala.com)**Coordina y redacta:** Rosa Ortiz de Mendivil · [romendivil@gmail.com](mailto:romendivil@gmail.com).**Maquetación y diseño:** Hirudesign Web Estudio S.L · [www.hirudesign.com](http://www.hirudesign.com)**Impresión:** Gráficas Irudi · [www.graficasirudi.es](http://www.graficasirudi.es) · **Tirada:** 1.020 ejemplares · **Depósito legal:** VI-67/08

Para reproducir textos y/o fotografías, es necesaria la autorización previa y por escrito de la editora.

**Puedes leernos también en FACEBOOK.** [www.facebook.com/hamazazpialdizkaria](http://www.facebook.com/hamazazpialdizkaria) **X Aniversario del Centro de Día**

Han pasado ya 10 años desde que, en mayo del 2005, se inaugurara el Centro Rural de Atención Diurna de Zigoitia. Cuatro personas fueron las primeras en estrenarlo, si bien poco a poco fue creciendo la demanda hasta el punto de tener que ampliar las instalaciones en 2010. Hoy día cuenta con 20 plazas, todas ocupadas por vecinos y vecinas mayores de 65 años de distintos pueblos de Zigoitia y de Legutio.

El centro es la casa que comparten durante varias horas al día (de 11:00 a 17:00 h), ya que por la tarde regresan a su domicilio. Para las personas usuarias es un recurso social muy importante donde se mantienen activas y pasan el día en compañía de otras personas en su misma situación. Para las familias, por su parte, es una tranquilidad y un respiro porque saben que están cuidadas y bien atendidas. Unas y otras, personas usuarias y sus familiares celebraron el 10 aniversario junto a las profesionales que trabajan en el centro. Fue

una bonita jornada en la que disfrutaron de una representación teatral a cargo de los residentes y de un café en el que se pasaron algunos vídeos que recogen algunos de los mejores momentos vividos en estos 10 años.



## Calendario del contribuyente 2015

**IMPUESTO DE BIENES INMUEBLES DE NATURALEZA URBANA** .....**Periodo cobro voluntario:**01-09-2015 \_ 31-10-2015  
(2º plazo, 50% cuota)**Fecha cobro recibos domiciliados:**

2º plazo, primeros de octubre

**CURSOS CENTRO SOCIOCULTURAL** .....**Fecha cobro recibos domiciliados:**

1ª quincena de octubre

**LUGAR Y FORMA DE PAGO****INFORMACIÓN, SERVICIOS Y GESTIONES**Ayuntamiento. Teléfono: 945 46 40 41. De Lunes a Viernes, de 9:00 a 14:00 horas.  
Fax: 945 46 40 52  
email: [zigoitia@zigoitia.org](mailto:zigoitia@zigoitia.org)**Pagos no domiciliados en entidades financieras:**Lugares de pago: En oficinas de Kutxabank y Caja Laboral. Y a través de Internet en [www.zigoitikoudala.org](http://www.zigoitikoudala.org) (Mi pago)**Pagos domiciliados en entidades financieras:**

El Ayuntamiento de Zigoitia gestionará directamente el cargo en las cuentas de las entidades financieras en las que se haya domiciliado el pago.

**RECOMENDACIONES**

Las altas o modificaciones de domiciliaciones bancarias, así como los cambios de domicilio a efectos de sucesivas notificaciones, deberán tramitarse en el Ayuntamiento de Zigoitia.

**PERIODO DE APREMIO**

Se inicia al día siguiente de finalizar el periodo de cobro voluntario, iniciándose el procedimiento ejecutivo de apremio administrativo con aplicación del recargo que, en su caso, corresponda (artículo 28 de la Norma Foral 6/2005 de 28 de febrero, General Tributaria de Álava).



Del viernes 31 de julio al sábado 2 de agosto, en Gopegi-Ondategi (parque Bengolarra)

## Más de 30 actividades en el programa de la EGUZKI JAIA 2015



Fotos: Elena Mota.

La Eguzki Jaia es la fiesta del municipio de Zigoitia, de sus 17 pueblos y de todos sus vecinos y vecinas. Y, naturalmente, de todas las personas que se acercan hasta aquí estos días para participar en el extenso programa de fiestas que ha preparado el ayuntamiento, con la ayuda de varios colectivos y asociaciones. Desde el viernes 31 de julio hasta el domingo 2 de agosto se han programado más de 30 actividades para todos los gustos y todas las edades: deporte, música, talleres, danzas, gastronomía, hinchables, concursos, misa y hasta una feria ecológica.

Tras el emotivo comienzo del año pasado, este año se repite la fórmula: un aítite y un niño leerán el pregón con el que darán comienzo las fiestas. A continuación, Eguzki Mari saldrá en kalejira desde el Centro Sociocultural hasta el parque Bengolarra. Por la noche, cena popular en la que se asará una ternera y para terminar *Dantza plaza* con *Erdizka Lauetan* y concierto con *Bad Sound System* y un grupo sorpresa.

Durante la mañana del sábado 1 de agosto se celebrará la VIII Feria Ecológica, con exhibición y venta de productos agroalimentarios y artesanía. A las 12, en Ondategi, misa cantada con la actuación especial de *Mairu Abesbatza* (habrá servicio de autobús para recoger a las personas mayores en sus pueblos y trasladarlas a la iglesia. El regreso es por su cuenta). Después tendrá lugar la tradicional comida para nuestros mayores en el Centro Sociocultural, a la que seguirán las entregas de premios de sus campeonatos y del concurso de fotografía del municipio.

### Deporte y conciertos

El deporte estará muy presente esta jornada con una exhibición de *Herri Kirolak*, partidos de Fútbol Sala y de Pelota a Mano.

A las 8 llegará el concurso de Tortilla de Patata y, por la noche, los conciertos de *Astalapo*, *Talco* y, a partir de las 2 de la madrugada, verbena con *Akerbeltz*.



En la mañana del domingo los txikis disfrutarán con los hinchables en Bengolarra y, los aficionados a los bolos, con el Campeonato Infantil. Por la tarde le llegará el turno a los bolaris mayores con el XVIII Campeonato de Bolos Parejas. Y, para rematar el programa, *Patxi Leiva* ofrecerá un recital a las 8 en la terraza de Bengolarra.

“Coincidiendo con el arranque de la Eguzki Jaia, la Gazte Asanblada celebra el viernes 31 de julio su *Gazte Eguna*. El plato fuerte será el concierto de reage a cargo de *Selektah Stepi*.”

**Jabi Isasi Flores** es el autor del cartel ganador de este año.



EGUZKI JAIA - ZIGOITIA 2015 / UZTAILAK 31, ABUZTUAK 1, 2 / 31 DE JULIO, 1 Y 2 DE AGOSTO

GOPEGI - ONDATEGI (PARQUE BENGOLARRA)



## Nueva corporación municipal del Ayuntamiento de Zigoitia

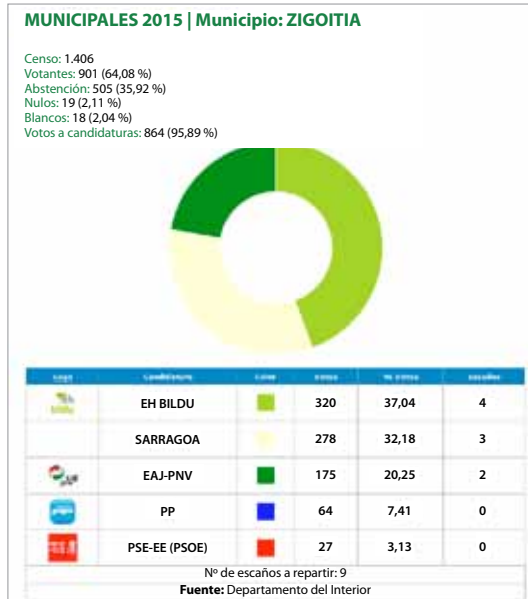
**EH BILDU gana las elecciones y Mikel Las Heras repite como alcalde**

Tras las elecciones municipales celebradas en mayo, el pasado sábado 13 de junio se constituía la nueva corporación municipal del Ayuntamiento de Zigoitia.

En la misma están representados los grupos políticos de EH BILDU (que se impuso en las elecciones del 24 de mayo, con el 37,04% de los votos), la agrupación SARRAGOIA (que alcanzó el 32,18%) y EAJ-PNV (con el 20,25%). PSOE y PP, por su parte, no consiguieron representación municipal al no alcanzar el número de votos necesario.

Durante los próximos 4 años Mikel Las Heras Martínez de Lopera, cabeza de lista de EH BILDU y que repetía como candidato a la alcaldía, gobernará el municipio ayudado por los otros 3 concejales de la formación: Nerea Txurruka Garate -Concejal de Euskera, Cultura, Educación y Deporte-, Eduardo Lorza García - Concejal de Participación, Montes, Ganadería y Agricultura-, y Esther Aizpuru Sáez de Zaitegi - Concejal de Igualdad, Bienestar Social y Juventud.

El resto de la corporación municipal está integrada por los otros 5 concejales electos: Zuriñe Fernández de Olano López de Robles



(portavoz), Pedro Antonio Inchaustieta Ochoantesana y Nuria López de Letona Lengaran, por la Agrupación de Electores Sarragoia; y Karmele López de Sosoaga González de Artaza (portavoz) e Iker Ortiz de Lejarazu García de Villoslada, por EAJ-PNV.

## XVII Concurso de Fotos de Zigoitia

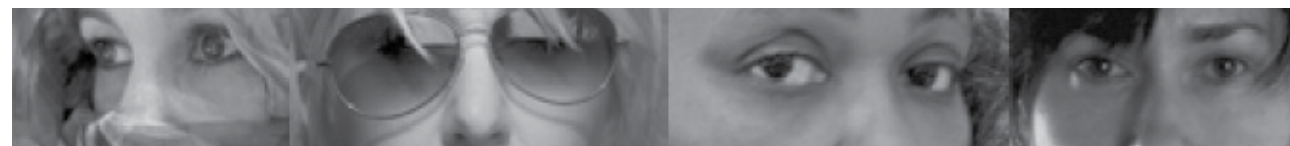
El Concurso de Fotos de Zigoitia, organizado por el ayuntamiento en colaboración con la Diputación Foral de Álava, Josu Izarra Fotógrafos y la Sociedad Fotográfica Alavesa bajo el lema 'Rastros en Zigoitia', ya tiene ganadores. A juicio del jurado, la mejor fotografía es 'Las llaves de la Iglesia de Ondategi' de Blanca Bombín Plaza, que se ha alzado con el primer premio. El

segundo se lo lleva Elena Mota Izkoa con 'Ihintzaren arrastoa'. El tercero lo ha conseguido Imanol Txi, autor de 'Toda una vida'. Y los dos accesits los han ganado Sonia Garrido Gutierrez con la fotografía 'Será, es, fue' y Wilson Serrano Velastegui, con 'No paso por el aro'. Zorionak!!!

**Puedes ver todas las fotos ganadoras en la web municipal [www.zigoitia.eus](http://www.zigoitia.eus)**



## Guía de recursos y servicios en caso de violencia contra las mujeres



El Ayuntamiento de Zigoitia sigue trabajando a favor de la igualdad entre mujeres y hombres. El pasado 26 de marzo, y tras recoger las sugerencias indicadas en el informe que emitió Emakunde, el Pleno municipal aprobaba el I Plan de Igualdad del municipio. Al mismo tiempo, desde el área de Igualdad se vienen ofreciendo una serie de actividades formativas y de recursos dirigidos tanto a la población en general como a colectivos específicos. Entre estos figura la 'Guía de recursos y servicios en caso de violencia contra las mujeres'. Se trata de una publicación de 24 páginas, en euskera y castellano, editada por el Gobierno Vasco y que recoge en un lenguaje claro y directo en qué situaciones hay que hablar de violencia contra las mujeres y qué hacer si una mujer la está sufriendo o lo sospecha.

Entre otros recursos aparece:

- el teléfono 112, de emergencias
- el 900 840 111, para hablar con profesionales de manera confidencial
- o el 900 180 414, del servicio de asistencia a la víctima de Álava, ubicado en el Palacio de Justicia de Vitoria-Gasteiz (Avenida de Gasteiz nº 18), donde acudir y plantear el caso a profesionales de manera presencial.

Además se incluye el servicio social de base del ayuntamiento, donde se ofrece información y orientación sobre todos los recursos a los que tiene derecho una mujer en caso de sufrir violencia (alojamiento temporal si fuera necesario, acceso a ayuda psicológica, asesoramiento jurídico).



Toda persona interesada puede recoger la guía en papel en las oficinas municipales o acceder a su versión on-line en el siguiente enlace: <http://www.zigoitia.eus/datos/contenido/documents/316/2014%20guia%20recursos%20violencia.pdf>

**Maite Ortiz de Zarate, ganadera y agricultora**

**'Lo mejor de mi trabajo, la libertad. Lo peor, cuando los ciervos te destrozan el campo'**



CABALLO DE CARNE DEL PAÍS VASCO\_Maite tiene medio centenar de cabezas de ganado equino. Foto: Rosa Ugarte y Blanca Bombín.



**Maite  
Ortiz de Zarate**

Es una mujer directa y resuelta. Y feliz. Ganadera y agricultora, es la titular de una explotación de medio centenar de cabezas de ganado equino y 45 hectáreas de cereal. Natural de Gopegi, vive en Ondategi junto a su marido y 2 hijos, que le ayudan en el tiempo libre que les queda tras atender sus respectivos trabajos. También cuenta con la ayuda de familiares y vecinos, nos dice orgullosa. Y no se corta a la hora de denunciar la pasividad de las instituciones ante 'el grave problema' de los daños que causan ciervos, jabalíes y corzos.

- **¿Qué tipo de explotación tienes?** Tengo ganado equino: 40 yegüas madres, 2 sementales y cebo la recría. Y también cereal, 30 hectáreas dedicadas al cultivo de trigo, cebada y avena; y otras 15 de hierba, para la alimentación de las yegüas en invierno. Las fincas están en Ondategi, Gopegi y Etxagüen. Además tengo huerta y, este año, mi marido me dice que es la mejor del pueblo, ¡ja, ja, ja!

- **¿Desde cuándo te dedicas al sector primario? ¿Y por qué?** Cuando empecé a salir con mi marido esto era nuevo para mí, pero los dos queríamos vivir en el pueblo. Lo veíamos interesante para criar a nuestros hijos y nos quedamos con la explotación de mis suegros. Aquí no echamos en falta nada prioritario, creo que la calidad de vida que tenemos en el municipio es superior a la de la ciudad.

- **En todo este tiempo, ¿cómo ha cambiado la situación?** Las cosas han cambiado a peor debido a los daños que producen las especies

cinégicas (ciervos, jabalíes y corzos) en pastos, cereales y cierras. ¡A veces me dan ganas de tirar la toalla y abandonar!

- **Sin embargo, cada día estás al pie del cañón. ¿Cómo es tu jornada laboral?** Mi día a día empieza sobre las 7 menos cuarto, cuando me levanto. A partir de ahí es más o menos todos los días lo mismo. Organizar un poco la casa, después a los animales y lo que precise el campo en cada momento: siembra, abonado, cosecha, etc. Acabo sobre las 9:30 o 10:00 de la noche.

- **Aparte de trabajar desde que amanece hasta que anochece, ¿qué es lo más duro?** Las principales complicaciones vienen en los meses de abril y mayo, cuando paren las yeguas. Hay partos que vienen mal, ataques de buitres... Y que hay mucho trabajo en la época de recogida de los potrillos, cuando los destetamos, y en el campo cuando toca cosechar.

- **¿Qué es lo mejor de tu trabajo?** Que soy mi propia 'jefa'. Yo me pongo mis horarios, es más libre en ese sentido. Y estoy al aire libre buena parte del día. Te digo también lo peor: los malos ratos que te llevas cuando ves que el campo te lo destrozan los ciervos, jabalíes y corzos, y que nadie se pone en serio a solucionar este grave problema.

- **¿Participas en asociaciones sectoriales?**

Sí, en Asgaequino en concreto. Es la Asociación que lleva el tema de la cría de la raza de Caballo de Carne del País Vasco, una raza considerada por Bruselas en peligro de extinción.

- **Hablando de Bruselas, ¿las instituciones lo están haciendo bien?**

No del todo, deberían implicarse más. Solo se les oye hablar del sector primario cuando se aproximan las elecciones. Y hay muchos temas reales en los que trabajar, como favorecer más la ganadería extensiva, no poner tantas trabas, mejorar los pastos y caminos de nuestros montes... En nuestro caso además estamos en un parque natural que, en esos aspectos, veo muy abandonado. Y no me olvido de todo

el papeleo que tenemos que hacer para la PAC (Política Agraria Comunitaria) y el control ganadero. ¡Hay que simplificarlo! Y, por último, reducir los censos de la fauna cinégetica a cantidades sostenibles para todos: cazadores, ganaderos y residentes por el peligro grave de accidentes en nuestras carreteras.

- **Para terminar, ¿crees que la sociedad actual valora vuestro trabajo?**

Yo creo la mayoría de nuestros vecinos sí que entiende y valora lo que hacemos para conservar el medio rural. Quizás más los nativos, porque conocen mejor nuestro modo de vida.



EN LA HUERTA\_ 'Dice mi marido que este año tengo la mejor del pueblo, ja, ja, ja, ja!'

## La pregunta incómoda

- **¿Qué le dirías a los responsables municipales de tu sector?**

Les diría que las iniciativas para mejorar las condiciones de este sector (proyectos, trabajos a realizar, etc.) tienen que partir de aquí. Y presentarlas luego ante otras instituciones superiores. Les diría que no abandonen el poder de decisión sobre nuestros montes ante otras administraciones; montes, por cierto, que han estado siempre bien mantenidos y conservados por quienes nos han precedido.



## Sociedad Deportiva Cultural y Recreativa Oketa

### Bolos, fútbol, herri kirolak... mucha diversión



#### - ¿Qué es la Sociedad Deportiva Cultural y Recreativa Oketa? ¿Y cuánto tiene de cada?

Oketa nació en 1987 'para promover el deporte rural, los equipos federados y torneos locales, y dinamizar la vida sociocultural de Zigoitia con clases de euskera, grupo de dantzak, colonias de verano, etc. Actualmente estamos más centrados en la actividad deportiva, que también conlleva cierto componente social, cultural y recreativo ya que no se centra solo en competir, sino en relacionarse y convivir con gente de nuestro municipio', nos explica Mikel Mimenza.

#### - ¿Cuál es su actividad principal?

'Organizamos diferentes actividades, como el Torneo Interpueblos de bolos, con gran arraigo y participación, hay más de 180 bolaris. Y además el Torneo de Fútbol sala con equipos locales, de que llevamos 30 ediciones; el Torneo de Frontenis, recientemente estrenado con muy buena acogida; los equipos federados de fútbol sala, en su vigesimosexta temporada; y competiciones y exhibiciones de Herri kirolak. El grupo de dantzak, por su parte, fue asumido hace unos años por el ayuntamiento.'

#### - En vuestra opinión, ¿qué le falta a Zigoitia?

'Claramente - señala Mimenza-, y es una demanda que viene de largo, unas instalaciones deportivas

adecuadas. Las actuales llevan años obsoletas y se ha gastado dinero en obras a modo de parches que no han aportado ese salto de calidad que necesitan. El equipo federado de fútbol sala, por ejemplo, lleva más de 10 años sin poder jugar en Zigoitia porque las instalaciones no cumplen los requisitos mínimos. Y los chavales del equipo de fútbol 7 tienen que disputar sus partidos y entrenamientos en Murgia por falta de campo. En el municipio siempre ha estado muy arraigada la tradición del deporte (herri kirolak, futbol, pala, bolos...), pero no tenemos unas instalaciones a la altura, comparándolas con otras de la provincia.

#### - ¿Qué balance hacéis de estos 28 años de vida?

'Muy positivo, sin lugar a dudas. Hoy día las tareas están más repartidas entre distintas asociaciones del municipio que trabajan muy bien y Oketa se centra en actividades deportivas y sociales. Pero hemos sido referente y generadores, pioneros en gestionar desde competiciones nacionales, talleres y colonias, encuentros y colaboraciones hasta la compra de materiales deportivos, préstamo de material, etc', concluye Juan Carlos Ruiz de Garibai.

#### Más info:

En su sede, en el Centro Sociocultural de Zigoitia  
 Y en el teléfono 652 746 773

## Zigoitia Euskaraz, los dos primeros fines de semana de septiembre

### La mejor manera de empezar el curso en euskera



Sin descanso. Y cargados de ganas e ideas. Así viene trabajando desde la pasada Semana Santa el grupo encargado de organizar el Zigoitia Euskaraz. Y es que poner en marcha una iniciativa de este tipo supone mucho trabajo, pero no solo eso: hay que dar la mayor difusión posible al objetivo y a la filosofía de esta fiesta. Por eso, cada año se lleva a cabo un proceso de reflexión, se intenta abordar estrategias diferentes, se ponen en marcha nuevas ideas. No es poco el mérito que tiene.

Resultado de todo ese esfuerzo, el próximo Zigoitia Euskaraz se presenta con un programa bien consistente. Como siempre, serán dos fines de semana cargados de actividades. Aquí te ofrecemos un pequeño resumen:

#### De Manurga a Manurga ¡y acabamos en Olano!

El sábado 5 de septiembre tendrá lugar la marcha en bicicleta y, este año por primera vez, será un recorrido circular que comenzará y terminará en Manurga. Después de hacer un poco de deporte comenzará la fiesta: habrá comida y bebida para todo la gente y espectáculos a gusto de todos: nos visitará el club *Irrien Lagunak*, como el año pasado, y a medida que se acerque la noche, la *Elektrotzaranga TTEK* será la encargada de animar el ambiente.

Al día siguiente cita con la única misa en euskera que se celebra anualmente en Zigoitia, esta vez en el pueblo de Olano. A su término, exhibición del grupo de danzas *Oketa Alai* y de la coral *Mairu*. Este año, además, con una novedad porque a las voces locales de *Mairu* les acompañará el coro *Entzun* como invitado de honor.

#### Domingo 13 de septiembre

El segundo fin de semana del Zigoitia Euskaraz, como no puede ser de otro modo, llegará la jornada principal de la fiesta. El domingo 13 de septiembre cientos de euskaltzales disfrutarán de todas las actividades organizadas por el ayuntamiento: música, *bertsos*, exhibiciones de danzas. Y hacia las 3 de la tarde se reunirán en el frontón de Bengolarra para disfrutar de la comida popular (tickets a la venta en la Taberna Bengolarra y en la Taberna Parral de Gasteiz, al precio de 13 €). Tras compartir platos y risas, llegará el momento de bajar la comida con una dantza-plaza amenizada por los dulzaineros. Y a continuación, verbena con *Dantzadi Taldea*. A partir de ahí, cada uno, cada una, lo que pueda. Olvidar que al día siguiente es lunes y, lo mejor de todo, recordar la importancia que tiene empezar el curso en euskera.

## Practica el NORDIC WALKING en ZIGOITIA

Ejercicio al aire libre para disfrutar de nuestro entorno a cualquier edad y partiendo de cualquier condición física

Textos e imágenes de [www.nordicwalkinggunea.net](http://www.nordicwalkinggunea.net)



Grupo de iniciación de Zigoitia al Nordic Walking.

La Marcha Nórdica o Nordic Walking es una forma de ejercicio al aire libre que consiste en caminar con la ayuda de bastones similares a los utilizados para la montaña pero con empuñadura ergonómica y con una dragonera (una especie de guante) que mantiene el bastón unido a la mano. Sus orígenes se remontan a la década de los años 30 en Finlandia. Los esquiadores de fondo, en la época estival y otoñal, incluyeron en sus entrenamientos este tipo de marcha con la finalidad de mejorar la condición física y llegar al invierno, la época de competición, en un buen estado físico. En los años 60 aparece el uso documentado de la *marcha con bastones*, como se conoce también, a través de la esquiadora y profesora de educación física Leena

Jääskeläinen. En los años 80 esta modalidad de marcha apareció en los EEUU bajo el nombre de *Pole Walking*, convirtiéndose a nivel físico en una actividad mucho más efectiva que el senderismo. Finalmente, en 1997 el fabricante nórdico Exel colaboró con el especialista Marko Kantaneva para crear unos bastones específicos para facilitar lo que se denominó Marcha Nórdica o Nordic Walking.

Esta forma de entrenamiento se reveló enseguida como actividad beneficiosa para la salud, y de hecho, en varios países de Europa, la Seguridad Social financia cursos de Marcha Nórdica como medida de prevención y terapia en determinadas afecciones físicas y enfermedades.



### LA IMPORTANCIA DE LA TÉCNICA

La práctica del Nordic Walking se realiza con una técnica que debe ser ejecutada correctamente para lograr los mayores beneficios para nuestro cuerpo. Existen diferentes técnicas, si bien la mayoría se basa en los siguientes condicionamientos:

- El movimiento de brazos y pies debe ser alternativo, en diagonal, como cuando se camina.
- Un bastón y un pie por lo menos deben estar en contacto con el suelo permanentemente.
- Se debe sujetar la empuñadura sin *estrangularla*.
- Se debe empujar el bastón por detrás de la línea de la pelvis.
- El bastón debe clavarse en el terreno o apoyarse con seguridad para proporcionar un claro empuje. Éste debe formar un ángulo aproximadamente de 60°.

## 4 rutas en Zigoitia

La red Nordic Walking Euskadi se activó en 2013 con la entrada en funcionamiento de sus seis primeros centros: cuatro de ellos en Álava - Zigoitia, Barrundia, Labastida y el Parque Tecnológico de Álava- y dos en Gipuzkoa - Deba y Zumaia-. Posteriormente fueron sumándose más centros hasta llegar a los 20 actuales.

En Zigoitia existen 4 recorridos con diferente grado de dificultad. Todos han sido testeados y homologados por la marca CENTROS NORDIC WALKING.

El Centro Nordic Walking Zigoitia, ubicado en el complejo de Bengolarra, cuenta con la infraestructura necesaria para su correcto funcionamiento. Las personas interesadas pueden alquilar allí los bastones, solicitar información y conseguir el mapa de cada ruta.

### RUTA ZUBIALDE

3,8 km 1:00h 67 m Muyasequible

La ruta se inicia en el núcleo de Ondategi-Gopegui en dirección ESTE desde el parking de Bengolarra. Se trata de un sencillo camino que conduce hasta Berrikano. Una vez allí, retornaremos hasta nuestro punto de inicio por un trazado diferente. Ideal para principiantes en la marcha nórdica.

### RUTA ESTRIBACIONES DEL GORBEA

11,4 km 2:10h 188 m Asequible

Partiendo de Ondategi en dirección Norte, tomamos el camino que nos lleva sin desviación alguna (salvo el cruce de la carretera A-3610 a Manurga), hasta Larrinoa, localidad situada a 607 metros de altitud. Continuamos por el camino, que va subiendo. Más adelante giraremos a la derecha para tomar el camino que nos acercará hasta Etxaguen. Siguiendo en dirección Sudeste llegaremos a Acosta. Tras pasarlo, seguimos en dirección Este para llegar a Zestafe y más tarde a Eribe. Cruzando la carretera, nada más alcanzar Berrikano, tomaremos el camino a nuestra derecha que nos conducirá de nuevo a Ondategi, punto final de la ruta.

### RUTA SANTA MARINA

14,8 km 2:45h 332 m Exigente

Interesante ruta que recorre los núcleos urbanos de Ondategui, Gopegui, Manurga y Olano. La ruta sale de Ondategi en dirección Norte, junto al río Zubialde, tomando el camino que nos lleva sin desviación alguna (salvo el cruce de la carretera A-3610 a Manurga), hasta Larrinoa.

Desde aquí, se toma dirección Oeste para alcanzar Manurga. Tomando dirección Norte, se prosigue por el término de Axpe hasta alcanzar la carretera A-3610 que seguiremos hasta conectar con el sendero GR25. A partir de aquí el camino transcurre entre hayedos y robledales hasta Olano. La ruta continua cruzando un arroyo y ascendiendo al depósito de aguas de la localidad y descendiendo por su vertiente Este para alcanzar un camino agrícola asfaltado. Tras recorrer unos 500 m., nos desviaremos hacia la derecha para acceder al núcleo alto de Ondategui y de aquí bajar al complejo de Bengolarra, punto de inicio de la ruta.

### RUTA MONTE ERIBE

19,0 km 3:30h 286 m Muyexigente

Esta ruta nos llevará cerca de la cima del monte Eribe y parte, como todas, desde el complejo de Bengolarra en Ondategi. Se trata de una ruta larga que une las localidades de Ondategi, Gopegui, Berrikano, Etxabari-Ibiña, Buruaga, Zestafe y Eribe. Comienza con un enlace que nos acercará a Berrikano desde donde, por caminos y senderos de monte pero sin desniveles apreciables, llegaremos a Etxabari-Ibiña. Desde aquí, pasado el pueblo, tomamos el camino que deja a nuestra derecha un pabellón agrícola para inmediatamente después coger el desvío a la derecha. Sin pérdida alguna se llega a Buruaga, que abandonaremos por el Este para dirigirnos a las proximidades del monte Eribe. Desde este punto se descende sin apenas desnivel a Zestafe para continuar por el Sur en dirección a Eribe. Desde Eribe, tras recorrer un kilómetro escaso, se llega a Berrikano para volver por el mismo trayecto de ida hasta Ondategi.

Más info: [www.nordicwalkinggunea.net](http://www.nordicwalkinggunea.net)



## Cultura de mierda versus cultura de los brezos

'La maravilla que comunican los seres y las cosas'. Y otras definiciones de cultura

Texto y selección de fotos: Javier Arbulu



Miguel García de Cortázar.

Llevo unas semanas buscando una posible definición de la palabra cultura. Lancé un mensaje a las amigas, rápidamente fueron llegando las respuestas.

Están aquellas a quienes sólo escuchar la palabra les provoca urticaria. Javitxin: 'Cultura es un departamento del Estado'. Rubén: 'La cultura no existe, son los padres'. Alfre: 'El conjunto de saberes e ideas que pueden desaprenderse'.

Hubo quien a su vez lanzó la pregunta a otra persona. Itziar preguntó a su padre y Gorka a su madre. El padre dijo: 'Los cuentos de los mayores en el pueblo, esa es la cultura más pura'. La madre: 'Conjunto de conocimientos y saberes aplicables, de una persona, de una comunidad... que se transmiten en el tiempo, son compartidos y perduran'.

Hubo quién me pidió que mirara al campo. Luis: '¿Cultura? el tipo de los bueyes que un

día me dijo *anda un aire delgao, delgao*'. Iñigo: 'La metáfora de cultivo que se escarba tras la palabra cultura. Cultivar en este caso no la tierra sino el espíritu, para alimentarlo de la mejor manera... Algo vivo, donde el saber esté en conexión con el sabor (*sapere y sapore*)'.

Están también quienes buscaron las definiciones de las autoridades. Marta: 'El pensamiento moderno ha considerado que la cultura y la vida son dos elementos absolutamente opuestos, y ha optado por la cultura menospreciando o infravalorando la vida. Para Ortega, esta contraposición es errónea porque cultura y vida se necesitan mutuamente'.

Rubén continuó diciendo: 'La gestión cultural no existe. Se hace cultura o no se hace, eso es todo. Lo que sí existe es la gestión del poder. El poder es gestionable. La cultura, no. Así, la pregunta que me interesa es: ¿cultura en manos

de quién y a qué precio?'

Rubén coincide con Manuel Delgado que preguntado por la capitalidad cultural Donostia 2016 advierte: 'Deberíamos hablar de auténticos cultos culturales. La cultura es una fuente de sentido que legitima y hace pertinente, necesario, inevitable y natural cualquier tipo de proceso por mezquinamente capitalista que sea'.

Porque no nos sorprende que alguien cargue contra el capitalismo y, sin embargo, todo lo que tiene que ver con la palabra 'cultura' parece incuestionable (ese es su peligro). Porque en nombre del amor y de la libertad se cometen crímenes deleznable. De la misma manera, en nombre de la cultura se levantan y cimentan algunas fortunas.

Porque hoy por hoy parece que en determinados espacios la palabra 'cultura' es un verdadero salvoconducto, bula y patente de corso (de la misma manera que en otros lo serán las palabras 'seguridad' o 'prima de riesgo').

### El capitán René Char

Por suerte René Char acude de nuevo al rescate. En el número 61 de su *Hojas de Hipnos* dice: "un oficial llegado del norte de África se sorprende de que mis *condenados guerrilleros*" como les llama- se expresen en una lengua cuyo sentido a él no se le alcanza, por ser reacio su oído al *habla de las imágenes*. Le hago notar que las jergas no pasan de ser pintorescas, mientras que **la lengua de uso corriente aquí se debe a la maravilla que comunican los seres y las cosas en cuya intimidad vivimos continuamente**'.

Desde la atalaya de la biblioteca uno ve cómo algunos negocios intentan legitimarse a través de la palabra 'cultura' y, por suerte, también ve esa otra cosa a la que hace referencia Char y donde encuentro el mismo espíritu de aquello que me dijo Elena: 'Algo unido a la vida y a su misterio. Algo que emprende el camino de abajo hacia arriba y luego recorre el camino inverso (nunca al revés). Algo verdaderamente libre. Algo que tiene que ver con un verdadero compartir'.



René Char (el capitán Alexandre), el tercero empezando por la izquierda.



Daniel Santa María.

Lo veo en Daniel cuando me habla de la historia de la corva de su casa, lo veo en las niñas que ponen conchas y baldosines de colores entre los brezos, lo veo al coger la cesta donde Peggy y Miguel en el crepúsculo del verano.

Un lugar de descanso y belleza incontaminada donde se encuentran la espontaneidad y la naturalidad, 'la maravilla que comunican los seres y las cosas' si sabemos entregarnos a la intimidad y al misterio de lo cotidiano, si rechazamos todo espectáculo e impostura. La maravilla y el misterio que refleja la manera de hablar de esos campesinos del Sorgue que tanto incomodan al oficial y tanto le gustan al gran Luis.



## Retraso en la implantación de las nuevas líneas de transporte público

La línea actual, que cubre la mayor parte de Zigoitia (Centro Comercial Gorbeia, Apodaka, Gopegi, Larrinoa, Murua y Etxaguen; además de acercamientos a Berrikano, Manurga, Acosta y Zestafe) no se ha modificado de momento y mantiene sus 4 viajes de ida y 3 de vuelta a Vitoria, sólo los días laborables. Según las conversaciones que ha mantenido el ayuntamiento con la Diputación Foral de Álava, se prevé que en septiembre esta línea aumente la frecuencia a 7 viajes de ida y 6 de vuelta los días laborables, y 4 (de ida y otros tantos de vuelta) los sábados y festivos. Con la remodelación prevista, ésta será la línea 1 que, además de las mejoras señaladas, traerá también una nueva parada en el pueblo de Etxabarri-Ibiña.

Por otro lado, las líneas 14 (Vitoria-Izarra) y la 15 (Vitoria-Laudio), que comenzaron a funcionar el 22 de junio, también atienden de alguna manera

nuestro municipio, al pasar y parar en Zaitegi.

La línea 14, los días laborables, ofrece 6 viajes desde Zaitegi a Vitoria. Y otros 6 viajes de vuelta pero solo en acercamiento (únicamente se para en Zaitegi si hay viajeros que lo soliciten). Por su parte, la línea 15 ofrece 4 viajes de ida y otros 4 de vuelta los sábados, domingos y festivos.

En todos los casos, el precio es de 1,60 € para el billete ocasional y de 1,28 € si se paga con la tarjeta BAT. Además existen descuentos para familias numerosas y personas mayores con ingresos reducidos.

Por último, la Diputación ofrece un **Servicio a la demanda** para los núcleos de población que no disponen de parada de autobús interurbano. Se trata de un taxi que acerca a los viajeros a la parada más próxima. Tiene un coste de 1,70 € y es imprescindible solicitarlo con antelación.

T\_ 627 411 127 (Aitor Zubiaur).

### Horario de autobuses

ETXAGUEN → VITORIA-GASTEIZ		10A LINEA													
<p>Autobuses: <b>Del lunes a Viernes</b></p>															
	ZESTAFE	GORBEIA	ETXAGUEN	MURUA	LARRINOA	MANURGA	ZAITEGI	CAZATEGO	GORPEA	ETXAGUEN	MURUA	BERRIKANO	APODAKA	GORBEIA	VITORIA-GASTEIZ
			7:00	7:02	7:04	*	*	*	7:08	7:10	*	7:13	7:18		7:50
			10:00	10:02	10:04	*	*	*	10:08	10:10	*	10:13	10:18	10:25	10:50
			15:35	15:37	15:39	*	*	*	15:43	15:45	*	15:48	15:53	16:00	16:25
			20:50	20:52	20:54	*	*	*	20:58	21:00	*	21:03	21:08	21:15	21:40
<p>*Hurbiltzeko zerbitzua, aldez aurretik abisatua Letra beltzez dauden orduetaz, ikasurtean zehar bakarrik ematen da zerbitzua</p>															
<p>*Servicio de acercamiento con aviso previo Los horarios en negrita sólo se realizan durante curso escolar</p>															

VITORIA-GASTEIZ → ETXAGUEN		10A LINEA													
<p>Autobuses: <b>Del lunes a Viernes</b></p>															
	VITORIA-GASTEIZ	GORBEIA	APODAKA	BERRIKANO	MURUA	ETXAGUEN	GORPEA	CAZATEGO	ZAITEGI	MANURGA	LARRINOA	MURUA	ETXAGUEN	GORBEIA	ZESTAFE
	9:00	9:25	9:32	*	*	*	9:42	*	*	*	9:46	9:48	9:50	*	*
	14:45	15:10	15:17	*	*	*	15:27	*	*	*	15:31	15:33	15:35	*	*
	20:00	20:25	20:32	*	*	*	20:42	*	*	*	20:46	20:48	20:50	*	*
<p>*Hurbiltzeko zerbitzua, aldez aurretik abisatua</p>															
<p>*Servicio de acercamiento con aviso previo</p>															